

طالبات بجامعة قطر يقدمن مشاريع واعدة لخدمة القطاع الصحي

الدوحة - الشرق

قدمت مجموعة من طالبات قسم العلوم الصحية بكلية الآداب والعلوم في جامعة قطر عدة مشاريع واعدة لخدمة القطاع الصحي في الدولة، وذلك خلال ملتقى لعرض مشاريع تخرج طلاب القسم لخريف 2014.

ومن بين المشاريع المعروضة مشروع قدمته كل من فاطمة الحجاجي، فائزة مثنى وفاطمة بنت براهيم، وهن طالبات في برنامج تغذية الإنسان، يتمثل في تصنيع منتج صحي من الجرانولا مكون بشكل رئيسي من اللوز والتمر في مشروع بحثي بإشراف الدكتورة طاهرة العبيد، أستاذ مساعد في علوم الأغذية. تم بالفعل تصنيع منتج الجرانولا مكون من التمر المجني من النخيل القطري، بالإضافة إلى اللوز طبعاً، حيث اجتاز المنتج الفحص الحسي كما تبين أنه قادر على منافسة منتجات الجرانولا الأخرى الموجودة في السوق المحلي إذ أنه يحتوي على المزيد من البروتين والدهون الجيدة مثل الأوميغا 3، التي هي معروفة بدورها الإيجابي لصحة القلب. مجموعة أخرى من طالبات التغذية، بإشراف أيضاً من قبل الدكتورة طاهرة العبيد، وهن نورة الوحيميد، جواهر فراج ووداد الأسمر عملن على تطوير عصير التمر الذي يحتوي على مضادات الأكسدة الطبيعية المتوفرة في الأعشاب القطرية. تم تجربة خمسة أنواع من الأعشاب المختلفة، وتبين أن العصير الذي يحتوي على العاقول هو الأفضل وذلك لاحتوائه على نسبة عالية من مضادات الأكسدة النشطة.

سكر الحمل

وكانت علامات الإجهاد التأكسدي في الحمل الدراسة التالية التي قدمتها كل من حنين شبلاق وبسمة عمر بإشراف الدكتورة إلهام شريف، أستاذ مساعد في الكيمياء السريرية من برنامج العلوم الحيوية الطبية. هذه الدراسة أثبتت فرضية أن النساء المصابات بسكري

الحمل أكثر عرضة للإجهاد التأكسدي، تآكسد الدهون بشكل رئيسي، خصوصاً في أواخر فترة الحمل. كما دعت هذه الدراسة إلى مزيد من الدراسات لتسليط الضوء على التأثير الطويل الأمد لسكري الحمل على النساء. عملت تقي صالح بشكل وثيق مع الدكتور علي عيد، أستاذ مشارك في علم الأحياء والدكتورة أسماء آل ثاني، أستاذ مشارك ورئيس قسم العلوم الصحية على المشروع الذي اختبر تأثير عشبة برية تسمى السدر الجبلي، على صحة العضلات الملساء. أيضاً لقد تم تمويل هذا البحث من برنامج خبرة الأبحاث للطلبة الجامعيين، الصندوق القطري لرعاية البحث العلمي. الدكتور عبدالمنعم حسن، وبإشراف مشترك مع الدكتورة هبة بوادي، كلاهما أستاذة مشاركين في برنامج تغذية الإنسان، أشرفا على مشروع بحثي حول السلوكيات الغذائية بين 1024 من البالغين الذين يعيشون في قطر الذين تتراوح أعمارهم بين 17 - 70 عاماً. وأظهرت النتائج أن مستوى التعليم لدى المشاركين في البحث يلعب دوراً إيجابياً وكبيراً سواء من حيث الوعي حول التغذية وحول الغذاء الصحي.

التوعية التغذوية

وقد صرحت الطالبات اللواتي عملن على هذا المشروع وهن: سلمى أحمد، فوزية كمال وشيعة إبراهيم أن هذه النتيجة تثبت أن التوعية التغذوية المستمرة تجدي نفعاً وهي مفيدة وينبغي تشجيعها نظراً لآثارها الإيجابية على المواقف والسلوكيات الغذائية. كما أقدم الدكتور عبدالمنعم على إشراف مشروع بحثي آخر حول التحقق من صحة أن مؤشر الشحوم في الجسم المعروف ب (BIA) يمكن إعتماده كأداة لتحديد نسبة الدهون في الجسم في دراسة ضمت 119 طالبة تراوحت أعمارهن بين 17 - 28 عاماً. وجدت كل من عائشة آل ثاني، حنان السعيد، هميان النصف وفاطمة النعيمي أن طريقة BIA مرتبطة، أكثر من مؤشر

كتلة الجسم ونسبة الخصر إلى الطول، مع نسبة الدهون في الجسم وخاصة لدى المشاركات اللواتي يخزنن الدهون في منطقة البطن. ولذلك، يمكن اعتبار BIA أو «المؤشر للمخزون الدهني» في الجسم أداة قيمة وفعالة لقياس الدهون في منطقة الوسط.

الدكتور عبد الحميد كركادي، أستاذ مشارك ومدير برنامج تغذية الإنسان، أشرف على اثنين من المشاريع البحثية مع مجموعتين من الطلاب. المجموعة الأولى ضمت الطلاب علياء ناصر، بشرى جاران وفدوى نور الدين، إذ تم فحص العلاقة بين السمنة وعدة عوامل مرتبطة بنمط الحياة، مثل النشاط البدني والسلوكيات المستقرة والعادات الغذائية بين 412 طالبة في جامعة قطر. ومن المثير للاهتمام، أنه تبين أن بعد سن الـ 23، هناك ارتفاع ملحوظ في مؤشر كتلة الجسم (BMI) وتناسب محيط الخصر مع الورك (WHR) مقارنة مع الطلاب الأصغر سناً. ومع ذلك، لم يلاحظ أي فرق كبير بين السلوكيات المستقرة ومؤشر كتلة الجسم.

أما المجموعة الثانية فقد ضمت كلا من نور الكحلوت، دعاء اليوسف وعائشة جاسم اللواتي فحصن مستويات اثنين من المؤشرات الحيوية القلب والأوعية الدموية، CRP والكولسترول السيئ المؤكسد، بين 83 طالبة لا تشكو من أي مرض قد يسبب ارتفاعاً لهذه المؤشرات، جميع المشاركات هن طالبات من جامعة قطر تراوحت أعمارهن بين 18 - 29 سنة. هذه الدراسة التي شارك في الإشراف عليها الدكتور ناصر رزق، أستاذ مشارك في العلوم الحيوية الطبية، هدفت إلى الربط بين هذه المؤشرات الحيوية مع مؤشرات قياس الجسم، والعادات الغذائية والسلوكيات المستقرة. وأظهرت النتائج أن ارتفاع CRP والأنسولين ارتبطا بشكل وثيق مع زيادة كبيرة في قياسات الجسم (كمحيط الخصر، ومؤشر كتلة الجسم، نسبة الخصر إلى الورك وكتلة الجسم من الدهون)، مما يؤكد أيضاً أن CRP يمكن استخدامه كمؤشر مبكر لأمراض القلب والأوعية الدموية.

