

# أ. الأمراض المزمنة

## كيف تساعد أصحاب الأمراض المزمنة في اكتشاف حالاتهم والسيطرة عليها ؟

### عن التحدي

مثل الكثير من السعوديين عانى عبدالله من مرض السكر دون أن يجد التشخيص المناسب مما أدى لتفاقم الأعراض الجانبية لديه. في السعودية بشكل عام تنتشر الأمراض المزمنة حيث تصل نسبة مرضى السكري إلى 13.4%، بينما تصل نسبة مرضى ارتفاع ضغط الدم إلى 15.2% كما يوجد الكثير من المصابين بأمراض القلب . إن عدم وعي هؤلاء المرضى بحالاتهم وقلّة وعي من حولهم فيما يخص الأمراض المزمنة التي يعانون منها هو سبب رئيسي في تفاقم حالاتهم. إضافة لذلك يعاني أصحاب الأمراض المزمنة من التعامل غير الفعال من قبل الجهات الصحية معهم لأسباب عديدة منها:

- ضعف عملية جمع معلومات المرضى الصحية في ظل غياب السجلات الطبية الموحدة.
- شح أنظمة العلاج الصحي التكاملية.
- ضعف جودة أنظمة التحويل الطبية.
- الضغط الهائل على المستشفيات لغياب دور مراكز الرعاية الأولية في خدمة مرضى الحالات المزمنة.

كل ذلك يؤدي لوجود عدد كبير من مرضى الحالات المزمنة دون أي خطة علاجية للحد من خطورة حالاتهم والسيطرة عليها، وقد يسبب ذلك في أحيان كثيرة الوفاة المبكرة -لا سمح الله-.

### عن الوضع الراهن للأمراض المزمنة في السعودية

في عام 1980 م كان معدل العمر المتوقع للسكان في المملكة حوالي 65 سنة وقد ارتفع هذا المعدل ليصل لحوالي 74 سنة في العام 2015 م. في حين أن المملكة تهدف لبلوغ معدل أعمار يصل ل 83 سنة بحلول العام 2030 م. من أجل تحقيق ذلك علينا ابتكار طرق وأنظمة للأشخاص الذين يعانون من الأمراض المزمنة وذلك بهدف مساعدتهم على تشخيص حالاتهم بشكل مبكر والسيطرة عليها. يعاني الكثير من المواطنين حاليًا من الأمراض المزمنة دون أن تتوفر لديهم خطط وبرامج واضحة للعلاج أو السيطرة على هذه الأمراض مما يعني أن الجهود القائمة بحاجة ماسة للتطوير خاصة في المجال الرقمي.

هل ستكون أنت الشخص القادر على إدارة الحل الرقمي لمعالجة هذا التحدي؟

### الجوانب التي يمكنك التركيز عليها عند ابتكار حلك الرقمي

- تحسين ودعم التواصل ونقاط الالتقاء بين المجتمع والمتخصصين في المجال الصحي.
- تطوير الجوانب التقنية وابتكار أنظمة ذكية تدعم الاكتشاف المبكر للأمراض المزمنة وسبل علاجها بشكل تكاملي.
- تقليل العبء على المستشفيات عن طريق رفع كفاءة مراكز الرعاية الأولية من أجل خدمة أصحاب الأمراض المزمنة.
- تسهيل عملية جمع المعلومات الصحية وطريقة ربطها ببعضها البعض.
- العمل على تطوير كفاءة أنظمة التحويل الطبي.

## 2. حالات الطوارئ

### كيف تساعد أصحاب الحالات الطارئة ليتلقوا الرعاية الصحية اللازمة؟

#### عن التحدي

عانت سارة في أحد الأيام من سعال وضيق بسيط في التنفس فقامت والدتها مثل الكثير من الأهالي باصطحابها مباشرة إلى قسم الطوارئ في إحدى المستشفيات العامة وذلك يؤدي بطبيعة الحال إلى زيادة الضغط على هذه الأقسام والتي هي في الأساس موجهة لخدمة أصحاب الإصابات الخطيرة والطارئة. مثل هذه السلوكيات تؤدي إلى ضعف في جودة الرعاية الصحية المقدمة في أقسام الطوارئ، مما قد يفاقم بدوره خطورة حالات الإصابات العميقة والطارئة إذ قد تصل بعض تلك الحالات إلى الوفاة -لا سمح الله- من مسببات هذه المشكلة:

- الاستخدام المفرط والخطأ لخدمات أقسام الطوارئ وذلك نتيجة لـ
  - ◆ عدم الاستفادة من مراكز الرعاية الصحية الأولية.
  - ◆ عدم الرضى عن مواعيد العيادات المتاحة ومحاولة تخطيها عن طريق أقسام الطوارئ.
  - ◆ عدم وجود برامج لتثقيف المرضى.
- نقص التواصل الفعال بين مقدمي الرعاية الصحية.
- عدم وجود نظام يحدد أولويات الحالات المرضية ومدى حاجتها لأخذ مواعيد مجدولة في أوقات متقاربة.
- عدم وضع مؤشرات للجودة الوطنية ومؤشرات سلامة المرضى.
- غياب المقاييس التشغيلية الوطنية.
- ازدواجية الخدمات بسبب عدم وجود سجلات إلكترونية للمرضى.

#### عن الوضع الراهن لحالات الطوارئ في السعودية

- استقبلت أقسام الطوارئ 21.2 مليون شخص في عام 2015.
- 60% من المرضى الذين يذهبون إلى قسم الطوارئ لا تتطلب حالتهم في الواقع اهتماماً فورياً.
- هناك تفاوت إقليمي كبير في إقبال الناس على خدمات قسم الطوارئ.
- 90% من الزيارات لأقسام الطوارئ في عام 2015 كانت بسبب الأمراض. و 8% فقط كانت بسبب إصابات أما 2% المتبقية عبارة عن حالات متعلقة بالأهات وحديثي الولادة.
- 42% من الذين طلبوا خدمات الإسعاف لم يتم نقلهم إلى مرفق طبي.

هل ستكون أنت الشخص القادر على إدارة الحل الرقمي لمعالجة هذا التحدي؟

#### الجوانب التي يمكنك التركيز عليها عند ابتكار حلك الرقمي

- تقييم خطورة الحالات الأكثر انتشاراً عن طريق تثقيف الناس بالوجهات الصحية المناسبة لهم عند حاجتهم للدعم الصحي.
- تطوير نظام لتحديد الأولويات.
- تحسين التواصل والتعاون بين مقدمي الخدمات.
- وضع آلية للسجلات الإلكترونية وسهولة وصول مقدمي العلاج له.

## 3. نمط الحياة

### كيف تحفز أصحاب نمط الحياة غير الصحي على تغيير سلوكياتهم؟

#### عن التحدي

يعاني أحمد ذو الـ 35 عامًا من الربو (حساسية الصدر) إذ أن حالته تلك قد تفاقمت بشكل واضح منذ أن بدأ بالتدخين في سن السابعة عشر من عمره. إضافة لمعاناة أحمد مع الربو فإنه يعاني من آلام في المفاصل بسبب وزنه الزائد الناتج عن إفراطه في تناول الوجبات السريعة المتوفرة في كل مكان و بوقت قياسي حيث أنه لا يجد الوقت الكافي لإعداد وجبات صحية بسبب طبيعة عمله كمدير للمشاريع والتي تحتم عليه الجلوس لساعات طويلة ومتصلة خلال اليوم.

حالة أحمد لا تعد حالة فريدة من نوعها حيث يوجد في المملكة أكثر من 5 ملايين شخص يعاني من مشاكل صحية متعلقة بنمط الحياة النابع من سوء التغذية ونقص اللياقة واتباع سلوكيات غير صحية مثل التدخين. كذلك هناك 10 ملايين شخص على وشك أن يصابوا بالكثير من المشاكل الصحية إن لم يغيروا من نمط حياتهم.

#### عن الوضع الراهن في السعودية

بحسب الإحصائيات فإن المشاكل الصحية المتعلقة بنمط الحياة سوف تتضاعف بمقدار ثلاث أضعاف بحلول العام 2030 م وذلك بسبب بعض البيئات المحفزة لهذا الزيادة وهي:

- البيئة الاقتصادية
- البيئة البدنية
- البيئة الاجتماعية
- البيئة الخدمية

هل ستكون أنت الشخص القادر على إدارة الحل الرقمي لمعالجة هذا التحدي؟

#### الجوانب التي يمكنك التركيز عليها عند ابتكار حلك الرقمي

- توفير خيارات وبدائل صحية مناسبة وفي متناول المواطن كي تكون خياره الأول بشكل دائم.
- توفير بيئات مناسبة من أجل خلق نمط حياة صحي.

## 4. الرعاية التلطيفية

### كيف تساعد أصحاب الأمراض المستعصية من خلال تطوير الرعاية التلطيفية؟

#### عن التحدي

خضع العم سعيد لعلاج كيميائي بعد إصابته بسرطان الرئة قبل عامين. في بداية مرحلة العلاج أظهرت حالته تحسناً طفيفاً لكن سرعان ما عادت حالته للتدهور وأصبحت الآلام شديدة عليه وقد أخبر الأطباء أبناءه أن العلاج لم يعد فعالاً معه وعليهم إراحة أبيهم وتوفير الرعاية الكاملة له كي يقضي أيامه الأخيرة بأفضل طريقة ممكنة. بدأ بعدها أبناء العم سعيد بأخذهم للعيادة التلطيفية بشكل دوري من أجل محاولة تخفيف آلامه ولكن للأسف مجرد ترده المستمر للمستشفى شكل عبئاً صحياً آخر عليه بل وزاد من ألمه.

الرعاية التلطيفية هي نوع متخصص من الرعاية التي تقدم للمرضى الذين يعانون من أمراض مستعصية بهدف التخفيف من آلامهم ومحاولة جعلهم يتكيفون مع وضعهم الجديد. إذ تشير الإحصائيات أن عدد المحتاجين لهذا النوع من الرعاية في المملكة في ازدياد مستمر بسبب التشخيص المتأخر لحالاتهم المرضية أو بسبب تقدمهم في العمر. لهذه المشكلة عدة مسببات تتركز في التالي:

- الافتقار للتعليم المجتمعي والفهم الصحيح للرعاية التلطيفية.
- التفاوت في سهولة الحصول على الرعاية التلطيفية خارج نطاق خدمات الأورام في المستشفيات المتخصصة.
- سوء فهم الرعاية التلطيفية بين المتخصصين في الرعاية الصحية.
- الافتقار إلى السياسات والعمليات والتنظيم من أجل دفع خدمات ذات جودة أفضل.
- البنية التحتية الهشة لمقدمي الرعاية التلطيفية، مثل دور الرعاية والفرق المجتمعية.
- نقص الكفاءات المطلوبة.
- عدم توفر الأدوية بشكل منتظم.
- نقص التواصل بين مقدمي الرعاية الصحية.
- أن الرعاية التلطيفية ليست جزءاً من الخدمات المقدمة في مستشفيات وزارة الصحة.

#### عن الوضع الراهن للرعاية التلطيفية في السعودية

- تشير التقديرات إلى أنه في عام 2030 سيكون لدينا 4.1 مليون شخص فوق الستين عاماً
- من المرجح أن تزداد الحاجة إلى الرعاية التلطيفية مع زيادة الإصابة بالسرطان والتأخر في تشخيصه.
- المرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة مثل حالات الزهايمر المتقدم وأمراض القلب في مراحلها المتأخرة والالتهاب الرئوي المزمن والفشل الكلوي بحاجة للرعاية التلطيفية.
- إن نسبة الوفيات في المستشفيات إلى الوفيات خارج المستشفيات مرتفعة إلى حد كبير.
- يشير استطلاع نموذج الرعاية للمواطنين إلى تفضيل أغلب الأشخاص لقضاء أيامهم الأخيرة في المنزل.

هل ستكون أنت الشخص القادر على إدارة الحل الرقمي لمعالجة هذا التحدي؟

#### الجوانب التي يمكنك التركيز عليها عند ابتكار حلك الرقمي

- تشجيع برامج التثقيف في مجال الرعاية التلطيفية.
- تشجيع المستثمرين من القطاع الخاص على الاستثمار في الرعاية التلطيفية والرعاية المنزلية وسوق دور الرعاية.
- تثقيف المرضى وأسرهم عن الرعاية التلطيفية.

# 5. الإنجاب بشكل صحي

## كيف تساعد الأمهات على إنجاب أطفال أصحاء؟

### عن التحدي

تلعب فحوصات ما قبل الزواج دوراً مهماً في الحد من زيادة الأمراض الوراثية في المجتمع الذي يضم العديد من الأمثلة التي عانت بسبب عدم خضوعها للفحص أو عدم اهتمامها بنتائجه. من الأمثلة على ذلك نورة الشابة البالغة من العمر 28 عاماً والتي أنجبت طفلاً يعاني من مرض الأنيميا المنجلية وذلك نتيجة زواجها بابن عمها. في عام 2015 وجد أن نسبة زواج الأقارب المرتفعة تسببت في أمراض وراثية جينية وصلت إلى 56% من نسبة عدد المواليد في المملكة.

ومن مسببات هذا التحدي:

- عدم وجود برنامج تعليمي متقدم في مجال الصحة العامة.
- عدم المساواة في مستوى تقديم الرعاية الصحية في جميع أنحاء المملكة.
- صعوبة الحصول على الرعاية أثناء الحمل.
- التواصل غير الفعال بين مقدمي الرعاية الصحية.
- برامج الفحص غير الفعالة القائمة والتي لا تأخذ بعين الاعتبار التاريخ المرضي للعائلتين (عائلة الزوج وعائلة الزوجة).
- نقص القوى العاملة الصحية المؤهلة والمدربة.
- عدم وجود سجلات طبية إلكترونية.
- الافتقار إلى الخدمات النفسية والاجتماعية المناسبة.
- عدم الاهتمام بجمع البيانات الصحية الوطنية.
- عدم الاستجابة للتوصيات المقدمة أثناء فحص ما قبل الزواج.
- عدم وجود أخصائيين للنساء والولادة في الرعاية الأولية.

### عن الوضع الراهن للإنجاب في السعودية

سجلت مستشفيات وزارة الصحة وحدها حوالي 247,085 حالة ولادة في عام 2015. حيث وجد أن نسبة انتشار زواج الأقارب المؤدية إلى الأمراض الجينية الوراثية في المملكة العربية السعودية بلغت 56% في عام 2015. في حين أن متوسط معدل الزيارات أثناء الحمل في المملكة العربية السعودية هو في الواقع أربعة زيارات، ينخفض المعدل إلى أقل من زيارة واحدة في بعض المناطق.

هل ستكون أنت الشخص القادر على إدارة الحل الرقمي لمعالجة هذا التحدي؟

### الجواب التي يمكنك التركيز عليها عند ابتكار حلك الرقمي

- تحسين الوعي العام حول المخاطر المرتبطة بزواج الأقارب
- تحسين الوعي العام حول أهمية رعاية أثناء الحمل.
- تحسين التكامل والتعاون بين مراكز الرعاية الصحية الأولية وأقسام العيادات الخارجية.