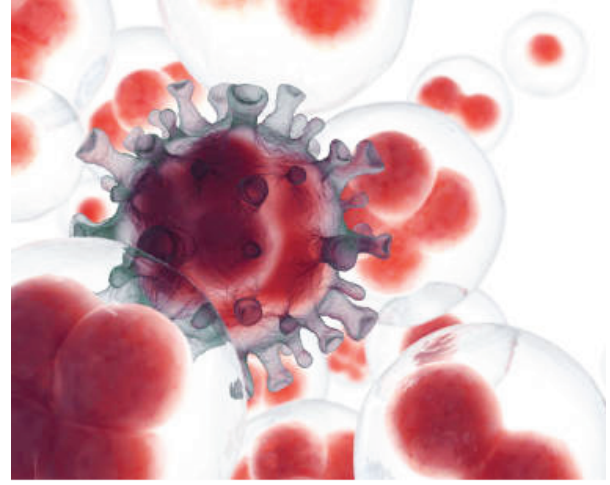




## مرض السرطان

يسر التجمع الصحي، جامعة قطر، مشاركتكم نبض الصحة بمناسبة اليوم العالمي للسرطان ٤ فبراير ٢٠٢١. وتقوم منظمة الصحة العالمية بالاحتفال بهذا اليوم، والذي تحتفل به كذلك مختلف المؤسسات الوطنية الصحية في قطر بما في ذلك وزارة الصحة العامة، ومؤسسة حمد الطبية، والقومسيون الطبي، ومؤسسة الرعاية الصحية الأولية وغيرها من المؤسسات. وتعتبر هذه الومضة الصحية جزءاً من خدمه تجمع الصحة للمجتمع القطري التي تهدف إلى توضيح بعض المفاهيم الصحية العامة التي تساهم في تحسين صحة الناس وأنماط حياتهم والوقاية من الأمراض المختلفة.



يهدف اليوم العالمي للسرطان إلى الحد من ملايين الوفيات كل عام من خلال زيادة الوعي والتثقيف حول مرض السرطان، ويتم تنظيم برامج مختلفة حول هذا المرض في جميع أنحاء العالم للحد من انتشاره. السرطان هو السبب الرئيسي الثاني للوفاة على مستوى العالم حيث يتسبب فيما يقدر بنحو ٩.٦ مليون حالة وفاة. الأنواع الأكثر شيوعاً عند الرجال هي سرطان الرئة والبروستاتا والقولون والمستقيم والمعدة والكبد بينما سرطان الثدي والقولون والمستقيم والرئة وعنق الرحم والغدة الدرقية هي الأكثر شيوعاً بين النساء. يمكن منع ما بين ٣٠٪ و ٥٠٪ من وفيات السرطان عن طريق تجنب عوامل الخطر الرئيسية وتنفيذ استراتيجيات الوقاية القائمة على الأدلة.

يمكن أيضاً الإشارة إلى زيادة خطر الإصابة بالسرطان من خلال الاستعداد الوراثي ويمكن معالجته من خلال متابعة الأفراد المصابين كما يمكن أيضاً تقليل الإصابة بالسرطان من خلال الكشف المبكر عنه. تشمل خيارات العلاج الحالية الجراحة والعلاج الكيميائي والإشعاعي التي تُعطى بمفردها أو مجتمعة، وتهدف أولويات البحث الجارية إلى فهم أسباب السرطان وتطوير علاجات مستهدفة للخلايا السرطانية بأقل قدر من السمية على الخلايا الطبيعية.

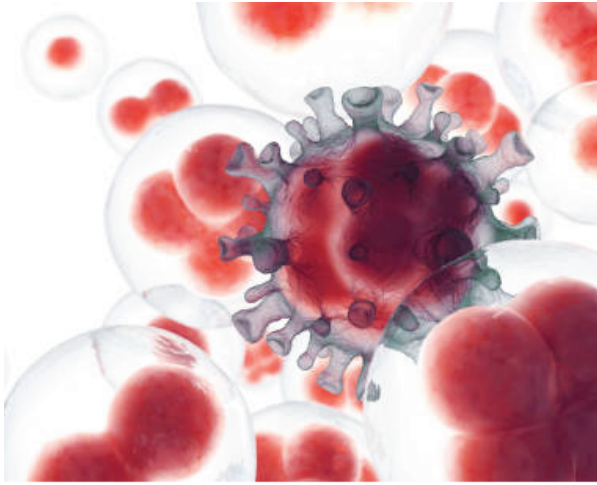
يمكن الوقاية من السرطان عن طريق تجنب المواد المسببة للسرطان؛ تغيير نمط الحياة أو الممارسات الغذائية التي تقلل من العوامل المسببة للسرطان أو الاستعدادات الوراثية. يستهدف اليوم العالمي للسرطان هذا العام المعلومات المضللة ويزيد الوعي للحد من السرطان كما يتم تنفيذ مبادرات متعددة لإظهار الدعم للمصابين بالسرطان. شعار حملة ٢٠٢١ هو "هذا أنا وهذا ما سأفعل". الذي يسعى إلى مواجهة الموقف السلبي والاعتقاد الخاطئ بأنه لا يمكن فعل أي شيء بشأن السرطان وبدلاً من ذلك يروج هذا الشعار لكيفية أن تكون أفعالنا الشخصية قوية ومؤثرة.

لمزيد من المعلومات يرجى الاتصال بعضو لهيئة الأكاديمية ا.د. أحمد مالكي، العميد المساعد للشؤون الأكاديمية بكلية العلوم الصحية في تجمع الصحة والذي سيقوم بالإجابة على أسئلتكم المتعلقة بهذا الموضوع الهام.

البريد الإلكتروني: [ahmed.malki@qu.edu.qa](mailto:ahmed.malki@qu.edu.qa)

نتمنى لكم دائماً مزيداً من الصحة والسلامة.





## World Cancer Day

The Health Cluster - Qatar University is delighted to share its Health Pulse on World Cancer Day, 4 February 2021. World Cancer Day is celebrated by the World Health Organization (WHO) and by different Qatari national health organizations including the Ministry of Public Health, Hamad Medical Corporation, Medical Commission, Primary Health Care Corporation Centers (PHCC) and other Qatari institutions. This systematic health broadcast is a provided service from QU-Health to Qatar communities, it aims to bring attention to important public health issues in order to promote a healthy life and prevent diseases.

World Cancer Day aims to save millions of preventable deaths each year by raising awareness and education about cancer, various programs are organized around this deadly disease worldwide to address its burden. Cancer is the second leading cause of death globally, accounting for an estimated 9.6 million deaths. The most common types in men are lung, prostate, colorectal, stomach and liver cancer while breast, colorectal, lung, cervical and thyroid cancer are the most common among women. Between 30% and 50% of cancer deaths could be prevented by avoiding key risk factors and implementing existing evidence-based prevention strategies. An increased risk of cancer may also be indicated by family history and can be addressed by monitoring the affected individuals.

The cancer burden can also be reduced through early detection of cancer and management of patients who develop cancer. Current treatment options include surgery, chemotherapy, radiotherapy, administered alone or in combination and ongoing research priorities are aimed at understanding the causes of cancer; prevention; and developing novel targeted treatments with minimal toxicity on normal cells. Prevention of cancer can be achieved by avoiding a carcinogen; adapting healthy lifestyle or dietary practices that modify cancer-causing factors or genetic predispositions. World Cancer Day targets misinformation raises awareness and reduces stigma. Multiple initiatives are run on World Cancer Day to show support for those affected by cancer. The 2021 campaign theme is "I am and I will", the theme seeks to counter the negative attitude and fatalistic belief that nothing can be done about cancer, and instead promotes how our actions can be powerful and impactful.

Reference: <https://www.who.int/cancer/prevention/diagnosis-screening/en/>

For more information, please contact QU-HEALTH faculty, Prof. Ahmed Malki, Associate Dean for Academic Affairs, College of Health Sciences, QU Health.  
Email: [ahmed.malki@qu.edu.qa](mailto:ahmed.malki@qu.edu.qa)

With our best wishes for good health, always!

