



بيان صحفي

يناقش البروفيسور الشهير مشاركة طلاب كلية طب وايل كورنيل في قطر في دراسة اختراق النوم

الدوحة - ١٣ أكتوبر ٢٠٠٩: إن الدكتور جيمس ماس، أستاذ علم النفس في كورنيل ومن أفضل الكتاب، يضم طلاب كلية طب وايل كورنيل في قطر الملتحقين ببرنامج ما قبل الطب في آخر دراسة بحثية له حول العلاقة بين النوم والصحة البدنية العامة.

قال الدكتور جيمس، الذي كان في الدوحة هذا الأسبوع لإلقاء محاضرات ضمن مادة علم النفس ١٠١ لطلاب كلية طب وايل كورنيل في قطر "إنها دراسة ضخمة ولديها عنصر ثقافي مختلف". وأضاف قائلاً "أنا متحمس لإجراء هذه الدراسة في قطر وكذلك في نيويورك، لأنني أعتقد أن الطلاب في الدوحة يمكنهم الاستفادة أكثر إذا أعطوا النوم مزيداً من الأولوية. يمارس العديد من الطلاب في الدوحة عادة جميلة جداً وهي قضاء الوقت مع آبائهم وأجدادهم، ولكن يمكن لهذه العادة أن تأخذ من أوقات دراستهم ونومهم. فنشاهد الكثير من الطلاب الذين يحاولون استمرار حياتهم اليومية بنوم خمس أو ست ساعات بينما من المفترض أن يناموا على الأقل لتسع ساعات".

وأضاف الدكتور جيمس، الذي حقق كتابه "قوة النوم" الرقم القياسي لأفضل مبيعات الكتب في الولايات المتحدة عندما تم نشره، قائلاً "الحرمان من النوم يجعلك غيباً ويقصر فترة حياتك".

يحضر محاضرة الدكتور جيمس لمادة علم النفس ١٠١ في جامعة كورنيل في إيثاكا بنيويورك ما يقرب من ١٣٠٠ طالب، ما يجعلها أكبر محاضرة مباشرة في الولايات المتحدة. وبينما كان يعمل على كتابه الأخير، الذي يستعرض نظم رصد النوم، عثر الدكتور جيمس على منتج جديد أعجبه - عربة زيو الشخصي للنوم the Zeo Personal Sleep Coach - وقرر استخدامه لدراسة تشمل ٤٥٠ طالباً من كل من إيثاكا وقطر. ويرى أن الدراسة ذات صلة وثيقة بطلاب الطب خاصة.

قال الدكتور جيمس "لا يحصل أكثر الأطباء على قسط كاف من النوم، وهذا يؤثر على كل شيء، بما في ذلك مستوى طاقتهم، قدرتهم على التحمل، مدى صبرهم مع مرضاهم، ومدى سرعة تشخيصهم للاضطرابات الغير مألوفة ومدى سرعتهم انتخاب وتحديد العلاج". بالإضافة إلى ذلك، قال الدكتور جيمس أن هناك ما لا يقل عن ٨٩ من اضطرابات النوم يمكن تحديدها والتي لا يستطيع الأطباء إلا تسمية عدد قليل منها عادة.

استخدم الطلاب "زيو Zeo" لعدة ليال لكي يجمعوا البيانات لهذه الدراسة. يتكون "زيو" من عصابة رأس لاسلكية تراقب الموجات الدماغية وكاشف صغير على طرف السرير يشبه المنبه. يتلقى الكاشف إشارات من عصابة الرأس، يفسر مرحلة النوم التي تمر بها، ويعرض البيانات الخاصة بنومك. وفي كل صباح، تلقى الطلاب نتيجة للنوم تدعى ZQ، وعلى مدى مراحل الدراسة حلل الطلاب أنماط نومهم لتطبيق ما تعلموه في الفصل الدراسي.

يقول طلاب كلية طب وايل كورنيل في قطر إن الدراسة جعلتهم يفكرون بجدية أكبر عن نومهم. فقالت نور بركات، طالبة في السنة الثانية من برنامج ما قبل الطب في كلية طب وايل كورنيل في قطر ومشاركة في هذه الدراسة: " أدركت شيئاً مهماً، وأعتقد أنه مهم جداً، هو أنه حتى لو بقينا حتى وقت متأخر من الليل ندرس ونعمل لساعات طويلة، فإننا لن نتمكن من توفير أفضل رعاية صحية لمرضانا وذلك لأن أذهاننا لن تعمل بشكل جيد".

(انتهى)

لمزيد من المعلومات الرجاء الاتصال:

ندى حسن

مسؤولة الشؤون العامة

مكتب الشؤون العامة

هاتف: ٠٠٩٧٤٤٩٢٨٦٥٤

بريد إلكتروني: nah2008@qatar-med.cornell.edu

ملاحظات إلى المحررين:

نبذة عن كلية طب وايل كورنيل في قطر

تأسست كلية طب وايل كورنيل في قطر بالتعاون مع مؤسسة قطر، وتعد جزءاً من كلية طب وايل كورنيل التابعة لجامعة كورنيل في نيويورك، كما أنها أول مؤسسة طبية أمريكية تقدم شهادة دكتور في الطب خارج الولايات المتحدة. تشترك كلية طب وايل كورنيل في قطر في أداء المهمة الثلاثية التي تؤديها كلية طب وايل كورنيل وتتخصص في تكريس جهودها لتحقيق التميز في التعليم، وتقديم أعلى مستوى من الرعاية الصحية للمرضى، وإجراء الأبحاث الطبية الحيوية.

وتقدم كلية طب وايل كورنيل في قطر برنامجاً تعليمياً مبتكراً يتألف من برنامج ما قبل الطب وبرنامج الطب الذي يؤدي في نهاية فترة الدراسة إلى الحصول على شهادة دكتور في الطب من جامعة كورنيل. وتقوم بالتدريس هيئة تدريسية من جامعة كورنيل وكلية طب وايل كورنيل إضافة إلى أطباء من مؤسسة حمد الطبية ممن عيّنوا من قبل وايل كورنيل.

من خلال الشراكة بين مؤسسة قطر ومؤسسة حمد الطبية ووزارة الصحة وغيرها من المنظمات يعكف موظفو وأعضاء هيئة تدريس كلية طب وايل كورنيل في مدينة نيويورك وفي قطر على العمل على وضع برنامج لبناء القدرات البحثية في دولة قطر. تركز برامج كلية طب وايل كورنيل في قطر على أبحاث عالية الجودة في مجال الطب الوراثي والجزيئي وصحة المرأة والأطفال، والعلاج الجيني وتطوير اللقاحات.

وللحصول على المزيد من المعلومات حول هذه الكلية، يمكن الرجوع إلى موقعها الشبكي على العنوان التالي:

www.qatar-weill.cornell.edu

نبذة موجزة عن مؤسسة قطر للتربية والعلوم وتنمية المجتمع

تأسست مؤسسة قطر في عام ١٩٩٥ بقرار من سمو الشيخ حمد بن خليفة آل ثاني، أمير دولة قطر. وتعد مؤسسة قطر مؤسسة خاصة غير ربحية تركز على التعليم والبحث العلمي وتنمية المجتمع. وتحت مظلة مؤسسة قطر، أسست المدينة التعليمية والتي تضم كبرى الجامعات في العالم، والعديد من البرامج التدريبية والأكاديمية، وواحة العلوم والتكنولوجيا في قطر التي تحتضن أكثر من ٢١ شركة عالمية تعمل في مجال البحث العلمي والتنمية.

برئاسة صاحبة السمو الشيخة موزة بنت ناصر المسند، تهدف مؤسسة قطر إلى تحسين مستويات المعيشة في قطر من خلال العديد من المبادرات لتنمية المجتمع، بما فيها: مناظرات الدوحة، ومؤسسة أيادي الخير نحو آسيا (رونا)، وقناة الجزيرة للأطفال.

كما تساهم الشركات مع الشركات التجارية في مجالات التصميم، وتكنولوجيا الاتصالات والمعلومات، والاتصالات السلكية واللاسلكية، ودراسة السياسات، وإدارة الأحداث، في تحقيق أهداف مؤسسة قطر.

وللاطلاع على مزيد من المعلومات حول مؤسسة قطر، يمكن زيارة الموقع الإلكتروني: www.qf.org.qa