

اليمن.. 77 قتيلًا ضحايا الأمطار والسيول وتأهب لهواجهة الجراد

تابع ص7

«ذبابة الخيل».. صاروخ روسي شبحي يقرب موازين الحرب بأوكرانيا

تابع ص7

أميركا تستعرض عضلاتها أمام الصين.. بالقاذفات النووية

تابع ص7

يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة

الشعب

SADA AL-SHAAB DAILY NEWSPAPER

ناني: رونالدو ليس لديه الوقت لمشروع تين هاج

هب الدولي البرتغالي السابق ناني، للدفاع عن صديقه المغرب وزميله السابق كريستيانو رونالدو، الذي يحاول الضغط للرحيل عن مانشستر يونايتد. ولعب المهاجم البرتغالي جنباً إلى جنب مع مواطنه الحائز على جائزة الكرة الذهبية خمس مرات مع النادي المنتخب، ويرى أن رونالدو لا يملك الوقت للانتظار حتى يقوم المدرب ببناء مشروع جيد. وخاض ناني، الذي يلعب الآن مع فريق ملبورن فيكتوري الأسترالي، 129 مباراة مع رونالدو، منذ الخسارة أمام الدنمارك في العام 2006. وقال اللاعب البالغ من العمر 35 عاماً في بودكاست «فايب ويث فايف» الخاص بمدافع مانشستر يونايتد السابق ريو فرديناند: «مضى وقت طويل منذ أن لعبنا معاً، وكريستيانو لم يعد طفلاً. تتغير الأزمنة ويمكن أن تتغير ردود الفعل والمواقف أيضاً. ولكن، كما نرى، يقوم بنفس الأشياء كالمعتاد: لا يحب أن يخسر، إنه يتفاعل عندما لا يكون أداء الفريق جيداً».

أوقات الصلاة

الفجر	04:30
الظهر	12:41
العصر	04:21
المغرب	07:27
العشاء	08:51

21 جمادى الأولى 1444 هـ الموافق 19 آب 2022م

الجمعة

السنة الثامنة

العدد (2828)

سعر النسخة دينار واحد

القبض على خاطف طفلة وأعادها مرة أخرى في الهاشمي

عمان

القت قوة أمنية القبض على الشخص الذي خطف الطفلة في العاصمة. وأحد الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، أن قوة أمنية توجهت لمكان وجود المشتبه به بخطف الطفلة عصر اليوم وأعادتها، والفرار بعد ذلك. وبين، أن ذلك الشخص أبدى مقاومة للقوة التي تمكنت من السيطرة عليه وضبطه. حيث تبين أنه متناول للمشروبات الكحولية، وبوشرت التحقيقات معه تمهيدا لإحالة القضاء لينال عقابه الرادع. وكانت الأجهزة الأمنية تمكنت من تحديد هوية شخص قام بخطف طفلة بواسطة مركبته وأعادها مرة أخرى ولاذ بالفرار في منطقة الهاشمي والبحث جار عنه. وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إن بلاغا ورد عصر امس لمديرية شرطة شمال عمان بقيام شخص داخل مركبة مجهولة بخطف طفلة تبلغ خمس سنوات، إذ جرى التحرك للمكان وتبين أن ذلك الشخص قام بإعادة الطفلة للمكان وأنزله وغادر المكان. وأكد الناطق الإعلامي أن الطفلة بصحة جيدة وجرى نقلها للمستشفى لإجراء الفحوصات اللازمة لها والتأكد من سلامتها، فيما جرى من خلال التحقيقات الأولية تحديد هوية الشخص والمركبة التي كان يقودها والبحث جار عنه.

القبض على أحد أخطر مروجي المخدرات بإقليم الشمال

عمان

تمكنت إدارة مكافحة المخدرات وبعد جهد وعمل استخباري، من الوصول لأحد أخطر المطلوبين بقضايا الاتجار وترويج المخدرات ضمن إقليم الشمال والقبض عليه. وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، أن العامل في الإدارة حدودا مكان وجود ذلك المطلوب بعد تحقيقات مطولة، في محافظة عجلون، إذ جرت مدامته بإستاد من الفريق الخاص التابع للإدارة وألقي القبض عليه بعد أن أبدى مقاومة شديدة للقوة التي نفذت قواعد الاشتباك وسيطرت عليه، وضبط بحوزته سلاح ناري وعدد من الأدوات الحادة، كما ألقى القبض على مطلوب آخر كان رفقته. وأضاف أن ذلك الشخص المطلوب المصنف بالمسلح والخطر يُعد من أخطر تجار ومروجي المخدرات ضمن إقليم الشمال ومتوار عن الأنظار منذ فترة طويلة وبحقه طلبات أمنية.

يوم حزين في الجزائر.. عشرات الضحايا في حرائق شرقي البلاد

الجزائر

قال وزير الداخلية الجزائري كمال بلجود، إن الحرائق المنذلة تسببت في وفاة ٢٦ شخصا وإتلاف ٨٠٠ هكتار من الغابات. وذكر بلجود للتلفزيون الحكومي: «اندلاع الحرائق في توقيت واحد في ولايات الشرق يفتح علامات استفهام والتحقيقات جارية حاليا لمعرفة الأسباب».

وداهمت حرائق الغابات حافلة في ولاية الطارف شرقي البلاد، مما أدى إلى وفاة ٨ أشخاص. من جهته، قام الرئيس الجزائري عبد المجيد تبون، بتعزية عائلات ضحايا الحرائق المنذلة في عدد من الولايات الشرقية. وأكد تبون استنفار السلطات التام وتشجيرها كافة الإمكانيات لإخماد الحرائق مع التكفل بالمضربين، وأظهرت صور التقطت في منطقة سوق هراس الحدودية مع تونس، مواطنين يفرون من منازلهم وسط النيران، وأوضحت الحماية المدنية أن ٣٩ حريقا في ١٤ ولاية لا يزال متواصلا، وأن ولاية الطارف الحدودية مع تونس أيضا سجلت ١٦ حريقا. ومنذ بداية الصيف، اندلعت العديد من الحرائق في الجزائر وقتل حتى اليوم ستة أشخاص. وتمتد الغابات في الجزائر على مساحة ٤,١ ملايين هكتار. ويشهد شمال البلاد كل سنة حرائق غابات وتتزايد بشدة هذه الظاهرة بسبب التغيرات المناخية.

جلالته يهنئ الطلبة الناجحين بالتوجيهي الملك: سررت برؤية الفرحة على وجوه أبنائي وبناتي الطلبة

رئيس الوزراء يهنئ الناجحين في الثانوية العامة

عمان

متمنيا لهم مستقبلان امرا مليئا بالنجاح والتقدم. وقال رئيس الوزراء في تغريدة على حسابه في موقع «تويت»: «أهنئ أبنائي وبناتي الناجحين في الثانوية العامة وذوئهم، على ما حصودهم من نتائج طيبة، متمنيا لهم مستقبلنا زاهرا مليئا بالنجاح والتقدم. أما الذين لم يحالفهم الحظ من أبنائنا وبناتنا الأعزاء فالمستقبل أمامهم لتحقيق النجاح والتميز، بإذن الله».

وأضاف رئيس الوزراء، «ندعو بالرحمة للطلبة الذين وافقهم المنية أثناء وبعد انعقاد جلسات الامتحان، ونعزي أهلهم وذوئهم، ضارعين إلى الله أن يلهمهم الصبر والسلوان».

نشر جلالة الملك عبدالله الثاني الخميس تغريدة على (تويت)، قال فيها: «سررت برؤية الفرحة على وجوه أبنائي وبناتي طلبة الثانوية العامة وهم يحصدون ثمار جهدهم. امضوا في مسيرتكم واجتهدوا وبادروا، فالأردن يتقدم بكم ويعزز إنجازاته بسواعدكم». كما هنأ رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة الخميس، الطلبة والطالبات الناجحين في الثانوية العامة (التوجيهي).

الخصاونة والفايز والدغمي يهنئون بخطوبة سمو ولي العهد

عمان

وقال الفايز في بيان صدر عن المجلس الخميس «في هذه المناسبة السعيدة على الأردن والأردنيين، وإذ هنئني صاحبي الجلالة بهذه المناسبة وهذا الفرح الأردني، لتمنيتي لصاحب السمو الملكي الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد وللأنسة رجوة، حياة مليئة بالسعادة والتوفيق والهناء، سائلين الله عز وجل أن يحفظ جلالة الملك وسمو ولي عهده، ويمتعهما بموفقور الصحة والعافية. وهنأ رئيس مجلس النواب المحامي عبد الكريم الدغمي في تغريدة له صاحبي الجلالة الملك عبد الله الثاني والملكة رانيا العبد الله بمناسبة خطوبة صاحب السمو الملكي الأمير الحسين بن عبد الله الثاني ولي العهد، والأنسة رجوة خالد بن مساعد بن سيف بن عبد العزيز آل سيف، متمنيا لهما حياة مليئة بالسعادة والهناء.

الله تعالى أن يُكلل حياة سموه والأنسة رجوة، بالبهجة والسُرور والفرح الغامر. هنأ رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز جلالة الملك عبدالله الثاني وجلالة الملكة رانيا العبدالله بهذه المناسبة المناسبة بمناسبة خطوبة سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، على الأنسة رجوة خالد بن مساعد بن سيف بن عبد العزيز آل سيف. وقال رئيس الوزراء: أضرع إلى

ديوان الخدمة يوضح آليات تعيين وظيفة الحارس في التربية

عمان

وأضاف الديوان، في بيان صحفي الخميس، أنه بحسب للتحصيل العلمي ٢٠ علامة موزعة حسب الشهادة المدرسية التي يحملها المرشح، والخبرات ١٠ نقاط بواقع ٢ نقطة لكل سنة خبرة مسجلة بالضمان الاجتماعي ومصادقة من وزارة العمل، و١٠ نقاط للدورات التدريبية وبواقع ٢ لكل دورة لها علاقة مباشرة بطبيعة الوظيفة، و١٠ نقاط للتدريب المهني للوظائف المهنية والحرفية.

وبين رئيس الديوان، سامح الناصر، أن الديوان قام بتزويد وزارة التربية والتعليم بأسماء المرشحين للتعيين بعد إجراء المقابلات الشخصية لوظيفة حارس، حيث بلغ عدد المرشحين للتعيين ٥٥٦ مرشحا، وجرى نشر أسماء المرشحين في الصحف اليومية وعلى المواقع الإلكترونية من خلال وزارة التربية والتعليم، لإجراء المقابلات الشخصية، استنادا لتعليمات الاختيار والتعيين. تابع ص٢

إغلاق طريق عمان - السلط اليوم لتركيب جسر مشاة

عمان

أعلنت وزارة الأشغال العامة والإسكان، وبالتعاون مع إدارة السير المرورية، الخميس، عن إغلاق طريق عمان - السلط أمام حركة المركبات بالاتجاهين بالقرب من مثلث الزيدية لفترة محدودة ابتداء من صباح يوم غد الجمعة ولغاية يوم السبت؛ لتركيب جسر مشاة معدني على الطريق الرئيسي لخدمة المجتمع المحلي في منطقة الزيدية. وقالت الوزارة، في بيان صحفي، إنه سيتم تحويل حركة السير إلى الطرق الجانبية البديلة، وفق اللوحات الإرشادية التي سيتم وضعها للدلالة والإرشاد. وأكدت أنه جرى تجهيز التحويلات المرورية بعناصر السلامة العامة كافة، داعية المواطنين سائكي الطريق إلى التقيد بأسس القيادة الآمنة وتعليمات كوادرها العاملة في الميدان وتعليمات الشركاء في مديرية الأمن العام.

وزير السياحة يلتقي السفير التونسي في عمان

عمان

التقى وزير السياحة والآثار، نايف الفايز، الخميس، السفير التونسي لدى المملكة خالد السهيلي، وبحث الجانبان زيارة العمل المنتظرة لوزير السياحة والآثار، تلبية لدعوة نظيره التونسي، والتي ستكون مناسبة لعقد الدورة الثامنة للجنة القطاعية التونسية-الأردنية المشتركة في المجال السياحي واللجنة الفنية في مجال الصناعات التقليدية، فضلا عن التوقيع على مشروع البرنامج التنفيذي لاتفاقية التعاون السياحي للسنوات 2021-2022-2023، الذي تم الاتفاق على صيغته النهائية. وجرى التأكيد خلال اللقاء على أهمية متابعة توصيات ومخرجات الاجتماع الأخير للجنة السياحة والصناعات التقليدية من خلال التركيز على مجالات تعاون، على غرار القطاعات السياحية والفندقية والتسويق السياحي وتبادل الخبرات، بما يضيء الصبغة التنفيذية على مضامين التعاون الثنائي في هذا القطاع بين البلدين. تابع ص2

التربية تمنح 6 طلاب متوفين شهادة الثانوية العامة

63.1% نسبة النجاح العام في التوجيهي

عمان

أعلن وزير التربية والتعليم والتعليم العالي والبحث العلمي الدكتور وجيه عويس، أن نسبة النجاح العامة في امتحان الثانوية العامة للعام ٢٠٢٢ بلغت ٦٣,١ بالمئة. وأضاف عويس خلال المؤتمر الصحفي الذي عقده الخميس في مركز الملكة رانيا العبدالله لتكنولوجيا المعلومات، إن نسبة النجاح في المسار الأكاديمي الشامل بلغت ٦٣,٠ بالمئة بعدد ناجحين وصل إلى ٦٧٣٥١ طالبا وطالبة. وبلغت نسبة النجاح في الفرع العلمي ٧٣,٩ بالمئة بعدد ناجحين ٣٦١١٥ طالبا وطالبة، فيما بلغت نسبة النجاح في الفرع الأدبي ٥٣,٩ بالمئة بعدد ناجحين ٣١٢١١ طالبا وطالبة، ونسبة النجاح في الفرع الشرعي ٨٠,٦ بالمئة بعدد ناجحين ٢٥ طالبا وطالبة. وبين أن نسبة النجاح في المسار المهني الشامل بلغت ٥١,٤ بالمئة بعدد ناجحين ٦١٣٩ طالبا

وطالبة، والفرع الصناعي ٣٩,٥ بالمئة بعدد ناجحين ١٦٤٧ طالبا وطالبة، ونسبة النجاح في الفرع الزراعي ٥٨,٤ بالمئة بعدد ناجحين ٨٦٠ طالبا وطالبة، والفرع الفني نسبة نجاح ٥٣,٩ بالمئة بعدد ناجحين ٥٧٩ طالبا وطالبة، والفرع الاقتصاد المنزلي ٥٨,٣ بالمئة بعدد ناجحين ٣٠٥٣ طالبا وطالبة. وحول نتائج المشتركين في الدراسة الخاصة، أكد عويس أن نسبة النجاح في المسار الأكاديمي ٦٧,٥ بالمئة بعدد ناجحين ٣٨٣٨٦ طالبا وطالبة، والمسار المهني ٥٢,٦ بالمئة بعدد ناجحين ٤٨٩٧ طالبا وطالبة. وقرر وزير التربية والتعليم وجيه عويس منح شهادة الدراسة الثانوية العامة «التوجيهي» لسنة طلاب توفوا أثناء انعقاد الامتحانات، وهم: عامر ناصر حسن أبو الرب، أمير فالح سالم السعود، ريف خالد زعل عقيل، سليمان عليان سليمان العقرباوي، مختار محمد عبدالله الغنمي، وزهراء علي مصطفى الفقهاء. تابع ص٢



63.1 % نسبة النجاح العام في التوجيهي

عمان

أعلن وزير التربية والتعليم العالي والبحث العلمي الدكتور عويس، أن نسبة النجاح العامة في امتحان الثانوية العامة للعام 2022 بلغت 63.1 بالمئة.

وأضاف عويس خلال المؤتمر الصحفي الذي عقده الخميس في مركز الملكة رانيا العبدالله لتكنولوجيا المعلومات، إن نسبة النجاح في المسار الأكاديمي الشامل بلغت 63.0 بالمئة بعدد ناجحين وصل إلى 67351 طالباً وطالبة.

وبلغت نسبة النجاح في الفرع العلمي 73.9 بالمئة بعدد ناجحين 36115 طالباً وطالبة، فيما بلغت نسبة النجاح في الفرع الأدبي 53.9 بالمئة بعدد ناجحين 31211 طالباً وطالبة، ونسبة النجاح في الفرع الشرعي 80.6 بالمئة بعدد ناجحين 25 طالباً وطالبة.

وبين أن نسبة النجاح في المسار المهني الشامل بلغت 51.4 بالمئة بعدد ناجحين 6139 طالباً وطالبة، والفرع الصناعي 39.5 بالمئة بعدد ناجحين 1647 طالباً وطالبة، ونسبة النجاح في الفرع الزراعي 58.4 بالمئة بعدد ناجحين 860 طالباً وطالبة، والفرع الفني بنسبة نجاح 53.9 بالمئة بعدد ناجحين 579 طالباً وطالبة، والفرع الاقتصاد المنزلي 58.3 بالمئة بعدد ناجحين 3053 طالباً وطالبة. وحول نتائج المشتركين في الدراسة الخاصة، أكد عويس أن نسبة النجاح في المسار الأكاديمي 67.5 بالمئة بعدد ناجحين 38386 طالباً وطالبة، والمسار المهني 52.6 بالمئة بعدد ناجحين 4897



وأكد أن الوزارة اتخذت الإجراءات

كافة لضمان سير امتحان «التوجيهي» بسلاسة ويسر وبدون أي صعوبات، مقدماً الشكر لجميع الجهات التي ساهمت في إنجاح هذا الامتحان، موضحاً أن نسبة النجاح في العام الحالي مقبولة. وخلال المؤتمر أجاب الوزير على استفسارات الصحفيين حيث بين أن ما نسبته 10 بالمئة من الطلبة المسجلين لامتحان تخلفوا عن الحضور، مشيراً إلى أن هذه نسبة تحدث سنوياً عادة علماً بأنهم أخذوا رقم جلوسهم. وحول السبب في عدم حصول أي طالب على العلامة الكاملة 100 بالمئة، قال عويس، إن «الوزارة قللت الأسئلة الموضوعية من اختيار متعدد ورفعت نسبة

علاوة بمعدل 99.1 بالمئة. وفي الفرع الشرعي، الأول الطالبية رسمية العوادة بمعدل 94.5 بالمئة، والفرع الصناعي الأول الطالب محمد معاذ الخطيب 98.10 بالمئة، والفرع الزراعي الأول أسماء أبو العروق 98.15 بالمئة، وفي الفرع الفني والسياسي الأول الطالب محمد عامر يعقوب بمعدل 98.45 بالمئة، وفي فرع الاقتصاد المنزلي الأول الطالب فرح محمود نشوان 99.10 بالمئة. وقال عويس في بداية المؤتمر، «إن الوزارة وضعت كافة الجهود في المركز والمبدان للتجهيز لهذا الامتحان وعقده واتخاذ كافة الإجراءات التي تهيئ لأبنائنا الطلبة الأجواء الامتحانية المريحة، والبيئة الآمنة، وبما يحقق العدالة بينهم».

وعن أوائل الطلبة في الفرع العلمي، حصلت لين المومني على معدل 99.9 بالمئة، والثاني الطالب رامي النوري 99.87 بالمئة، والثالث الطالبة ليلى علان 99.85 بالمئة، والرابع للطالب اروى بلعوي وراما العموري ورحمة القرن وعمر الشدايدة ولين القطب بمعدل موحد لهم وصل 99.7 بالمئة، والتاسع للطالبة ساره زامل والطالب عمر عكور والطالبة فرح عليان والطالبة لانا محمد العبد بمعدل 99.65 بالمئة. وعن الفرع الأدبي، حصلت لين علاء حسين على المرتبة الأولى بمعدل 99.7 بالمئة، وفي المرتبة الثانية راية رائد عليان بمعدل 99.5 بالمئة، والثالث زينة عصام شتد بمعدل 99.25 بالمئة، والرابعة إيمان

قبيلات تزور أسرة طالب التوجيهي المرحوم السعود

عمان



المرحوم الذي حصل على معدل 94.3 بالمئة، كون المادة الأخيرة التي توفي قبل أن يؤديها من المواد التي يجوز حذفها. وقالت قبيلات، لوكالة الأنباء الأردنية (بسترا)، إن المواقف الإنسانية التي يسطرها جلالة الملك عبد الله الثاني في مثل هذه الحالات والتي شكلت الحافز والدافع لنا لتكون بين أسر وعائلات فقدت فلذات أكبادها وهم يؤدون رسالة العلم النبيلة.

وأكدت أن إحساسها بمشاعر الأمهات والعائلات، دفعها لأن تكون بينهم في مثل هذا اليوم ووعدت بتابعة أحوال واحتياجات أسرة المرحوم أمير مع الجهات المعنية. من جانبها، عبرت أسرة المرحوم أمير عن امتنانها وتقديرها لمواساة

المرحوم الذي حصل على معدل 94.3 بالمئة، كون المادة الأخيرة التي توفي قبل أن يؤديها من المواد التي يجوز حذفها. وقالت قبيلات، لوكالة الأنباء الأردنية (بسترا)، إن المواقف الإنسانية التي يسطرها جلالة الملك عبد الله الثاني في مثل هذه الحالات والتي شكلت الحافز والدافع لنا لتكون بين أسر وعائلات فقدت فلذات أكبادها وهم يؤدون رسالة العلم النبيلة. وأكدت أن إحساسها بمشاعر الأمهات والعائلات، دفعها لأن تكون بينهم في مثل هذا اليوم ووعدت بتابعة أحوال واحتياجات أسرة المرحوم أمير مع الجهات المعنية. من جانبها، عبرت أسرة المرحوم أمير عن امتنانها وتقديرها لمواساة

إربد

في مبادرة جسدت معاني الإنسانية، أقرت أمين عام وزارة التربية للشؤون الإدارية والمالية الدكتورة نجوى قبيلات قضاء يوم إعلان نتائج امتحان الثانوية العامة مع عائلات وأسر ومهات حكومات بفقدان فلذات أكبادهن أثناء فترة الامتحانات. وغابت قبيلات عن حضور المؤتمر الصحفي لوزير التربية والتعليم والتعلم العالي لإعلان النتائج وتوجهت إلى إربد لتكون مع عائلة طالب الثانوية العامة أمير فالح سالم السعود الذي انتقل إلى رحمة الله تعالى في آخر أيام امتحانات الثانوية العامة، مستشعرة مشاعر الأمومة لولادة

العمل النيابية تبذل التوجه لإلغاء وزارة العمل ونقل صلاحياتها إلى وزارات أخرى

عمان

بمقتضى لجنة العمل والتنمية والاجتماعية والسكان النيابية، التوجه لإلغاء وزارة العمل، ونقل صلاحياتها إلى وزارات أخرى، وذلك ضمن خطة تحديث القطاع العام.

جاء ذلك خلال اجتماع عقده اللجنة، اليوم، برئاسة النائب حسين الحراسيس، وحضور وزير الدولة لشؤون رئاسة الوزراء الدكتور إبراهيم الجازي، والاقتصاد الرقمي والريادة أحمد الهنادة، ونائب رئيس اتحاد عمال الأردن خالد الفاطسة، وممثلين عن اتحادات نقابات العمال وبيت العمال للدراسات.

وقال الحراسيس، إن وزارة العمل تُعد من الوزارات السيادية، ولها منظومة عمل وصلاحيات ومهام تعنى بالإشراف على شؤون العمل والعمال وتنظيم سوق العمل الأردني، ورعاية العمال الأردنيين خارج المملكة، وتسجيل نقابات العمال ونقابات أصحاب العمل. وأضاف أنه في حال كان الهدف الأساسي من عملية الدمج تسهيل الإجراءات على المواطن، فإنه من الأجدر تصويب أوضاع وزارة العمل، وليس إلغاءها أو دمجها ونقل صلاحياتها إلى وزارات أخرى، خصوصاً «أننا لا نعلم مدى جاهزية الوزارات والمؤسسات التي ستقوم بمهام وزارة العمل وقدرتها على التعامل مع المشاكل والنزاعات العمالية»، داعياً إلى ضرورة استمّراج آراء وتوصيات الجهات ذات العلاقة.

وأكد عدد من النواب الحضور، بدورهم، أهمية أن يكون هناك توجه حقيقي لتبسيط الإجراءات، وتوحيد الرقابة والتفتيش من خلال آلية واضحة، وعدم توزيع المهام وتحميلها لمؤسسات وجهات أخرى غير وزارة العمل.

وأضافوا أن «العمل» من الوزارات السيادية، التي تحتوي على الكثير من الإدارات المهمة، والتي تتابع كل القضايا العمالية باعتبارها الطرف الثالث من المعادلة، ما يعني أن أي قرار بدمجها أو إلغاؤها سيؤثر عليه آثار سلبية كبيرة.

ودعا النواب إلى أهمية أتمتة المعلومات والخدمات المتعلقة بالعمالة، وأن يكون هناك نظام موحد ينظم العلاقة بين العامل وصاحب العمل، بالإضافة إلى توحيد الجهات الرقابية والتفتيشية بما يتواءم مع قانون البيئة الاستثمارية.

وتساءلوا عن أسباب ونتائج خطة الحكومة لدمج وزارة العمل، والأثر المالي المترتب على ذلك، ومصير موظفيها.

وقال الجازي، من جهته، إن الغاية الرئيسة من الدمج هو تخفيف الإجراءات أمام المواطن، انطلاقاً من الخطة الإصلاحية التي تتبعها الدولة فيما يتعلق بتطوير جهاز القطاع العام، موضحاً أن القصد من هذه الخطة ليس توفير المال، وإنما تبسيط الإجراءات وتخفيفها بما يخدم المصلحة العامة. وأضاف أن اللجنة الوزارية المعنية بهذا الموضوع درست كل الخيارات المتاحة فيما يتعلق بخطة تطوير القطاع العام، والتي جاءت مواكبة لمسارات الإصلاح السياسية والاقتصادية، مؤكداً أن الإصلاح الإداري الذي تنتجه الدولة هدفه الوصول إلى قطاع عام من يلبى احتياجات المواطن بطريقة أفضل وأنجح.

وبين الجازي أن خارطة طريق تحديث القطاع العام لن تمس حقوق أي موظف في القطاع العام، ولن يجري بموجبها الاستغناء عن خدمات أي موظف في المؤسسات والدوائر الحكومية المختلفة.

وقال الهنادة، من ناحيته، إن وزارة العمل لديها العديد من المهام، وتتشارك مع أكثر من وزارة، الأمر الذي يترتب عليه تعدد في الجهات المختصة وتتشتت في المرجعية، ما دعا إلى ضرورة إعادة النظر فيها، بحث يجري توحيد النظام وتبسيط الإجراءات والمهام أمام المواطنين وبما يخدم مصالح المستثمرين.

وأضاف أن الغاية الرئيسة من هذه الخطة تعود إلى ضرورة تحسين وتطوير الإجراءات وإعادة هندستها بشكل يتماشى مع الإصلاحات السياسية والإدارية والاقتصادية التي تضفي بها الدولة.

التيار الوطني يعقد مؤتمره العام في أيلول القادم

عمان

أكد أمين حزب التيار الوطني الدكتور صالح ارشيدات في تصريح أن الحزب قرر عقد مؤتمره العام السنوي في العاشر من شهر ايلول القادم، وأما ان الامانة العامة للحزب تستعد بكافة كوادرها لعقد هذا المؤتمر ليكون باكورة ومقدمة للمؤتمر التأسيسي العام والذي سيعقد لكافة الأحزاب في موعد اقصاد شهر ايار القادم حسب قانون الأحزاب الجديد ليتماشى مع رؤى جلالة الملك المتعلقة بمستقبل العمل الحزبي في الأردن. ودعا ارشيدات كافة منتسبي الحزب في المحافظات منذ تأسيسه لحضور هذا المؤتمر النوعي الهام والذي سيعقد في تمام الساعة الحادية عشر ظهراً في جمعية ديوان اقموة في عمان يوم السبت الموافق 10/9/2022.

تكريم 22 نزيلاً بمراكز الإصلاح نجحوا بالتوجيهي

عمان

أوعز مدير الأمن العام اللواء الركن حسين الحواتمة إلى مدير مراكز الإصلاح والتأهيل، بتكريم 22 نزيلاً اجتازوا امتحان الثانوية العامة (التوجيهي) بنجاح، وإتاحة الفرصة للقاء ذويهم في زيارات خاصة.

وأكد الحواتمة أن هذا التكريم يأتي تقديراً لما بذله هؤلاء النزلاء من جهد وعزيمة، وما أظهروه من عزم على تطوير أنفسهم، وإصرارهم على السير في الطريق القويم من خلال العلم والمعرفة رغم ظروفهم الاستثنائية داخل أسوار مراكز الإصلاح والتأهيل.

وأشار الحواتمة إلى أن تمكن النزلاء من إكمال دراستهم داخل مراكز الإصلاح والتأهيل، هو جزء من سياسة إصلاحية شاملة انتهجتها مديرية الأمن العام، لتمكين هؤلاء النزلاء من العودة للمجتمع وقد امتلكوا أدوات معرفية، ومهارات مهنية تسهل عليهم الانخراط في الحياة كعناصر صالحة.

يشار إلى أن إدارة مراكز الإصلاح والتأهيل عملت وبالتعاون مع وزارة التربية والتعليم على تهيئة الأجواء والظروف المناسبة للنزلاء الراغبين بالتقدم لامتحان الثانوية العامة (التوجيهي)، حيث تقدم 83 نزيلاً لهذا الامتحان من مختلف مراكز الإصلاح والتأهيل اجتازها بنجاح 22 نزيلاً وحصل احدهم على معدل 83.58.

لقاء علمي حول الصحة الأسرية الإنجابية

عمان

نظم المجلس الأعلى للسكان بالتعاون مع صندوق الأمم المتحدة للسكان الخميس، لقاءً علمياً لعرض ومناقشة ورقتي حقائق تتعلقان بالصحة الإنجابية لأسرة الأردنية وشرحة كبار السن، بمشاركة الجهات الوطنية ذات العلاقة، ضمن فعاليات الاحتفال باليوم العالمي للسكان.

وتناولت الورقة الأولى، حسب بيان للمجلس، دور الإعلام والاتصال في كسب التأييد ورفع الوعي حول قضايا الصحة الإنجابية في الأسرة الأردنية، والإعلام والتوعية الصحية، وواقع الإعلام والاتصال الأردني المتعلق بالصحة الإنجابية، وآليات تفعيل كسب الدعم والتأييد ورفع الوعي بقضايا الصحة الإنجابية، فضلاً عن تقديم عدد من التوصيات في هذا الإطار.

وركزت الورقة الثانية على موضوع «الصحة الإنجابية لكبار السن في الأردن»، من منظور الصحة للجمع وفي مراحل العمر كافة، خاصة في ظل وجود مستنئين لديهم زوجات ما زلن في سن الحمل والإنجاب.

وهذفت الورقة إلى لقاء الضوء على احتياجات كبار السن للمعلومات عن الصحة الإنجابية، وبيان الفجوة في البيانات والبحوث والبرامج الخاصة بالمستنئين والوصول إلى توصيات محددة بهذا الشأن.

وتطرقت الورقة إلى أنواع السرطانات ذات الصلة بالصحة الإنجابية، ونمط الوفاة بين المستنئين، والعقم الإنجابي، والعنف الأسري الموجه للمستنئين كشرحة هشة، ومدى وصول المستنئين إلى رعاية الصحة الإنجابية، وتوفر مختصين في طب كبار السن.

بحث التعاون بين الهاشمية للمصائب العسكريين والتنمية للمصائب العسكريين والتنمية

عمان

بحث مدير عام الهيئة الهاشمية للمصائب العسكريين العميد الركن الطيار المتقاعد موران ترك، وأمين عام وزارة التنمية الاجتماعية الدكتور بريق الضمور، الخميس، أوجه التعاون والتنسيق المشترك. وتناقش الجانبان خلال لقائهما في مقر الهيئة، التطلعات المستقبلية في مجال رعاية وإعادة تأهيل المصائب العسكريين ومدمجهم في المجتمع، إلى جانب الإطلاع على أهم الأعمال والواجبات التي تضطلع بها الهيئة لخدمة المصائب العسكريين وذويهم.

وأكد الترك أهمية العلاقة التشاركية والتكاملية التي تربط الهيئة بمختلف المؤسسات الوطنية لخدمة هذه النخبة المميزة من أبناء الوطن الذين أصيبوا بأوسمة في أجسادهم خدمة للوطن والذود عن حماه، من جانبه، ثمن الضمور الدور الكبير الذي تقوم به الهيئة تجاه شريحة المصائب العسكريين الذين قدموا التضحيات في خدمة الوطن وحفظ أمنه واستقراره، وكان لهم السبق في التضحية والفداء. وفي نهاية اللقاء جال الضمور مرافق وأقسام الهيئة المختلفة، مبدياً إعجابهم بمستوى الخدمات التي تقدمها الهيئة للمصائب العسكريين وذويهم.

ديوان الخدمة يوضح آليات تعيين وظيفة الحارس في التربية

عمان

أوضح ديوان الخدمة المدنية في رده على الملاحظات والاستفسارات حول آلية التعيين لوظيفة حارس وزارة التربية والتعليم، والذين تم الإعلان عن أسماء المرشحين للتعيين بالصف المحلي وعبر المواقع الإلكترونية، أنه أدرجت التفاصيل الخاصة بآلية احتساب النقاط التنافسية بشكل واضح وشفاف، وأضاف الديوان، في بيان صحفي الخميس، أنه يحسب للتصنيف العلمي 20 علامة موزعة حسب الشهادة المدرسية التي يحملها المرشح، والخبرات 10 نقاط بواقع 2 نقطة لكل سنة خبرة مسجلة بالضمان الاجتماعي ومصادقة من وزارة العمل، و10 نقاط للدورات التدريبية وبواقع 2 لكل دورة لها علاقة مباشرة بطبيعة الوظيفة، و10 نقاط للتدريب المهني للوظائف المهنية والحرفية. وبين رئيس الديوان، سامح الناصر، أن الديوان قام بتزويد وزارة التربية والتعليم بأسماء المرشحين للتعيين بعد إجراء المقابلات الشخصية لوظيفة حارس، حيث بلغ عدد المرشحين للتعيين 556 مرشحاً، وجرى نشر أسماء المرشحين في الصحف اليومية وعلى المواقع الإلكترونية من خلال وزارة التربية والتعليم، لاستكمال إجراءات تعيينهم حسب الأصول.

وحول آلية التعيين، أكد الناصر أنه جرى اختيار المرشحين للتعيين بناء على مجموع النقاط التنافسية، مضافاً إليها علامة الامتحان التنافسي وعلامة المقابلة الشخصية، وذلك بعد أن تم عقد الامتحان التنافسي بتاريخ 2022/5/28، من قبل وزارة التربية والتعليم بالتنسيق مع ديوان الخدمة المدنية، ومن ثم تم اختيار المرشحين لإجراء المقابلات الشخصية، استناداً لتعليمات الاختيار والتعيين. وأشار إلى أنه تم ترشيح أعلى 3 ناجحين وفق مجموع النقاط التنافسية أو العدد المتوفر إذا كان أقل من ذلك لإجراء المقابلة الشخصية لكل وظيفة شاردة، وذلك بناء على مجموع النقاط التنافسية (علامة الامتحان التنافسي والمخصص له 40 نقطة، ومجموع النقاط التنافسية التي حصل عليها من خلال: المستوى التعليمي والدورات التدريبية والخبرات العملية والمخصص لها 50 نقطة).

ولفت إلى أن لجان المقابلات تم تشكيلها من خلال وزارة التربية والتعليم بالتنسيق مع ديوان الخدمة، وكانت مسجلة بالصوت والصورة، وأن العلامة المخصصة للمقابلة الشخصية كانت 10 علامات.

وزير السياحة يلتقي السفير التونسي في عمان

عمان



التقى وزير السياحة والآثار، نايف الفايز، الخميس، السفير التونسي لدى المملكة خالد السهيلي. وبحث الجانبان زيارة العمل المنتظرة لوزير السياحة والآثار، تلبية لدعوة نظيره التونسي، والتي ستكون مناسبة لعقد الدورة الثانية للجنة القطاعية التونسية-الأردنية المشتركة في المجال السياحي واللجنة الفنية في مجال الصناعات التقليدية، فضلاً عن التوقيع على مشروع البرنامج التنفيذي لاتفاقية التعاون السياحي للسنوات 2021-2022-2023، الذي تمّ الاتفاق على صيغته النهائية، وجرى التأكيد خلال اللقاء على أهمية متابعة توصيات ومخرجات الاجتماع الأخير للجنة السياحة والصناعات التقليدية من خلال التركيز على مجالات التعاون، على غرار القطاعات السياحية والفنية والتسويق السياحي وتبادل الخبرات، بما يضمن الصيغة التنفيذية على مضامين التعاون الفئائي في هذا القطاع بين البلدين. كما جرى خلال الاجتماع بحث مجالات تطوير التدفق السياحي بين البلدين من خلال إشراك القطاع الخاص.

سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟

هل حقاً يرفع تناول حبوب الفياجرا خطر الإصابة بسرطان الجلد؟ إليكم ما وجدته هذه الدراسة.

شاركفرد سرطان الجلد والفياجرا: ما العلاقة؟ كتفت دراسة جديدة نشرت في المجلة العلمية Journal of the American Medical Association أن تناول المنشطات الجنسية- فياجرا من شأنه أن يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد لدى الرجال. وأوضح الباحثون أن ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد لمن يتناول الفياجرا مرتبط بشكل أساسي في العوامل المختلفة من نمط الحياة المتبع، مثل التعرض المستمر لأشعة الشمس، أي بكلمات أخرى الفياجرا ليست المسبب لخطر الإصابة بسرطان الجلد!

وقالت الباحثة الرئيسية في الدراسة الدكتورة ستاسي لوب Dr. Stacy Loeb أنهم لم يجدوا أي دليل يربط ما بين تناول المنشطات الجنسية وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد". وأشارت إلى أنها قامت بهذه الدراسة بعد صدور دراسة أمريكية سابقة والتي كانت قد وجدت رابطاً بين تناول الفياجرا وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد، وبرأيها لم تكن هذه النتائج مقنعة، وبالعكس أخافت مستخدمي هذه المنشطات:

حيث قام الباحثون بدراسة أكثر من ٢٠٠٠٠٠ ملف طبي، ووجدوا أن استخدام الفياجرا والمنشطات الجنسية لا يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد بشكل مستقل، إلا أنه قد يسبب الإصابة بأمراض أخرى مختلفة. وأشار الباحثون أن اجتماع عدة عوامل مختلفة مع تناول المنشطات الجنسية من شأنه أن يرفع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأكدت الدراسة على اعتبار تناول هذه الحبوب أمناً.

مسكنات الألم: أخطاء شائعة عند الاستعمال

سواء كانت هذه الآلام هي آلام ظهر أو صداع أو آلاماً في البطن، فنحن جميعاً نعاني أحياناً من ألم مزعج نشعر بأنه علينا التخلص منه.

مسكنات الألم: أخطاء شائعة عند الاستعمال نعاني جميعاً أحياناً من ألم مزعج علينا التخلص منه، سواء كانت هذه الآلام هي الام ظهر، صداع، الام في البطن، وقد تكون ناجمة عن ضغط العمل أو من الدورة الشهرية وتغير توازن الهرمونات.

قد تستعين بصديق جيد، مسكن الألم، ولكن إذا لم يستطع هذا القرص إزالة الألم، فربما كنت لا تتناوله بشكل صحيح. ينبغي علينا أن نعرف كيفية تناول مسكنات الالم بطريقة صحيحة، وإلا فإنها لن تكون مجدية.

لذلك جهزنا لكم لائحة الأخطاء الشائعة عند تناول المسكنات، إذا كنتم ترتكبون خطأ أو أكثر منها فمن الأفضل أن تغيروا عاداتكم.

إذا كان مسكن ألم واحد يساعد، فإن الاثنین يساعدان بقدر مضاعف

عندما يصف لكم الطبيب مسكناً للألم، فإنه يلائم الجرعة التي من شأنها أن تمنح التخفيف الأقصى للألم. مضاعفة الجرعة مرتين أو ثلاث مرات لا تضمن المزيد من تخفيف الألم أو التأثير الأسرع للقرص. لذلك قد يزيد تغيير الجرعة، أغلب الأحيان، من الآثار الجانبية السلبية، في الواقع، في بعض المسكنات، إذا كان قرص واحد لا يزيل الألم، فإن تناول القرص الثاني والثالث قد يلغي كليا عمل القرص الأول.

لذلك، في حال تناولت مسكن ألم معيناً ولم يساعدكم بما فيه الكفاية – توجهوا إلى الطبيب للتشاور معه حول هذا الموضوع، وربما تكونون بحاجة إلى تغيير الدواء.

كل مادة مسكنة مكونة من مادة فعالة مختلفة، وتعمل بشكل مختلف. إذا كان لديكم عدة أنواع من المسكنات في المنزل وكنتم تعتقدون أن "الكوكيتيل" (أو مزيج) منها قد يضمن تخفيف الألم – فكروا في الأمر مجدداً.

ليس فقط لأنه من المحتمل ألا تشعروا بتخفيف الألم، بل ربما يكون هذا العمل خطيراً وقد يشكل خطراً عليكم.

في كثير من الأحيان، نحن نشترى المسكنات من دون وصفة طبية ومن دون قراءة نشرة التعليمات المرफقة، أي أننا لا نعرف ما الذي نتناوله.

إذا قدتم بخلط هذه الأدوية مع أدوية تحتاج إلى وصفة طبية أو أخرى من دون وصفة طبية، فقد تصلون إلى حافة الجرعة الزائدة. شرب الكحول مع مسكنات الالم

بشكل عام، يؤثر تناول المسكنات والكحول كل منها على الآخر. فالكحول يمكن مثلاً أن يؤدي بكم إلى السكر، ودمجها مع مسكن الألم، الذي يحتوي على المواد التي يمكن أن تسبب التشنوش، يمكن أن يكون خطيراً جداً.

حتى لو شربتم كمية قليلة من الكحول، مع مسكن للألم – فمن الأفضل ألا تقودوا السيارة، بشكل عام، يوصى بعدم شرب الكحول سوية مع المسكنات في نفس الوقت.

دمج مسكنات الالم مع أدوية أخرى

كثيرون يتناولون مسكنات الألم من دون التفكير في الأدوية، الأعشاب الطبية، المكملات الغذائية الأخرى التي يتناولونها بانتظام. مثل هذا الخلط يمكن أن يؤدي إلى تعطيل فاعلية أحد الأدوية.

على سبيل المثال، الأسبرين يمكن أن يؤثر على عمل أدوية معينة لمعالجة مرض السكري، بينما الكودائين أو الأوكسيكودون يمكن أن يعرقل عمل بعض مضادات الاكتئاب.

لذلك، إذا كنتم تتناولون أدوية معينة بانتظام وتريدون تناول مسكن للألم أيضاً، فيتوجب عليكم أن تحققوا من كون هذه الأدوية لا تتعارض مع بعضها البعض.

القيادة تحت تأثير الأدوية

ربما لا تبدو القيادة تحت تأثير الباراسيتامول على هذه الدرجة من السوء، ولكن بعض المسكنات يمكن أن تسبب التشنوش، ومن المعروف أن رداد الفعل أو التأثيرات الجانبية للأدوية تختلف من شخص إلى آخر.

بعض الأشخاص يصيهم تشنوش شديد وتعب تحت تأثير المسكنات. ولذلك، فإن هؤلاء يُصحون بالامتناع عن قيادة السيارة، حتى ولو تناولوا قرصاً واحداً فقط لا غير (تذكروا... القرص الواحد ليس أضعف من اثنين)!

تقاسم الأدوية مع الآخرين

غالباً يتشارك الناس مسكنات الألم التي تستلزم وصفة طبية، من أفراد العائلة للأصدقاء للجيران. علينا أن ندرك أنه ليس كل دواء مناسب للجميع، وهذا ينطبق أكثر عندما يتعلق الأمر بأدوية تحتاج وصفة طبية.

هذا الدواء تم وصفه لمعالجة مشكلة معينة ولشخص معين من قبل الطبيب الذي يعرفه ويعرف مشكلته، حيث قام بملائة الدواء والجرعة المناسبة للمشكلة الخاصة لدى هذا الشخص.

ما يصلح للبعض لا يصلح للآخرين، وما يلائم لمعالجة نوع من الألم قد لا يلائم لمعالجة نوع آخر من الألم، ربما كنتم تتقاسمون أدويةكم رغبة في المساعدة، ولكنكم قد تتسببون بالزهد من الضرر في نهاية المطاف.

عدم التحدث مع الصيدلي

عدم قراءة نشرة التعليمات المرफقة بالدواء هو خطأ واحد، ولكنه مفهوم، فالنشرة لا تكون مكتوبة دائماً بشكل مفهوم وبعض المعلومات ليست واردة فيها أصلاً.

عند وصولكم للمزل قد تدركون أن نشرة التعليمات غير واضحة، وليس هناك من تستطيعون التشاور معه ما لم تعودوا إلى الطبيب لطرح السؤال والاستفسار فقط، ومعظمنا لا يفعل ذلك، لهذا بالضبط يوجد الصيدلي.

عندما تشترون دواءً مسكناً للألم، حتى ولو كان لا يستلزم وصفة طبية، اقرأوا نشرة التعليمات خلال تواجدكم في الصيدلية، وإذا كان لديكم أية تساؤلات – فيمكن أن توجهوها إلى الصيدلي.

تخزين مسكنات الألم "لحالات الطوارئ"

يميل الكثيرون إلى "تخزين" الأدوية لتكون في المنزل، في متناول اليد عند الحاجة. المشكلة هي عندما تنتهي صلاحية هذه الأدوية، وخاصة إذا تم تخزينها في ظروف غير مناسبة (مثل الرطوبة).

لا فائدة لمثل هذه المسكنات، بل إنها تصبح ضارة. عندما تقومون بشراء المسكنات دون وصفة طبية، تحققوا بعناية من تاريخ انتهاء صلاحيتها، وتأكدوا من عدم استخدام المسكنات المنتهية صلاحيتها.

كسر الأقراص بالقوق

العديد من الأدوية يجب تناولها كما هي وإلا فإنها لن تكون فعالة، فإذا كان هناك خط في منتصف القرص للقطع – فيجب قطع القرص بالخط المرسوم، وإذا تعذر ذلك يجب بلع القرص كاملاً، إذا لم يخبرك الطبيب غير ذلك.

عند قطع القرص في مكان غير الخط أو القرص الذي لم تكن فيه علامة خط القطع، قد لا يساعدكم الدواء على النحو الذي تريدون، ناهيك عن الطعم المر، حيث أنكم تكونون قد قطعتم الغلاف المينط للقرص.

هل خطر لك أن إزالة شعر العانة

قد يخطوي على بعض المخاطر الصحية؟ رجلاً كنت أم امرأة، هذا الخبر لك؛ شاركفرد تحذيرات وحقائق جديدة حول إزالة شعر العانة؛ نشرت الجمعية الطبية الأمريكية (The American Medical Association)

مؤخراً تقريراً أظهر أن ربع الأمريكيين على الأقل يلحقون الضرر بأنفسهم أثناء حلاقة وإزالة شعر العانة، خاصة بين فئة الشباب أو الرجال الذين لديهم شعر كثيف، بل إن عدداً كبيراً تم إدخاله إلى المشافي إذ استدعى الضرر الحاصل القيام بعمليات جراحية وتناول المضادات الحيوية؛ أسوأ تقنية لإزالة شعر العانة

حذر التقرير الصادر بشكل خاص من تقنية معينة، وهي الاستلقاء على ظهرك وجعل شخص آخر يقوم بإزالة شعر العانة بالنيابة عنك، إذ أظهر التقرير أن هذه التقنية بالذات كانت أكثر الأساليب المتبعة تسبباً بالضرر. أفضل تقنية لإزالة شعر العانة

يرجح الخبراء أن أفضل وأكثر تقنية صحية لإزالة شعر العانة هي عبر استخدام أشعة الليزر، إذا ما تم استخدامه بشكل صحيح وبدرجة حرارة مناسبة ومن قبل محترف في مركز متخصص ومرخص.

أكثر أنواع الإصابات انتشاراً نتيجة إزالة شعر العانة وأوضح التقرير أن أكثر أنواع

الإصابات انتشاراً نتيجة اتباع

تقنيات خاطئة لإزالة شعر العانة كانت كما يلي: في المرتبة الأولى: تمزق الأنسجة (Laceration).

في المرتبة الثانية: الحروق والطفح الجلدي. حقائق صحية صادمة

ووجد التقرير العديد من الحقائق الغريبة، مثل: إن إزالة شعر العانة بالكامل من كافة الأجزاء الخارجية للمنطقة

التناسلية عند الرجل أو المرأة يزيد ويشكل كبير من فرص التقاط الأمراض المنقولة جنسياً.

بعض الجراحات التي اضطر الأطباء لإجرائها لأشخاص ضرروا من إزالة شعر العانة،

تضمنت معالجة خراج تكون في

منطقة العانة وتقليب الجروح. إن حلق شعر العانة بشفرات غير نظيفة، قد يتسبب إصابة بصيالات الشعر في تلك المنطقة بمرض بكتيري يدعى بالتهاب الجريبات (Folliculitis).

تصائح لإزالة شعر العانة دون ضرر

احرص على أن تكون شفرة الحلاقة "جديدة"، إذا كنت تخطط لإزالة شعر العانة في المنزل، إذا كانت بشرتك حساسة،

وكنت تريد اللجوء لاستخدام كريمات إزالة الشعر، احرص على اختيار نوع مخصص للبشرة الحساسة.

إذا كان لديك التهاب في منطقة

تعليمات للكشف عن حساسية العطور

أولاً والانتظار لأربع وعشرين ساعة للتأكد

من عدم ظهور أي ردة فعل تحسسية. هناك العديد من المواد التحسسية الموجودة في العطور لذا من المهم أن يعرف كل إنسان تلك المواد بشكل جيد.

أما بعد شراء العطر، فمن المهم حفظه في مكان جاف وبدرجة حرارة الغرفة، للحفاظ عليه بشكل سليم، ويجب عدم تركه في السيارة المغلقة تحت الشمس، لأن ذلك قد يسبب انفجار العبوة.

التعليمات قبل الشراء، والتي تشمل:

التأكد من وجود قائمة بالمكونات التي يحتويها العطر

قراءة مكونات العطر بدقة، فقد يحتوي على مواد تثير الحساسية، علماً أن هذا الأمر لا يعتبر مخالفاً للقانون.

لا تشتري أي زيوت عطرية مخلوطة أو مخففة بأي مذيّب.

كما على الشخص المصاب بحساسية لأي نوع من العطور تجربتها على ساعده

خطيرة على الصحة.

وأشارت الهيئة في منشور على حسابها الرسمي في موقع التواصل الاجتماعي تويتر أن المواد التي من الممكن أن تسبب الحساسية تتواجد في الزيوت العطرية بشكل طبيعي، وأصبحت تتواجد في جميع أنواع العطور تقريباً في الوقت الحالي، الأمر الذي قد يؤثر على صحة بعض الأشخاص سلباً.

ولتجنب ذلك من المهم اتباع بعض

تناول الطماطم يومياً يحارب سرطان الجلد

ولا تقتصر فوائد الطماطم على

محاربة سرطان الجلد، بل تشمل: تساعد في تنظيف السكر في الدم لدى مرضى السكري

الوقاية من الإصابة بأمراض القلب والشرايين

المساعدة في النزول بالوزن مكافحة التجاعيد وعلامات الشيخوخة

الوقاية من هشاشة العظام الوقاية من الإصابة بالإسكاسك.

الجلد وليست الطماطم الخضراء،

الجدير بالذكر أن هذه النتائج انطبقت فقط على الفئران الذكور، ولم يكن لتناول الإناث الطماطم أي اثر على تقلص حجم السرطان.

وعقب الباحثون أن الطعام لا يعد بديلاً عن الأدوية ولكن تناول الطعام الصحي والجيد على مدار فترة

طويلة من الزمن من شأنه أن يساعد في محاربة الإصابة ببعض الأمراض.

فوائد الطماطم

جميع الفئران تعرضت لأشعة فوق

البنفسجية، وهي من أحد عوامل الإصابة بسرطان الجلد.

ولاحظ الباحثون أن الفئران اللاتي تناولت بوبرة الطماطم قلت فرص إصابتها بالأورام المميتة

بنسبة وصلت إلى ٥٠٪ تقريباً. وأكد الباحثون أن الطماطم الحمراء والتي تحتوي على مادة كاروتينات (Carotenoid) هي التي أثرت على الإصابة بسرطان

الجلد بشكل كبير.

وأشار الباحثون القائمون على الدراسة أن المادة المسؤولة عن إعطاء الطماطم لونها الأحمر قد تكون

السر في محاربة الضرر الناتج عن أشعة الشمس.

في تجربة قام بها الباحثون على الفئران، وجدوا أن أولئك الذين تناولوا بوبرة الطماطم يومياً ولمدة ٣٥ أسبوعاً تقلص حجم سرطان

الجلد لديهم، وأفاد الباحثون أن

كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع

خطر الإصابة بسرطان الجلد

وأوضح الباحثون أن هذه

الدراسة والنتائج قد تكون دليلاً ومؤشراً إلى ضرورة اعتماد عدد الشامات في تشخيص الإصابة

بسرطان الجلد مستقبلاً، وقالت الدكتورة ريبيرو: "من الضروري أن

تعرف ما هو الطبيعي بالنسبة لجلدك واخبار الطبيب عن أي تغيير يطرأ في حجم أو شكل أو لون أو ملمس

الشامات الموجودة". وأكدت بأنه يجب النظر إلى جميع أنحاء الجسم

للتأكد من ظهور شامات جديدة وتغيير الموجودة بالأصل وليس فقط على الذراع اليمنى.

الذراع اليمنى كانت دليلاً قوياً على

ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد مقارنة مع الأجزاء الأخرى من الجسم. النساء التي تمتلك أكثر من

سبع شامات على ذراعهن اليمنى ملكن عدداً من الشامات على جسمهن أكثر بتسع مرات من غيرهن، ووصل إجمالي عدد هذه الشامات إلى ٥٠.

من امتلكت ١١ شامة على أقل على ذراعها اليمنى، كان إجمالي عدد الشامات عى جسمها أكثر من ١٠٠

شامة، أي ارتفاع خطر إصابتها بسرطان الثدي أكثر بخمس مرات من غيرها.

اكتشاف ما اذا كانت الزيادة في عدد

الشامات في منطقة معينة من الجسم ترتفع خطر الإصابة بالمرض بشكل أكبر من غيرها.

كيف جرت الدراسة؟ استهدف الباحثون بدراستهم ٣٠٥٩٤ امرأة، وقامت بعد الممرضات بإحصاء عدد الشامات في ١٧ منطقة

من جسم كل مشتركة، مع الكشف عن نوع الجلد والشعر ولون العيون. من ثوكرر الباحثون التجربة نفسها على

ما يقارب الـ ٤٠٠ رجلاً وامرأة. ووجد الباحثون ما يلي:

عدد الشامات الموجودة على

القائمين على الدراسة من جامعة King's College London

أن سرطان الجلد مسؤول عن أكثر الوفيات بالسرطان، وأكدوا بأن

الشامات تعتبر أمراً أساسياً في الإصابة بسرطان الجلد، فكلما زاد

عددها ارتفع خطر إصابة الشخص بالمرض. وتبعاً لما أوضحته الباحثة الرئيسية في الدراسة الدكتورة

سليمون ريبيرو Simon Ribero فإن كل زيادة في الشامات تؤدي إلى ارتفاع خطر الإصابة

بسرطان الجلد بنسبة تتراوح ما بين ٢-٤٪. لذا عكف الباحثون إلى

نحن نعلم من وقت سابق بان الشامات قد تكون دليلاً على الغصابة

بسرطان الجلد، ولكن ما الجديد الذي اكتشفته هذه الدراسة؟

شاركفرد كثرة الشامات على الذراع اليمنى يرفع خطر الإصابة

بسرطان الجلد وجدت دراسة بريطانية جديدة نشرت في المجلة العلمية British Journal of Dermatology

أن عدد الشامات (الخالات) على الذراع اليمنى من شأنها أن تشير إلى ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد melanoma، وأشار الباحثون



متابعتهم لمدة ١٨,٣ عاماً.

ووجد الباحثون بأن إستهلاك الكحول بشكل عام يزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد بنسبة

١٤٪. وبنسبة ١٣٪ من يستهلكون فقط النبيذ الأبيض بشكل يومي. ووجدت الدراسة أيضاً أشكالاً

يحاول الباحثون من جامعة

براون تحديد مدى العلاقة بين إستهلاك الكحول وزيادة خطر

الإصابة بسرطان الجلد، وقد قام الباحثون باستخدام البيانات من ثلاث دراسات كبيرة أجريت على ٢١٠,٠٠٠ شخص وقد تمت

من المعروف أن شرب الكحول

يؤثر على الصحة ولكن هذه الدراسة تؤكد العلاقة بين شرب النبيذ الأبيض وسرطان الجلد

شاركفرد دراسة جديدة تشير إلى أن النبيذ الأبيض يزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد

أخرى من إستهلاك الكحول لا

تزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بسرطان الجلد.

ويقول الباحث إيونيونغ شوو (Eunyoung Cho) بأنه

من الغريب وجود العلاقة القوية بين النبيذ الأبيض وارتفاع خطر الإصابة بسرطان الجلد. وأشاروا

أيضاً بأنهم لم يتوصلوا إلى سبب من وراء هذه العلاقة.

وأفاد الباحثون بأن النبيذ يحتوي على نسبة عالية من الـأسيتالدهيد (Acetaldehyde) بالمقارنة

مع المشروبات الكحولية الأخرى. ولكن مع أن نسبة الـأسيتالدهيد متساوية في النبيذ الأحمر والأبيض ولكن الفرق هو احتواء النبيذ الأحمر على مضادات

الأكسدة والتي بدورها تقلل من

فاعلية الـأسيتالدهيد. هذا ولا تزال الأهمية السريرية

والبيولوجية لهذه النتائج غير محددة ولكنها تؤثر على من تكون لديهم نسبة الخطر للإصابة

بسرطان الجلد عالية. وهناك أهمية كبيرة لتوعية

الناس بشأن أضرار الكحول وكذلك يحتاجون إلى وضع

إستراتيجية ملائمة للحد من المخاطر التي تزيد من خطر

الإصابة بسرطان الجلد وأنواع عديدة أخرى من السرطان. وبيصحص إيونيونغ شوو بمراجعة الـفوائد الصحية للمشروبات الكحولية بالمقارنة مع الأضرار التي قد تسببها مثل سرطان الجلد.

طريقة علاج الربو؛ هل تفيد الطرق التكميلية والبديلة؟

يجزّب العديد من الأشخاص علاجات الربو التكميلية والبديلة التي تتراوح من الأعشاب إلى اليوجا. اكتشف أيًا من العلاجات المنزلية للربو تكون أكثر فاعلية على الأرجح.

العلاج بالإبر الصينية

تمارين التنفس

العلاجات العشبية

العلاج بالتدليك والاسترخاء

الفيثامينات والمكملات

الأدلة والأمان

يتراوح علاج الربو بالطب التكميلي والبيديل (CAM) من تمارين التنفس إلى العلاجات العشبية. لسوء الحظ، يصعب تقييم مدى أمان وفاعلية هذه العلاجات نظرًا للافتقار إلى التجارب السريرية جيدة الإعداد. إذا كنت تفكر في علاج الربو لديك بالطب التكميلي والبيديل، فستعرض لك فيما يلي معلومات ينبغي عليك معرفتها.

العلاج بالإبر الصينية

ينطوي العلاج بالإبر الصينية على إدخال إبر رفيعة للغاية في الجلد عند نقاط معينة في الجسم. وتشير بعض الدراسات إلى أن أعراض الربو قد تحسّن باستخدام الإبر الصينية ولكن يتطلب الأمر مزيدًا من الدراسات الحاسمة لتقييم فائدة هذه الطريقة في علاج الربو، بشكل كامل. إذا قررت تجربة الإبر الصينية، فاذهب إلى اختصاصي العلاج بالإبر الصينية المعتمد وذي الخبرة ويُفضّل أن يكون طبيبياً متخصصاً أيضًا.

تمارين التنفس

تستهدف تقنيات التنفس المستخدمة في حالات الربو، الحد من فرط التنفس وتنظيم التنفس، وهي تشمل تقنيات بوتيكو للتنفس وتقنية التنفس في اليوجا (براناياما). ولكن لا يبدو أن هذه التقنيات تحسّن من رد الفعل التحسسي الأساسي الذي يسبب أعراض الربو. ومع ذلك، ورد في بعض الدراسات أن الأشخاص الذين مارسوا تمارين التنفس ذكروا تحسّن الأعراض لديهم.

العلاجات العشبية

منذ آلاف السنين ويتم استخدام العلاجات العشبية لعلاج مشكلات الرئة في آسيا. وقد أظهرت الأبحاث النتائج الإيجابية لبعضها ولكن هناك حاجة مزيد من الدراسات بهذا الشأن.

عادة ما ينطوي الطب التقليدي الصيني والهندي والياباني على استخدام مزيج من الأعشاب. وقد يكون الجمع بين أعشاب معينة أكثر فاعلية من تناول عشب واحد فحسب.

توخّ الحذر من العلاجات العشبية وناقش دائمًا استخدام هذه الأعشاب أو المكملات الغذائية مع الطبيب. ضع في اعتبارك المخاوف التالية قبل تناول أي علاج عشبي:

الجودة والجرعة: غالبًا ما لا يكون محتوى العلاجات العشبية ذا مقدار موحد وقد يختلف من حيث الجودة والمفعول. ومن الممكن أن تحتوي العلاجات العشبية على مكونات غير مذكورة وقد تحتوي هذه المكونات على مواد ملوثة.

الآثار الجانبية: تتراوح الآثار الجانبية التي تسببها المكملات العشبية من خفيفة إلى حادة ويعتمد ذلك على نوع العشب والجرعة المتناولة. احذر خاصة من علاجات الربو العشبية التي تحتوي على عنب البحر أو المواد الشبيهة به، إذ إنه قد يسبب ارتفاع ضغط الدم وتم الربط بينه وبين حدوث الأزمة القلبية والسكتة الدماغية. وتشمل الأمثلة على ذلك، ماهوانج (محظور في الولايات المتحدة) ونبات النارنج. تفاعلات الأدوية: يمكن أن تتفاعل علاجات عشبية معينة مع أدوية أخرى.

لا تعني هذه المخاوف أن تجربة العلاج العشبي فكرة سيئة بالضرورة بل إنها دعوة للحاجة إلى توخي الحذر. تحدث مع الطبيب قبل تناول أي علاج عشبي للتأكد من أنها آمنة لك.

العلاج بالتدليك والاسترخاء

إلى جانب التدليك، تتضمن تقنيات العلاج بالاسترخاء والتأمل والارتجاع البيولوجي وإرخاء العضلات التدريجي. ومن غير الأكيد ما إذا كانت هذه التقنيات تعود بالفائدة المباشرة على الربو ولكن يبدو أنها تقلل الضغط النفسي وتعزّز الشعور بالراحة.

إذا أدخلت تقنيات الاسترخاء في حياتك إلى جانب التمارين العادية، فقد يساعدك هذا على الشعور بتحسن بشكل عام.

الفيثامينات والمكملات

يتطلب الأمر مزيدًا من الأبحاث لتحديد ما إذا كانت الفيثامينات أو المواد الغذائية الأخرى يمكنها المساعدة في تخفيف أعراض الربو لدى الأشخاص الذين يفقدون إلى هذه الفيثامينات أو المواد الغذائية. توجد ثلاث مواد لها نتائج إيجابية وهي كالتالي:

مضادات الأكسدة: يبدو أن الأشخاص الذين يعانون من الربو الحاد لديهم مستويات منخفضة من المواد الغذائية الوقائية الموجودة في الفواكه والخضراوات. وقد يكون مضادات الأكسدة، مثل المانغنسيوم وفيتامين "ج" وفيتامين "هـ"، بعض التأثير على الربو ولكن هناك حاجة لإجراء مزيد من الأبحاث حول هذا الأمر.

الأحماض الدهنية أوميغا ٣: توجد الأحماض الدهنية أوميغا ٣ في العديد من أنواع الأسماك. ويمكن أن تحد الزيوت الصحية التي تحتوي على هذه الأحماض الدهنية من الالتهاب الذي يؤدي إلى ظهور أعراض الربو. ويبدو أيضًا أن لها عددًا من الفوائد الصحية الأخرى. ليس من الأكيد ما إذا كانت الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الموجودة في مصادر الخضراوات، مثل بذور الكتان وزيت الكانولا، لديها الآثار المفيدة ذاتها التي لدى الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الموجودة في الأسماك.

فيتامين "د": يعاني بعض مرضى الربو من نقص في فيتامين "د". ويحاول الباحثون اكتشاف ما إذا كان فيتامين "د" يمكن أن يقلل من أعراض الربو لدى بعض الأشخاص.

قد تساعد الفيثامينات المتعددة أو المكملات في الحصول على المواد الغذائية ولكن أفضل طريقة للتيقن من أنك تحصل على الكمية المناسبة من المواد الغذائية تتمثل في تناول أغذية غنية بالأطعمة الطازجة غير المعالجة. ليس هناك أي أثر سلبي في زيادة مدخولك من الفواكه والخضراوات والأطعمة الغنية بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ مثل أسماك المياه الباردة والمكسرات والخضراوات وبذور الكتان.

مراعاة الأدلة والأمان

هناك ضرورة لإجراء مزيد من الدراسات جيدة الإعداد قبل أن يتمكن الباحثون من البت بشأن أي من علاجات الربو التكميلية والبديلة الذي قد يكون ذا فاعلية على الأرجح. تحدث إلى الطبيب قبل تجربة أي علاج تكميلي أو بديل للربو ولا تتوقف عن استعمال الأدوية الموصوفة طبيًا أو أي علاج طبي آخر.



مختلفة لإصابة الشخص بالإغماء، مثل: الرؤية المفاغحة لأمر صادم وغير محبب مثل الدم التعرض المفاجئ لتجربة غير محببة الصدمة النفسية من قبل مشاعر صادمة مثل تلقي خبر غير جيد الشعور بالخزي بشكل كبير الوقوف لفترة طويلة من الزمن التواجد في مكان مكتظ وحار لفترة طويلة القيام بمجهود بدني كبير لفترة طويلة تغيير الوضعية من الجلوس إلى الوقوف بسرعة كبيرة الإصابة بالجفاف الإصابة بمرض السكري دون السيطرة

الإغماء: أسباب وإسعاف
هل شاهدت من قبل حادثة لإغماء شخص ما؟ هل عرفت كيف السبب لذلك أو كيفية التصرف السليمة في هذه الحالة؟ تعرف على ذلك الآن.

الإغماء (Fainting) عبارة عن مصطلح يشير إلى فقدان المفاجئ، والمؤقت لوعي الإنسان، وعادة ما يكون نتيجة انخفاض مستوى الأكسجين الواصل إلى الدماغ.

تعرف على أهم أسباب الإغماء وطرق الإسعاف المهمة في هذه الحالة.

للأكسجين أهمية كبيرة في جسم الإنسان، وعدم وصوله إلى المناطق المختلفة من شأنه أن يسبب الضرر، تمامًا مثلما يحدث في حالة الإغماء.

هناك عدة أسباب قد تكون كاملة وراء قلة وصول الأكسجين إلى الدماغ وبالتالي إصابة الإنسان بالإغماء. ومن ضمنها انخفاض ضغط الدم.

في معظم الحالات لا يشكل الإغماء إي حالة طبية طارئة، ولكن إن كان الشخص يعاني من الإغماء المتكرر من الضروري استشارة الطبيب بشكل فوري.

لماذا نصاب بالإغماء

جدير بالذكر أن الإغماء عبارة عن الية دفاعية للجسم، من أجل بقاء الإنسان على قيد الحياة.

هل تغير السلوك والتصرفات هو مشكلة نفسية؟

الأمراض الجلدية الأكثر شيوعاً في الصيف

تؤدي شدة الحرارة في فصل الصيف إلى الإصابة بالفطريات والعديد من الأمراض الجلدية، ولذلك يجب أن تتبعد عن الأمور التي تؤدي إلى هذه الإصابات المزعجة. يأتي موسم الصيف حاملاً معه الترفيه والإستمتاع بالعلطات والنزهات وسط الطبيعة، ولكن تأتي معه بعض الإصابات الجلدية التي يجب أن نقي أنفسنا منها، تعرف على أهمها الآن.

تزداد فرص هذه الأمراض نتيجة ارتفاع درجة الحرارة وإنتشار الفيروسات في الجو، ومن أكثر هذه الأمراض شيوعاً:

١- تصبغ البشرة وحروق الجلد وذلك نتيجة التعرض إلى أشعة الشمس لفترات طويلة في موسم الصيف، مما يؤدي للإصابة بحروق شديدة في الجلد وبالتالي يؤدي هذا إلى تقشر البشرة.

ينصح بتجنب الجلوس تحت أشعة الشمس المباشرة بعد الساعة العاشرة صباحاً وحتى الرابعة عصرًا، إذ تكون الأشعة فيها أكثر قوة، لذا من المهم البحث عن أماكن مظلة.

يجب أيضاً إستخدام واقي الشمس بالدرجة المناسبة للوقاية من حروق الجلد وتصبغه، وإعادة تطبيقه على البشرة كل فترة.

٢- التينيا الملوثة

هي إصابة فطرية تظهر نتيجة التعرق في إصابة فطرية تظهر نتيجة التعرق عن زيادة التعرق والحرارة.

يصاب الأشخاص وبالأخص كبار السن بالأم الركبة، فما هي الأسباب الكامنة وراء ذلك؟ تعرف على أهم هذه المعلومات من خلال المقال التالي.
استخدام الركبة يعد من الأمور الأساسية خلال اليوم، ولكن ماذا لو أصابها أي مكروه؟ هذا الأمر من شأنه أن يحد حركتك! تعرف على أهم أسباب ألم الركبة لتجنبها.

١- الخلع والكسر

إن شعرت بألم مستمر في الركبة بعد سقوط أو حادثة ما، فقد تكون مصاباً بخلع أو كسر فيها.

من الضروري التوجه إلى الطوارئ! للتأكد من سلامتك وتلقي العلاج المناسب.
في بعض الأحيان يحدث كسر الركبة ببطئ، بمعنى أنك تكون قادراً على استخدام

سواء كانت هذه الآلام هي آلام ظهر أو صداع أو آلاماً في البطن، فنحن جميعاً نعاني أحياناً من ألم مزعج نشعر بأنه علينا التخلص منه.
أكثر منيا فنشر بأننا نغفروا عادائكم.

إذا كان مسكن ألم واحد يساعد، فإن الاثنین يساعدان بقدر مضاعف عندما يصف لك الطبيب مسكناً للألم، فإنه يلائم الجرعة التي من شأنها أن تمنح التخفيف الأقصى للألم. مضاعفة الجرعة مرتين أو ثلاث مرات لا تضمن المزيد من تخفيف الألم أو التأثير الأسرع للقرص.

لذلك قد يزيد تغيير الجرعة، أغلب الأحيان، من الآثار الجانبية السلبية، في بطريقة صحيحة، وإلا فإنها لن تكون مجدية. لذلك جهزنا لكم لائحة الأخطاء الشائعة عند تناول المسكنات، إذا كنتم ترتكبون خطأ او أكثر منها فمن الأفضل أن تتغيروا عادائكم.
إذا كان مسكن ألم واحد يساعد، فإن الاثنین يساعدان بقدر مضاعف عندما يصف لكم الطبيب مسكناً للألم، فإنه يلائم الجرعة التي من شأنها أن تمنح التخفيف الأقصى للألم. مضاعفة الجرعة مرتين أو ثلاث مرات لا تضمن المزيد من تخفيف الألم أو التأثير الأسرع للقرص.

وقد يصاحب حمو النيل حكة أحياناً، وللوقاية منه يجب إرتداء ملابس خفيفة وقطنية، والتهوية الجيدة في المنزل والإبتعاد عن درجات الحرارة المرتفعة، وكذلك الإستحمام بالماء البارد لترطيب الجسم.

يجب عدم إهمال الإصابة بهذا المرض لأنه قد يتطور إلى التهابات جلدية. من المهم علاجه عن طريق وضع كريم مخصص وذلك بعد إستشارة الطبيب، أما إذا تحول إلى إتهاب جلدي فقد يحتاج إلى مضاد حيوي.

٥- الطفح الجلدي والإزيميا

لنفس الأسباب السابقة والتي تتمثل في التعرق والحرارة ونزول الماء، يتعرض الجلد إلى حدوث طفح ينتشر في أماكن مختلفة، وأكثر الأماكن شيوعاً للإصابة به تكون على المرفقين واليدين وكذلك في مناطق طيات الجلد.

أيضاً يمكن أن يحدث الطفح الجلدي بسبب إنسداد الغدد العرقية وعدم خروج العرق من الجسم، فيسبب إتهاب الأنسجة المحيطة به.

وغالباً ما يصاحب الإزيميا حكة، وبالتالي تحتاج إستخدام مضاد للحكة، وذلك لأن القيام بفرك المناطق المصابة يزيد من سوء الحالة، بل ويمكن أن يسبب وجود آثار على الجلد يصعب القضاء عليها. ينصح للوقاية من الطفح الجلدي،

شحوب البشرة.

اسعاف الإصابة بالإغماء

من المهم أن تعرف كيفية اسعاف الإصابة بالإغماء، سواء حالتك أو أي شخص من حولك.

في حال شعورك بالإغماء

والمقصود هنا ظهور الاعراض ما قبل الإغماء، في هذه الحالة من المهم القيام بما يلي:

اعثر على مكان لتجلس فيه

عند جلوسك يجب وضع الرأس بين ركبتيك عندما تشعر بتحسن، ارفع رأسك رويداً رويداً.

في حال شعور شخص ما بالإغماء

ساعد الشخص على الاستلقاء على ظهره إن كان يتنفس، ارفع قدميه حوالي ٣٠ سم فوق مستوى قلبه من أجل استعادة تدفق الدم إلى الدماغ.

حاول فك الحزام أو أي ملابس ضيقة عندما يتحسن الشخص، ساعده على الوقوف مجدداً ولكن ببطئ!

إن بقي الشخص قادراً للوعي أكثر من دقيقة، اطلب الإسعاف فوراً. أما إن لم يكن المصاب يتنفس:

حاول تقفد نفس المصاب أو أي حركة في جسمه

تأكد من أن مجرى التنفس لديه غير مغلق قم بالتنفس الاصطناعي حتى وصول المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

المساعدة الطبية.

نظرية علمية جديدة.. "حياة بلا أمراض حتى ١٢٠ عاماً"



ويقول بروفيسور رونري "وبالتالي، إذا اقتضت وتبعث هذه النظرية، فربما تظن أنه يجب تناول أكبر عدد ممكن من مضادات الأكسدة مثل الفيتامينات C و E والزنك والسيلينيوم وأن هذا سيمنع من التقدم في السن". ويرد موضحاً "باستثناء ما فعله الباحثون في الدراسات والتجارب على الحيوانات، فإن هذا الأمر لم يحقق نجاحاً".

٩ علامات مميزة للشيوخ

إذن، ما هو الجديد؟ في العقد الماضي أو نحو ذلك، توصل العلماء إلى تسع "علامات مميزة" أو أسباب للشيوخة، كما يقول سينكلير، على الرغم من أن هذه القائمة ستتطور على الأرجح في المستقبل. وأن الفكرة هي أنه إذا استطعنا معالجة هذه المشكلات، فيمكننا إبطاء الشيخوخة، ومنع الأمراض، وإضافة سنوات صحية لحياة الشخص. وتشمل هذه "العلامات المميزة" ما يلي:

- عدم الاستقرار الجيني الناتج عن تلف بالحمض النووي
- الابتعاد عن إهلاك الكروموسومات الواقية أو ما يسمى بـ "التيلوميرات"
- تعديلات على الجينوم الذي يتحكم في الجينات، ويحدد الجينات الواجب تشغيلها أو إيقافها
- تراجع معدلات صيانة البروتين الصحي، والمعروفة باسم الاستتباب البروتيني
- تحدر المغذيات الناتجة عن التغيرات الأيضية
- ضعف الميتوكوندريا
- تراكم خلايا خاملة ضارة تؤدي لالتهاب الخلايا السليمة
- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

تفاصيل معقدة

ربما تكون هذه التفاصيل معقدة بعض الشيء ولذا سننتقل سريعاً وببساطة إلى أكثر "العلامات المميزة" التي حصلت على مزيد من الاهتمام مؤخراً، وتأتي على رأسها الخلايا الخاملة، حيث تبين أن هناك حداً أقصى لعدد المرات التي يمكن للخلية أن تتكاثر فيها، والتي يطلق عليها حد هايفلوك Hayflick. وهو الحد الذي تشخص الخلايا بالـ "شيخوخة" عندما تصل إليه.

هذا ويستعرض بروفيسور سينكلير فيما يلي نتائج أحدث الأبحاث العلمية حول ما يدفع فعلياً لحدوث الشيخوخة على المستوى الجزيئي، وما هي الابتكارات التي سيشهدها هذا المجال في المستقبل القريب، بهدف الوصول إلى حياة طويلة وصحية.

ماهية شيخوخة الخلايا

ربما يتساءل البعض قائلًا: ما هي الشيخوخة بالضبط؟ من المؤكد أنهم يربطون بينها وبين المرض والوهن، ولكن ما الذي يجعل شخصاً أكثر عرضة لفقدان كتلة العضلات وحالات الانخفاض الكبير في الطاقة، والإصابة بالسرطان في سن ٧٠ بدلاً من سن ٢٥؟ يبدو أنه ينبغي أن يكون تفسيراً بسيطاً، لكنه معقد تماماً، لاسيما وأن وجهات نظر الخبراء حول الأسباب التي تؤدي لحدوث الشيخوخة تغيرت قليلاً على مر السنين.

من جانبه، يشرح بروفيسور روبرت رونري، أستاذ الطب التكاملي الشهير، في إشارة مبسطة حول أبحاث مكافحة الشيخوخة الجديدة، قائلًا: "الشيخوخة هي التقدم والإهلاك، إذ عندما يقوم شخص بفعل شيء ما مراراً وتكراراً، فإن الأجزاء تتعرض للتلف وبنهاية المطاف. وبالإضافة إلى ذلك، فإن هناك الكثير من البروتينات السيئة، التي يتم صنعها داخل خلايا الجسم طوال الوقت؛ كما أن هناك الكثير من الأخطاء والبقايا المتولدة، لكن عندما يكون الجسم أصغر سناً، فإنه يكون لديه القدرة على تصحيح الأخطاء". ويستظهر قائلًا: "لذلك وبشكل أساسي، فإنه يوجد أخطاء وضرب، ومع التقدم في العمر تزداد وتتراكم الأخطاء داخل الخلايا التي تكون أقل قدرة على التعافي من التلف".

فوضى في الجسم

ولكن ما سبب حدوث هذه الأخطاء والأضرار التي يشير إليها بروفيسور رونري؟ الإجابة تعود إلى حقبة تمتد منذ الخمسينيات وحتى الثمانينيات، حيث سادت النظرية الراديكالية الحرة للشيخوخة، والتي يصفها بروفيسور دينهام هارمان، قائلًا: إن النظرية تنص على أن الكائنات الحية تنشيخ، أي يتقدم بها العمر، نتيجة لتراكم الأضرار التأكسدية التي تسببها أنواع الأكسجين التفاعلية، أو الجذور الحرة. ومن المفترض أن تؤدي هذه الجذور الحرة إلى إتلاف الحمض النووي والبروتينات، فضلاً عن إحداث الفوضى في جميع أنحاء الجسم.

أكد تقرير حديث إمكانية كبح الإصابة بالشيخوخة حتى وإن بلغ عمر الإنسان ١٢٠ عاماً.

وبحسب تقرير ستيفاني إيكيلكامب، المتخصصة في مجال الصحة والتغذية والذي نشرته بموقع "mbg Health" ضمن سلسلة تتعلق بعلم جديد يعني بأبحاث مكافحة الشيخوخة، فإنه تم تحقيق نتائج لاكتشافات غير مسبوقة، رغم أنها في مراحل مبكرة، تقلب فكرة الشيخوخة رأساً على عقب، بالاعتماد على مفهوم جديد لأسباب حدوث عملية الشيخوخة على مستوى الجزيئات والخلايا.

هذا ويقول العلماء إنه تم التوصل إلى استراتيجية تستهدف الآليات الأساسية للشيخوخة بطريقة تمنع الإصابة بأمراض الشيخوخة حتى وإن امتدت حياة الشخص إلى أكثر من ١٠٠ عام.

الشيخوخة مرض يمكن علاجه

من جانبه، يقول بروفيسور ديفيد سينكلير، أستاذ علم الوراثة في جامعة هارفارد، إن الشيخوخة يجب أن تصنف على أنها مرض يمكن علاجه. بل وطرح، في ٢٠١٩ على خلال لقاء مع بيته وكتابه الجديد "دورة الحياة: ماذا نشيخ مع التقدم بالعمر؟ ولماذا يتحتم علينا ألا نصاب بالشيخوخة؟"، سؤالاً على أحد موظفي غوغل قائلًا: "ماذا لو قلت لك إنه يمكن أن تكون سعيداً وصحياً وراضياً كما أنت اليوم في سن ١٢٠؟"

وأضاف بروفيسور سينكلير قائلًا: "تم التوصل إلى التقنيات التي تجعل جسم الإنسان قادراً على أن يكون بصحة جيدة، لفترة أطول حتى وقت لاحق في الحياة. وأن الأمل هو أن تكون أجيالنا قادرة على توقع العيش حتى ٩٠ ولعب التنس، أو حتى الوصول إلى ١٠٠ والحصول على مناصب وظيفية متعددة دون إحالة للتقاعد".

حياة طويلة بصحة جيدة

وما يشير إليه بروفيسور سنكلير بشأن "التقنيات"، هو عبارة عن الأدوية والعلاجات الوراثية التي يتم اختبارها حالياً للتثبت من مدى قدرتها على إطالة فترات عدم الإصابة بالأمراض خلال حياة الأشخاص، كما كشف بيته العلمي الأخير - وكذلك أبحاث خبراء آخرين في هذا المجال - والتي تدور جميعها حول ممارسات نمط الحياة الرئيسية والمواد الغذائية التي تستهدف نفس مسارات طول العمر في الجسم.

ويقول بروفيسور رونري: "لقد كان من المعتاد اعتبار تلك الخلايا بأنها خلايا وصلت للشيخوخة أو في الطريق بلوغ تلك المرحلة، ولكنها غير ضارة. ولكن اتضح أن تلك الخلايا (الخاملة بعد بلوغ الشيخوخة) تطلق إشارات ضارة وتتنسب في التهابات في الجسم".

علامة مميزة

كما حصلت "علامة مميزة" أخرى على تركيز واهتمام البحث العلمي مؤخراً وهي "خلل الميتوكوندريا". إن الميتوكوندريا هي أجزاء هُيئة في كل خلية من خلايا جسم الإنسان، لأنها تقوم بأخذ المواد الغذائية وتحولها إلى طاقة التي يُمكن أن تستخدمها باقي الخلية.

ويقول بروفيسور رونري: "عندما يتقدم جسم الإنسان في العمر، فإنه يميل إلى فقدان الميتوكوندريا لأن الميتوكوندريا لا تملك نفس آليات إصلاح التي يتمتع بها الحمض النووي، لذلك وبمرور الوقت، يشعر الجسم بالتعب أكثر ولا تتوافر لديه الطاقة اللازمة لتزويد أليائه الخلوية بالوقود".

ضمادة ذكية تكشف الالتهابات البكتيرية.. بهذه الطريقة



طور فريق علمي ضمادة ذكية تساعد في تشخيص الالتهابات البكتيرية عن طريق تغيير اللون عندما تستشعر وجود بكتيريا في موضع الإصابة بالجسم وتقوم بإفراز الدواء اللازم للقضاء عليها، وفق صحيفة "دايلي ميل" البريطانية. ويقول فريق العلماء من الأكاديمية الصينية للعلوم إن عملهم ربما يساعد على تمهيد الطريق لترشيح استهلاك المضادات الحيوية، التي يتم عادة استخدامها كإجراء وقائي حتى تتحقق نتائج سريعة، كما يشير إلى أن هناك في بعض الأحيان إساءة لاستخدام المضادات الحيوية دون وجود ضرورة حقيقية، حيث يمكن أن تتسبب البكتيريا بمرور الوقت مقاومة طبيعية للمضادات الحيوية.

وقيات بالآلاف حول العالم

وعلى الرغم من أن تعاطي الأدوية يسرع وتيرة عملية الشفاء، فإن مقاومة المضادات الحيوية بالجسم تظل واحدة من أكبر الأخطار التي تهدد الصحة عالمياً، حيث يقدر عدد ضحاياها بنحو ٧٠٠ ألف متوفى سنوياً حول العالم، وفق منظمة الصحة العالمية. إلى ذلك تعتبر الأدوات، التي تساعد في الكشف المبكر عن الالتهابات البكتيرية، من الوسائل الضرورية للحد من وصف المضادات الحيوية من قبيل الاحتياط أو بسبب "التخمين".

مادة لتقييم بيئة البكتيريا

والدقيقة، ثم دمجها في الضمادات واختبارها على الجروح في الفئران. وأجريت تجارب على فئران إما مصابة ببكتيريا الإشريكية القولونية E.coli الحساسة للعقاقير أو تعاني من بكتيريا مقاومة للعقاقير والمضادات الحيوية. وفي حالة الفئران المصابة بـ E.coli، تحولت الضمادة من الأخضر إلى الأصفر وأفرزت مضاداً حيوياً لقتل الميكروبات.

مادة كيميائية لإضعاف البكتيريا وفي حالة الفئران المصابة ببكتيريا مقاومة للمضاد الحيوي، تحولت الضمادة إلى اللون الأحمر بعد ملامستها لإزيم ينتج عن الميكروبات المقاومة. ويظهر اللون الأحمر، قام الباحثون بكشف الضمادة للضوء، مما تسبب في إطلاق مادة كيميائية تعمل على إضعاف البكتيريا وجعلها أكثر استجابة للعلاج. إلى ذلك يقول الباحثون إن استشعار وعلاج الالتهابات البكتيرية بسرعة يمكن أن يساعد في تحسين تعافي المرضى، إضافة إلى كبح انتشار الميكروبات المقاومة للمضادات الحيوية.

تكاليف زهيدة ونتائج سريعة

وكتب الباحثون في دورية ACS Central Science: "يعد استشعار الالتهابات البكتيرية ومراقبة مقاومة الأدوية أمراً مهماً للغاية في اختيار خيارات العلاج. ويطور هذا البحث أسلوباً جديداً من أجل الاستخدام الرشيد للمضادات الحيوية". كما يرى الفريق أن ضماداتهم الذكية تعد خياراً منخفض التكلفة بالمقارنة مع "الأساليب الشائعة لاستشعار المقاومة"، خاصة وأن الأساليب التقليدية محدودة لأنها تستغرق وقتاً طويلاً وتتطلب أدوات باهظة الثمن.

احذر منها.. عادات صباحية هي المسؤولة عن زيادة وزنك!

الكثيرون يشكون من اكتساب الوزن الزائد، بالرغم من محاولاتهم الحثيئة البعد عن المأكولات والمشروبات التي تزيد الوزن. كما أن البعض ربما يتبعون أنظمة غذائية لإنقاص الوزن، إلا أنهم لا يفقدون عدد الكيلوغرامات التي تُرضي طموحاتهم في الحصول على جسم مثالي. خبراء التغذية يُرجعون ذلك إلى انتشار بعض العادات الصباحية، التي قد تكون هي المتسببة في عدم فقدان الوزن بالطريقة المثلى. وعلى ذمة موقع "بولد سكاى" Boldsky المعنى بالشؤون الصحية، فإن هذه العادات الصباحية السيئة تشمل الآتي:

- إهمال شرب الماء
- إن عدم شرب الماء في الصباح يعتبر من أسوأ العادات التي تعيق فقدان الوزن حتى لمن يتبع نظاماً غذائياً صحياً. فشرب كوب واحد أو اثنين من الماء، وحيداً لو كان دافئاً، في الصباح هو من أفضل العادات التي يمكن أن تبدأ بها يومك، خاصة إذا أردت أن تفقد بعضاً من الكيلوغرامات الزائدة من جسمك. فشرب الماء في الصباح يعزز من عملية الأيض ويقلل من الشهية.
- تناول أطعمة مصنعة على الفطور
- إن تناول بعض الأطعمة المصنعة على الفطور يعتبر من أسوأ العادات التي تبدأ بها يومك، حيث إنها قد تدمر أي نظام غذائي لإنقاص الوزن، فالأطعمة المصنعة غنية بالدهون والسكريات والملح، وبالتالي فهي تعيق أي محاولات لإنقاص الوزن، كما أنها تزيد من الشهية. ويمكن استبدال هذه الأطعمة المصنعة بالفواكه أو الشوفان أو المكسرات مثلاً.

العلم يحذر من مخاطر استخدام الأطفال للهواتف

المحتل أن يكونوا متصلين بالإنترنت، لذا فإنه من المتوقع أن تؤدي تلك الظاهرة إلى تغيير مدة المحتوى الذي يشاهده الأطفال". وأوضح ليغيت: "إن نتائج الدراسة تؤثر إلى ظهور حقبة جديدة للمحتوى والمواد التفرزيونية وإنه من المحتمل أن تؤدي تلك الظاهرة إلى إنتاج محتوى إعلامي قصير أو أقصر كثيراً ليناسب أساليب العرض الجديدة".

الذين يمتلكون هواتف يتصلون أيضاً بالإنترنت. وبشكل عام، يقضي الأطفال في المتوسط نحو ثلاث ساعات و٢٠ دقيقة كل يوم في المراسلة والعباب ومتابعة مقاطع فيديو على موقع "يوتيوب".

الدراسة، التي أجرتها مؤسسة "تشايلد وايز"، المعنية بجودة حياة الأطفال. وخطر داهم وحذرت الدراسة من خطر داهم وهو أن نسبة كبيرة من بين الأطفال الذين يمتلكون هواتف محمولة يضعونها على أسرته عند النوم، وأن ما يقرب من طفلين من أصل خمسة، بما يعادل ٣٩٪، يقولون إنهم لا يستطيعون العيش بدون هواتفهم. ونبه الباحثون إلى أن نتائج الدراسة تظهر مدى قدرة الهواتف على "السيطرة على حياة الأطفال".

توتن وقلق وأفادت نتائج الدراسة أن أكثر من ٧٠٪ من الأطفال،

الذين لديهم هواتف، ويستخدمونها بشكل متكرر، ومن

هذه مخاطر وأسباب ارتفاع ضغط الدم.. وطرق الوقاية والعلاج



يعاني أكثر من مليار نسمة من ارتفاع ضغط الدم على ظهر كوكب الأرض، وبحسب منظمة الصحة العالمية، يؤدي ارتفاع ضغط الدم إلى وفاة ما لا يقل عن ٨ ملايين شخص سنوياً.

ووفقاً لما نشره موقع "Insider" الأمريكي، فإن هناك نوعين من ارتفاع ضغط الدم هما الأساسي والثانوي، ولكل منهما أسباب مختلفة.

يحدث ارتفاع ضغط الدم عندما تكون قوة الدم ضد جدران الشريان مرتفعة جداً، وربما تؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب أو النوبات القلبية أو السكتة الدماغية، والتي ربما يترتب عليها الإصابة بإعاقة.

من جانبه، يقول بروفيسور سانجيف باتيل، وهو طبيب قلب في معهد ميورال كير للقلب والأوعية الدموية في مركز أورنج كوست الطبي، إن ارتفاع ضغط الدم الأساسي يعيل إلى التطور مع التقدم في السن وليس هناك سبب محدد، ومن ناحية أخرى، فإن ارتفاع ضغط الدم الثانوي يحدث نتيجة لعدة عوامل أخرى، مثل أورام الغدة الكظرية أو مشاكل في الكلى، مثل حالة تضيق الشريان الكلوي، والتي تؤدي إلى انخفاض تدفق الدم إلى الكليتين.

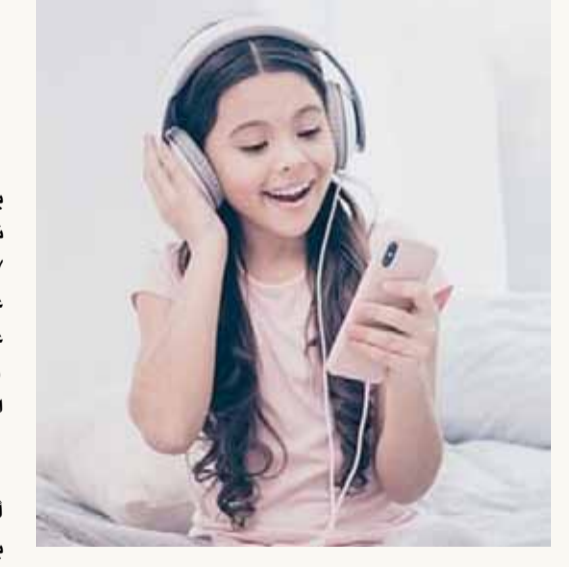
لتجنب الإرهاق في العمل.. إليك هذه النصائح

يقضي معظمنا الكثير من الوقت في العمل، حيث تشير الكثير من الدراسات إلى أن الإفراط في العمل يضر بأداء الموظفين وصحتهم.

وعلى الرغم من أنه قد يكون من الضروري أن تكون متصلاً بالإنترنت على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع من أجل تحقيق تقدم مهني، إلا أن أسلوب العمل المستدام يزيد بشكل كبير من خطر الإرهاق ومن غير المرجح أن يحقق الموظف المرحق تقدماً على الإطلاق، وبدلاً من ذلك إذا قمت بتطوير حدود تواصل صحية فستكون قادراً على البقاء بصحة جيدة وتحقق نجاحاً كبيراً على المدى الطويل.

فيما يلي خطوات لتجنب الإرهاق في العمل:

- ١- دع حاسوبك في العمل إذا كنت لا تعمل من المنزل، وزودك شركتك بجهاز حاسب محمول، فحاول دائماً تركه في مكتبك مع نهاية اليوم، حيث يوفر لك حاسب العمل فرصة جيدة لحذف البرامج ذات الصلة بالعمل من حاسبك في المنزل حتى
- ٢- قلل قنوات الاتصال قدر الإمكان ربما تستخدم البريد الإلكتروني وسلاك وغيرها من قنوات الاتصال مع مختلف زملاء العمل والشركاء التجاريين، وهذا بالتأكيد لا يساعد في تقليل عملية الإرهاق التي تتعرض لها، حيث وجد استطلاع للمحترفين العاملين أن ما يقرب من نصف المستطلعين شعروا أن قنوات الاتصال المتعددة جعلتهم يشعرون بأنهم أقل إنتاجية وتقدمهم التركيز أيضاً.
- ٣- اضبط المهام الإضافية حاول تعيين حدود مع زملائك في العمل، فإذا لم يكن الموضوع المطلوب منك حساساً جداً ولا يمكن تأجيله، اطلب منهم إرسال رسالة إليك بالبريد الإلكتروني حول المشكلة وقم بحلها لاحقاً. إلى ذلك لا تخف من إخبار رئيسك في العمل عندما تتداخل هذه المهام الإضافية مع مسؤوليات وظيفتك الفعلية.



أبو حصوة يظفر برونزية دورة ألعاب التضامن الإسلامي



ظفر لاعب المنتخب الوطني للكيك بوكسينج، عدي أبو حصوة، الخميس، بالميدالية البرونزية، في إطار منافسات دورة ألعاب التضامن الإسلامي التي تجري حالياً في تركيا. ونال أبو حصوة الميدالية البرونزية، ضمن منافسات وزن تحت 63.5 كغم، بعد فوزه في الدور ربع النهائي على التركي يانيسيري اوغلو، وخسارته في نصف النهائي أمام الأذري فريد أغامو غلانوف.

وقدم أبو حصوة عروضاً جيدة في البطولة، نالت اطراء المتابعين.

وتتواصل اليوم كذلك منافسات منتخب الكيك بوكسينج وسط توقعات بمزيد من الميداليات.

الحسين إربد يحشد قواه لدخول سجل أبطال الدوري

بدأ نادي الحسين إربد، بحشد قواه الفنية والإدارية والجمهيرية، أملاً في اقتناص لقب دوري المحترفين لكرة القدم للموسم الحالي 2022، في ظل الدخول بقوة على خط المنافسة مع فرقي الفيصلي والوحدات.

ويبحث الحسين إربد عن تحقيق لقب الدوري لأول مرة في تاريخه، وبالتالي، دخول سجل الأبطال الذي لم يدون الفريق اسمه فيه منذ إنطلاقته وحتى الآن.

ويحتل فريق الحسين إربد حالياً المركز الثالث في الدوري بعد مضي 14 جولة على انطلاق المنافسات، حيث يملك 29 نقطة بفارق نقطتين فقط عن المتصدرين الفيصلي والوحدات (31) نقطة.

وترى جماهير الحسين إربد أن فريقها لكرة القدم مؤهل لتحقيق اللقب، في ظل الدعم الإداري الكبير الذي يحظى به، ناهيك عن التعاضدات الإيجابية في الفريق، واستقطاب مدرب جيد بحجم المدير الفني السوري أيمن حكيم.

وبدأت جماهير الحسين بالتداعي للتواجد في المدرجات خلال المباريات المقبلة في الدوري، لتحفيز اللاعبين وحفزهم على تقديم أفضل ما لديهم، لدخول سجل الأبطال من خلال التتويج بلقب الدوري.

وقال نجم فريق الحسين إربد السابق عارف الحسين، إن الفريق يضم حالياً لاعبين جديدين مؤهلين لاحتراز اللقب، خاصة في ظل الدعم الكبير الذي يحظى به الفريق من قبل الإدارة.

وأشار حسين في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) أن فريق الحسين أمام فرصة تاريخية في الموسم الحالي، لدخول سجل أبطال الدوري، في ظل ما يملكه من مقومات فنية وإدارية ومالية، ناهيك عن الدعم الجماهيري الكبير، مشمناً الخطوات الإيجابية التي تقوم بها الإدارة لحشد القوى بحثاً عن دعم الفريق وقيادته نحو منصات التتويج، أما المحلل الآسيوي والمدرّب الوطني ديان صالح، فقد أكد أن فريق الحسين أربد مؤهل للمنافسة بقوة على لقب الدوري، شريطة التعامل بحذر مع المباريات المتبقية في الدوري.

وأضاف : الفريق يضم نخبة من اللاعبين، ويحظى بدعم إداري كبير، ما يؤهل منافسة القطيعين الوحدات والفيصلي، ويغني الرهان على طول النفس والقدرة على التعامل مع العثرات في المباريات المتبقية، مؤكداً أن دخول الحسين إربد على خط المنافسة على الألقاب المحلية، يزيء المنافسة المحلية ويصب في صالح الكرة الأردنية. أما مشجع الحسين إربد، ماهر موسى، فقد أكد أن الجماهير ستتحرف إلى الملعب بكل ما أوتيت من قوة في المباريات المقبلة، لدعم الفريق واللاعبين بحثاً عن الانتصارات واحتراز لقب الدوري. وبين موسى أن الجماهير تعيش حالة من التفاؤل بقدرة الفريق على احتراز لقب الدوري، خاصة وأن الإدارة تحرص على توفير كافة متطلبات اللاعبين، وهو أمر إيجابي، متمنياً أن تعيش جماهير الحسين إربد فرحة الفوز باللقب لأول مرة في تاريخه.

الحسين إربد يبرم صفقة تونسية

تعاقد نادي الحسين إربد الخميس، مع التونسي منذر القاسمي بهدف تعزيز صفوف الفريق الطامح بالمنافسة على دوري المحترفين وكأس الأردن. ويعتبر التونسي منذر القاسمي صاحب الـ30 عاماً، ممكساً للحسين إربد استناداً لخبرته وقدراته في صناعة الألعاب، حيث سيشكل إضافة مميزة. وسبق للقاسمي أن لعب للعديد من الأندية في تونس منها الترجيبي والأفريقي والملعب القاسبي وأولمبيك سيدي بوزيد واتحاد تطاوين واتحاد بن قردان كذلك خاض تجربة احترافية في الخليج السعودي، ويمتلك فريق الحسين إربد 29 نقطة في بطولة دوري المحترفين، حيث يتأخر بفارق نقطتين عن المتصدرين للتتويج، الفيصلي والوحدات.

نجم الوحدات يحصد جائزة أفضل هدف في الدوري الأردني

فاز لاعب الوحدات مهند أبو طه، بجائزة «أفضل هدف» لأفضل هدف في الدوري الأردني للمحترفين، عن شهر يوليو/تموز الماضي، بعد أن حصد (80%) من أصوات الجماهير، مع إغلاق باب التصويت. وتوقّع هدف أبو طه في مرمى الجزيرة، وفقاً لتصويت الجماهير الذي استمر 15 يوماً، بفارق كبير عن أقرب المنافسين، حيث نال هدف سالم العجالي لاعب الفيصلي في مرمى شباب العقبة، نسبة تصويت بلغت (10%). وحصل لاعب فريق سحاب سد جعارة على (5%) بهدفه في مرمى معان، وعلى العازيزية من الرمثا أمام معان أيضاً (3%)، إلى جانب (2%) لمحمد الحسنات لاعب شباب العقبة في لقاء الوحدات.

الأهلي والسرحان في صدارة دوري الدرجة الأولى لكرة القدم

يشارك فريقاً الأهلي والسرحان بصدارة دوري الدرجة الأولى لكرة القدم، برصيد 6 نقاط لكل فريق، بعد نهاية الجولة الثانية من البطولة التي يشارك فيها 14 فريقاً.

واختتمت مساء الثلاثاء، منافسات الأسبوع الثاني من دوري الدرجة الأولى موسم 2022، حيث تغلب عمان FC على البرومك 1-0، وبدأت النتيجة حقق الأهلي الفوز على كفر سوم، والبقعة على الطرة، وفاز السرحان على الهاشمية 3-1، فيما تعادل الفوز على معان العربي 1-1، وانتهت مواجهتي الجليل واتحاد الرمثا، بلعما والكرمل بالتعادل بدون أهداف.

ويتشارك الأهلي والسرحان صدارة ترتيب الفرق برصيد 6 نقاط، فيما حل ثانياً كل من العالنية واتحاد الرمثا والجليل بـ4 نقاط، الهاشمية وعمان FC والبقعة 3 نقاط، الطرة وكفر سوم والعربي بلعما والكرمل بنقطة واحدة، والبرومك دون نقاط.

الاتحاد الإنجليزي يوجه اتهامات لمانشستر سيتي

أدان الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم، نادي مانشستر سيتي بعد فشله في منع جماهيره من القيام بصرفات مشيئة، عقب الفوز على أستون فيلا في أيار/مايو الماضي في المباراة التي حسمت للفريق لقب الدوري الإنجليزي الممتاز. وأوضح اتحاد الكرة الإنجليزي أن مانشستر سيتي يتحتم عليه الرد على اتهامات المتعلقة بالسيطرة على تصرفات مشجعيه، بعد اقتحام أرض الملعب عقب الفوز على أستون فيلا (3-2)، على ملعب الاتحاد يوم 22 أيار/مايو الماضي. وحسم سيتي لقب الدوري الإنجليزي للموسم الثاني على التوالي، لتقتحم الجماهير أرض الملعب ما أدى لحدوث حالة من الفوضى، ولازت تحقيقات الشرطة جارية بشأن هذه الوقائع.

ووجهت اتهامات لشخصين فيما يتعلق باقتحام أرض الملعب أمام أستون فيلا، وتواصل شرطة مانشستر التحقيق في كواليس احتفالات جماهير سيتي والإساءات المتعلقة بالخرقوات التي وقعت.

تحدي مهارات مالكي كيه تي ام أذنتشر ينطلق الجمعة



ينطلق تحدي مهارات مالكي كيه تي ام « أذنتشر لأمهر سائق في الأردن يوم الجمعة في منطقة العالوك شمال العاصمة عمان، بإشراف المعهد المروري الأردني.

ويسعى المشاركون على الدراجات خلال التحدي، الذي يهدف للكشف عن مهاراتهم القيادية ضمن مسار يتماشى مع مستوى رياضة الدراجات بفئة الأذنتشر، وما تمثله من مغامرة وتحد.

وقال مؤسس « دروزه موتورز»، وكيل كيه تي ام في المملكة، تامر دروزه، إن الشركة سعيدة بالتعاون مع شركة عالمية مثل «كيه تي ام» التي تعرف طريقها جيدا إلى منصات التتويج في سباقات معروفة على مستوى العالم، متفوقة على غيرها بعدد الجوائز والمشاركات، وحاصلة على ثقة الكثير من رياضيين الدرجات على مستوى العالم.

وأشاد بجهود فريق رياضة الدراجات، من خلال بطل الأردن عبد الله السبع المصنف الثالث على مستوى العالم في سباقات الباهما لعام 2022، ورياضي ريد بول الذي يستعد للمشاركة وتمثيل الأردن في بطولات مع نهاية العام.

وقال مدير الفريق الكابتن ليث الزواهره، إن طبيعة التدريب تبرز الإمكانيات التي تمتلكها دراجات كيه تي ام الأذنتشر، ويتناسب مع مستوى السائقين وخبراتهم في القيادة خارج الطرقات الإسفلتية المعروفة، موضحاً أنه تم اختيار منطقة العالوك لما

نجم إشبيلية يغادر المران في سيارة إسعاف



يكون أقل ما يمكن، لكني أشد على أنه لا يبدو جيداً. أصيب كاحله: لقد كانت إصابة عرضية». وسيغيب الجناح المكسيكي لإشبيلية، عن الملاعب لفترة قد تصل لـ5 أشهر، بعدما غادر مران الفريق في سيارة إسعاف للإصابة. وتبين إصابة اللاعب بكسر في شظية الساق وقطع في أربطة الكاحل الأيسر، سيخضع على إثرها للجراحة اليوم الخميس، ما سيبعده عن الملاعب لفترة تتراوح بين 4 إلى 5 أشهر.

وأوضح النادي الأندلسي في بيان أن غادر المكسيكي خيسوس تيكاتيتو كورونا جناح إشبيلية، مران الفريق في سيارة إسعاف الخميس بسبب إصابة «عرضية» في الكاحل، إلا أن «الأمر لا يبدو جيداً»، وفقاً لما قاله المدير الفني للفريق جوليان لوبيتيجي، وذلك قبل مباراة الفريق غدا الجمعة أمام بلد الوليد.

وأوضح لوبيتيجي في مؤتمر صحفي «أصيب تيكاتيتو هذا الصباح، سئرى التقييم الطبي. علينا الانتظار، فالأمر لا يبدو جيداً لأنه غادر بسيارة الإسعاف».

وأردف المدير الفني لإشبيلية: «أمل أن

الرمثا يعلن فسخ عقد الخزاعلة

أعلن نادي الرمثا مساء الأربعاء، فسخ عقد لاعب الفريق سائد الخزاعلة بالتراضي.

وتقدمت إدارة نادي الرمثا بالشكر والتقدير للاعب الخزاعلة على ما قدمه من جهود طيلة السنوات الماضية، متمنية له النجاح والتوفيق في مشواره الكروي المقبل.

وكان الخزاعلة قد بدأ مسيرته مع الرمثا وشاركه في الموسم الماضي بإحتراز لقب بطولة دوري المحترفين بعد غياب نحو 40 عاماً.

ويعاني الرمثا في الدوري الأردني خلال الموسم الحالي، حيث يحتل المركز التاسع في جدول الترتيب برصيد 15 نقطة.

وجوه جديدة تنافس على لقب هداف الدوري القطري

يبداً أن خريطة الهادفين بالدوري القطري، ستتغير هذا الموسم في ظل دخول العديد من الوجوه الجديدة في الصراع على لقب الهادف، وهي الوجوه التي تظهر للمرة الأولى منذ سنوات ظلت السيطرة فيها لعدد محدود من اللاعبين.

الموسم الحالي يبدو مختلفاً بعد مرور 3 جولات، وهي الجولات التي شهدت تصدع عدد من اللاعبين لجدول الهادفين والذي لم يكن لهم وجود قوي في حلبة الصراع على مدار المواسم الأخيرة.

الأجنبي جاسينتو دالا مهاجم الوكرة هو أبرز الوجوه الجديدة والذي يعد من أبرز مفاجآت هذا الموسم حتى الآن، خاصة بعدما فاجأ الجميع بمستويات مميزة مع فريقه، وأحرز 5 أهداف في 3 مباريات آخرهم هدفين في مرعى أم صلال خلال المباراة التي انتهت بفوز الوكرة 0/4، ليعتلي دالا صدارة الهادفين ميكراً بفارق مريح عن أقرب منافسيه، العراقي أيمن حسين مهاجم المريخية ظهر بشكل مميز أيضاً حتى الآن، وعلى الرغم من أنه يلعب مع فريق صاعد حديثاً للدوري، إلا أنه لفت الأنظار بشدة وسجل 3 أهداف، واحتل المركز الثاني بجدول الهادفين. ويعد أيمن حسين من اللاعبين المميزين وكان دائماً يحاول التواجد في صراع الهادفين عندما كان يلعب مع أم صلال ولكنه لم يكن ضمن الأربعة الأوائل في الترتيب من قبل. ويحاول الأردني يزن النعيمات لاعب الأهلي في صراع الهادفين، وذلك بعدما سجل هدفين، وهو نفس رصيد المغربي ياسين بامو مهاجم الشمال الجديد والذي أحرز الهدفين في مباراة الغرافة بالجوالة الثالثة. ويتساوى في رصيد الهدفين كل من التونسي يوسف المساكني نجم العربي ورودريجو تابانبا لاعب السد والإيفواري يوهان بولي مهاجم الريان، ولكنهم من الوجوه القديمة والمميزة في المنافسة لقب الهادف.

لبورتا يلجأ إلى سياسة «التخدير» لإعادة ميسي

يبتع خوان لابورتا، رئيس نادي برشلونة الإسباني سياسة خاصة لإقناع ليونيل ميسي، نجم باريس سان جيرمان بالعودة مجدداً إلى النادي الكتالوني.

وذكرت صحيفة «سبورت» الكتالونية أن الحديث عن مستقبل ميسي سيكون مثار جدل طوال الأشهر المقبلة، لانتهاء تعاقد مع بي إس جي في صيف 2023، ورغبة البارسا في عودته مجدداً بآجال أم عاجلاً. أشارت إلى أن (ليو) يركز حالياً في انطلاقة موسمها الثاني مع سان جيرمان والاستعداد بقوة لكأس العالم، ولا يبدو أنه سيتخذ أي قرار بشأن مستقبله قبل مونديال قطر.

ولفتت إلى أن النادي الباريسي ينوي تفعيل بند تجديد عقد ليونيل ميسي موسم إضافي حتى صيف 2024، ولكن اللاعب لم يتحرك بعد نحو هذا المسار. وختمت الصحيفة بأن لابورتا يريد أولاً بناء جسور للتواصل مع ليونيل ميسي، ولكنه لم يبدأ بعد بل يريد استغلال عامل الوقت ليهذا ميسي بشكل تام.

ويذا النجم الأرجنتيني غاضبا من مسؤولي البارسا بسبب عدم النجاح في تجديد عقده في صيف العام الماضي 2021 مما أجبره على الرحيل، وعدم تحقيق حلمه بالاعتزال وسط جدران كامب نو.

ريال مدريد يحدد بديلاً مفاجئاً لكاسيميرو

يبحث نادي ريال مدريد عن بديل للاعب وسطه كاسيميرو، المطلوب في مانشستر يونايتد الإنجليزي، رغم تسامحه ببقاء اللاعب البرازيلي. وأكدت صحيفة (أس) الرياضية أن ريال مدريد بدأ في البحث عن بديل لكاسيميرو، حال تقدم اللاعب بطلب رسمي للرحيل هذا الصيف، إزاء العرض المغربي المقدم له مع قبل مانشستر يونايتد، وتشير الصحيفة إلى أن يونايتد، الذي استهل الموسم بشكل سيء للغاية يتعرض لهزيمتين في أول جولتين، قدم لكاسيميرو عرضاً يمتد لـ5 مواسم إضافة لمضاعفة راتبه الحالي الذي يحصل عليه مع الريال. ولم يبد كاسيميرو صاحب الـ30 عاماً قراراً واضحاً إزاء هذا العرض، الذي قد يكون العرض الأخير الكبير له في مشواره. ولهذا، يضع النادي الملكي عينه على التعاقد مع لاعب وسط نيوكاسل يونايتد، البرازيلي برونو جيمارائش، كأفضل بديل لمواطنه كاسيميرو، كما أن جيمارائش يمتلك أيضاً الجنسية الإسبانية من جده. ويعد جيمارائش، الذي يمتلك 24 عاماً، أحد نجوم الدوري الإنجليزي، بسبب موهبته، لكن ما سيصعب من مهمة انتقاله لليجا هي قيمته. وأكدت مصادر مقربة من نيوكاسل يونايتد، كما ذكرت الصحيفة الإسبانية، أن النادي سيطلب ضعف ما قام بدفعه إلى أولمبيك ليون الفرنسي لضم اللاعب البرازيلي.

بسبب تشيلسي.. أوباميانج يقلد دي يونج

يميل بيير إيمريك أوباميانج، مهاجم برشلونة للعودة مجدداً إلى البريميرليج بقميص نادي تشيلسي.

وانضم أوباميانج إلى البارسا في صفقة انتقال حر خلال يناير/

كانون الثاني الماضي قادماً من أرسنال.

ولكن بعد 6 أشهر، لم يعد المهاجم الجابوني الخيار الأول لتشايفر هيرنانديز، المدير الفني للفريق خاصة بعد التعاقد مع روبرت ليفاندوفسكي. في هذا الصدد، ذكرت صحيفة «تيليجراف» البريطانية أن أوباميانج يفضل الانتقال إلى تشيلسي عن مانشستر يونايتد لسببين، أولهما مشاركة البلوز في دوري أبطال أوروبا.

أما ثاني الأسباب، فهو الانهيار الواضح لفريق مانشستر يونايتد وانطلاقته الضعيفة هذا الموسم بتذيله جدول الدوري الإنجليزي بعد الخسارة في أول جولتين.

ولفتت الصحيفة إلى أن هذا السبب، هو ما دفع فريكني دي يونج لعدم التفكير في الانتقال إلى مانشستر يونايتد.

وذكرت تيليجراف أيضاً أن ما يعطل انتقال أوباميانج إلى البلوز، هو رغبة مسؤولي تشيلسي في ضمه بمقابل مادي أقل مما طلبه برشلونة (30 مليون يورو).

رئيس هيئة التحرير «المدير العام»
محمود الضفاطه

رئيس التحرير
عبد اللطيف القرشي

العنوان: عمان - شارع الملكة رانيا العبدالله
(المصافحة سابقاً) - بجانب المختار مول

مقسم الاعلان، 5056222
فاكس التحرير، 5056223
ايميل الاعلان: m@shaabjo.com

مقسم التحرير، 5065525
فاكس التحرير، 5065522
ايميل التحرير: ad@shaabjo.com

السنب
يومية - سياسية - اقتصادية - ثقافية