

منتدى أبوظبي للسلم يفتتح مكتب حلف الفضول الجديد في واشنطن

أبوظبي

افتتح منتدى أبوظبي للسلم مكتب منظمة حلف الفضول الجديد، في العاصمة الأميركية واشنطن. وقال العلامة الشيخ عبد الله بن بيّه رئيس منتدى أبوظبي للسلم الرئيس الشرفي لمنظمة حلف الفضول الجديد، في كلمة بهذه المناسبة، إنه "من المهيح حقاً أن نلتقي اليوم لنتحفي ونحتفل بافتتاح مكتب حلف الفضول الجديد في واشنطن". وأضاف في تصريحات نقلتها وكالة أنباء الإمارات (وام): "ما أجمل الفكرة عندما تتحول إلى عمل، وأجمل من ذلك عندما تتحول إلى مؤسسة تعمل من أجل فكرة، هذا هو حال هذا المكتب الذي نفتتح اليوم فهو بحق معنى تجلي في مبنى، وفكرة تحولت إلى واقع.."

أوقات الصلاة

الفجر	06:06
الظهر	12:49
العصر	03:47
المغرب	06:09
العشاء	07:32

الجمعة

السنة التاسعة

العدد (2996)

12 رجب 1444 هـ الموافق 3 شباط 2023 م

جلالته يلقي الكلمة الرئيسية في فطور الدعاء الوطني بواشنطن

الملك وبايدن يبحثان خفض التصعيد بالأراضي الفلسطينية

الملك: أهمية تكثيف الجهود لدعم الشعب الفلسطيني
الملك: بالنسبة للأردن ولعائلتي لم تكن القدس أمراً سياسياً قط
الملك: تحقيق السلام يتطلب الإيمان الصادق بإمكانية الوصول إلى عالم أفضل



واشنطن

بحث جلالة الملك عبدالله الثاني، والرئيس الأمريكي جو بايدن خلال لقائهما، الخميس، آليات التعاون بين الأردن والولايات المتحدة لتعزيز الاستقرار في المنطقة وخفض التصعيد بالأراضي الفلسطينية. وشدد جلالته، خلال اللقاء الذي عقد في البيت الأبيض، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، على الدور القيادي للولايات المتحدة في الدفع نحو التهدئة وإيجاد أفق سياسي حقيقي للحفاظ على فرص تحقيق السلام الشامل والعدل القائم على حل الدولتين. وعقد جلالة الملك عبدالله الثاني لقاء مع نائبة الرئيس الأمريكي كامالا هاريس، الخميس، لبحث فرص تعزيز الشراكة الاستراتيجية بين الأردن والولايات المتحدة. وتناقش جلالة الملك ونائبة الرئيس الأمريكي أهمية التعاون بين البلدين في دعم مشروعات التكامل الإقليمي في قطاعات الطاقة والأمن الغذائي والمياه. وقال جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، إن القدس بالنسبة للأردن ولعائلتي الهاشمية، لم تكن أمراً سياسياً قط بل هي ترتبط بهم بشكل شخصي منذ أكثر من مئة عام. وأضاف جلالة الملك في الكلمة الرئيسية، التي ألقاها في حفل فطور الدعاء الوطني الـ ٧١ بواشنطن، "منذ أكثر من مئة عام، حملنا أمانة الوصاية الهاشمية على الأماكن المقدسة الإسلامية والمسيحية في القدس"، مشيراً إلى ارتباط حياة الهاشميين على مدى عدة أجيال بالمدينة المقدسة. واستذكر جلالته استشهاده جلالته الملك المؤسس عبدالله بن الحسين على عتبات المسجد الأقصى المبارك، ونجاة جلالة الملك الراحل الحسين، (الأمير الحسين آنذاك) من تلك الحادثة، وأثر ذلك اليوم على جلالته، الذي كرس حياته للعمل لتحقيق السلام حتى أثناء صراعه مع مرض السرطان. والتقى جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، مديرة الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية سامانثا باور، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد.

واشنطن في الشرق الأوسط. وستذكر جلالته استشهاده جلالته الملك المؤسس عبدالله بن الحسين على عتبات المسجد الأقصى المبارك، ونجاة جلالة الملك الراحل الحسين، (الأمير الحسين آنذاك) من تلك الحادثة، وأثر ذلك اليوم على جلالته، الذي كرس حياته للعمل لتحقيق السلام حتى أثناء صراعه مع مرض السرطان. والتقى جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، مديرة الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية سامانثا باور، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد.

والتقى جلالة الملك عبدالله الثاني، مساء الأربعاء، قيادات مجلس الشيوخ الأمريكي من الحزبين الديمقراطي والجمهوري. وتناول اللقاء، الذي حضره سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، عمق الشراكة الاستراتيجية بين البلدين ومجالات تطوير التعاون، إذ أعرب جلالته عن تقديره لدعم الولايات المتحدة للمملكة في مختلف القطاعات. واجتمع جلالة الملك عبدالله الثاني في واشنطن، الخميس، بوزير الخارجية الأمريكي أنتوني بلينكن، لبحث العلاقات الاستراتيجية بين البلدين، والجهود المشتركة لتعزيز

البلدين ومجالات تطوير التعاون، إذ أعرب جلالته عن تقديره لدعم الولايات المتحدة للمملكة في مختلف القطاعات. واجتمع جلالة الملك عبدالله الثاني في واشنطن، الخميس، بوزير الخارجية الأمريكي أنتوني بلينكن، لبحث العلاقات الاستراتيجية بين البلدين، والجهود المشتركة لتعزيز

والتقى جلالة الملك عبدالله الثاني، مساء الأربعاء، قيادات مجلس الشيوخ الأمريكي من الحزبين الديمقراطي والجمهوري. وتناول اللقاء، الذي حضره سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، عمق الشراكة الاستراتيجية بين البلدين ومجالات تطوير التعاون، إذ أعرب جلالته عن تقديره لدعم الولايات المتحدة للمملكة في مختلف القطاعات. واجتمع جلالة الملك عبدالله الثاني في واشنطن، الخميس، بوزير الخارجية الأمريكي أنتوني بلينكن، لبحث العلاقات الاستراتيجية بين البلدين، والجهود المشتركة لتعزيز

سحب تشغيلات من حقن ديبروفوس من الأسواق

عمان

باشرت المؤسسة العامة للغذاء والدواء إجراءات سحب احترازي ووقائي لتشغيلات معينة من حقن ديبروفوس المستوردة للسوق المحلية بالتعاون مع الشركة الصانعة والوكيل في الأردن. وأوضح مدير عام المؤسسة العامة للغذاء والدواء الدكتور زيار مهيدات في بيان الخميس، أن قرار السحب جاء احترازي فور ورود بعض الملاحظات من قبل الشركة الصانعة المتعلقة بجودة الدواء والتي ليس لها أي تأثير على فاعليته أو مأمونيته، حيث لم يسجل لدى المؤسسة إثر هذه الملاحظات أي أعراض جانبية نتيجة استخدام الدواء، مبيناً أن قرار السحب يشمل تشغيلات معينة من الدواء تحمل الأرقام: W037168/ W037404/ W030686/ W032602/ W030457/ W025759/ W004660/ U039526/U037740/ U039364/U039650/U028276 وأضاف، إن المؤسسة عممت بخصوص سحب الكميات المتبقية من التشغيلات المذكورة من الصيدليات والمستودعات وأماكن توزيعها احترازيًا، لافتاً إلى أن جميع الأدوية الواردة للسوق الأردني يتم فحصها في مختبرات المؤسسة قبل صدور قرار تداولها. وأشار البيان إلى إن مثل هذه الإجراءات تأتي استمراراً لحرص المؤسسة العامة للغذاء والدواء على اتخاذ أقصى الإجراءات الوقائية لضمان استيفاء الأدوية المتوفرة في السوق الدوائي الأردني لأعلى المواصفات الفنية ومعايير المأمونية والفاعلية. يذكر أن الدواء المسحوب يستخدم لعلاج عدة مشاكل صحية مثل التخفيف من أعراض الربو والحساسية وغيرها من المشاكل الصحية.

بدء القبول الموحد للدورة التكميلية منتصف الأسبوع المقبل

عمان

الجامعي ٢٠٢٣ من خلال طلب القبول الموحد في تسع جامعات حكومية إضافة إلى جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وأشار إلى أن الطلاب من خلال دخوله إلى الرابط أعلاه يستطع الاطلاع على الحدود الدنيا لمعدلات القبول التنافسية في التخصصات المطروحة للقبول في الدورة الصيفية الماضية ٢٠٢٣، والأسئلة الأكثر تكراراً ونصائح وإرشادات، وفيديوهات توضيحية لألية تقديم طلب القبول الموحد، وألية دفع رسم تقديم الطلب من خلال قنوات خدمة الدفع الإلكتروني إي-فواتيركم، إضافة إلى فيديو توضيحي لكيفية تصفح الموقع الإلكتروني للوحدة.

أعلنت وحدة تنسيق القبول الموحد في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الخميس، الانتهاء من تحديث جميع البيانات والمعلومات التي يتضمنها موقعها الإلكتروني، استعداداً لبدء تقديم طلبات القبول الموحد للدورة التكميلية ٢٠٢٣ منتصف الأسبوع المقبل. وقال مدير الوحدة الناطق الإعلامي باسم الوزارة، مهند الخطيب، إن الوزارة طرحت ٣٣١ تخصصاً للقبول بداية الفصل الدراسي الثاني للعام

الجامعي ٢٠٢٣ من خلال طلب القبول الموحد في تسع جامعات حكومية إضافة إلى جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وأشار إلى أن الطلاب من خلال دخوله إلى الرابط أعلاه يستطع الاطلاع على الحدود الدنيا لمعدلات القبول التنافسية في التخصصات المطروحة للقبول في الدورة الصيفية الماضية ٢٠٢٣، والأسئلة الأكثر تكراراً ونصائح وإرشادات، وفيديوهات توضيحية لألية تقديم طلب القبول الموحد، وألية دفع رسم تقديم الطلب من خلال قنوات خدمة الدفع الإلكتروني إي-فواتيركم، إضافة إلى فيديو توضيحي لكيفية تصفح الموقع الإلكتروني للوحدة.

توزيع 30 ألف بطاقة غذائية مغنطة بعيد ميلاد الملك

عمان

إلكتروني ودراسات ميدانية لواقع الأسر العفيفة التي تتفادها وزارة التنمية الاجتماعية بالتعاون مع الحكام الإداريين في جميع المحافظات؛ مختلف المناطق. ويشار في هذا الصدد، إلى أن المبادرات الملكية، التي تشمل قطاعات حيوية، ويجري تنفيذها في جميع مناطق المملكة، تشكل ترجمة حقيقية لرؤية ملكية تضع الاعتبار تنمية مستدامة محوراً للإنسان، الذي هو وسيلتها ومغايتها، وصولاً إلى تحقيق تنمية اجتماعية واقتصادية مستدامة وتأمين مستوى معيشي أفضل لجميع المواطنين.

جاء في إطار المبادرات الملكية التي يجري إطلاقها، في مختلف مناطق المملكة، بتوجيهات ملكية مباشرة، للتخفيف من الظروف المعيشية للأسر الأردنية المستفيدة في المدن والأرياف والبادية، وتنفيذاً للتوجيهات الملكية بتحسين الظروف المعيشية للمواطنين، وخصوصاً الفئات المحتاجة. وأضافت أن البطاقات وزعت على المستفيدين من خلال ١٠٨ مراكز تسليم منتشرة في جميع أنحاء المملكة. وبيّنت أن اختيار الأسر المستفيدة جرى حسب أسس ومعايير، ومن خلال خطة عمل واضحة ومحكمة، تضمنت قاعدة بيانات دقيقة ومفصلة عن هذه الأسر، وفق نظام تنسيب

أعلنت وزارة التربية والتعليم نتائج امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة لعام ٢٠٢٢ الامتحان التكميلي، وذلك عبر الرابط الإلكتروني www.Tawjih.jo. وبيّنت الوزارة، في بيان صحفي الخميس، أن نسب النجاح العامة في الامتحان بلغت ٦٦.٩ بالمئة في المسار الثانوي الشامل الأكاديمي، و٦١.٥ بالمئة في المسار الثانوي الشامل المهني، حيث بلغ عدد الذين سجلوا لامتحان التكميلي لعام ٢٠٢٢ نحو ١٠٠١٩٨ منهم ٨٥٨٩٧ بغرض استكمال متطلبات النجاح و١٤٣٠١ لأغراض رفع المعدل. وحضر من جميع المشتركين ٠.٨٧١، وحصل منهم على الحد الأدنى لمتطلبات النجاح ٦٠١٣٤.

66.2% نسبة النجاح العامة لتكميلية التوجيهي

عمان

أعلنت وزارة التربية والتعليم نتائج امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة لعام ٢٠٢٢ الامتحان التكميلي، وذلك عبر الرابط الإلكتروني www.Tawjih.jo. وبيّنت الوزارة، في بيان صحفي الخميس، أن نسب النجاح العامة في الامتحان بلغت ٦٦.٩ بالمئة في المسار الثانوي الشامل الأكاديمي، و٦١.٥ بالمئة في المسار الثانوي الشامل المهني، حيث بلغ عدد الذين سجلوا لامتحان التكميلي لعام ٢٠٢٢ نحو ١٠٠١٩٨ منهم ٨٥٨٩٧ بغرض استكمال متطلبات النجاح و١٤٣٠١ لأغراض رفع المعدل. وحضر من جميع المشتركين ٠.٨٧١، وحصل منهم على الحد الأدنى لمتطلبات النجاح ٦٠١٣٤.

ارتفاع الهطول المطري العام إلى 53 بالمئة

عمان

قالت وزارة المياه والري/ سلطة وادي الأردن، إن حجم الامطار الهائلة خلال الموسم المطري الحالي ارتفع إلى ٥٢.٧ بالمئة من المعدل العام، فيما بلغ حجم ما دخل السودان من الامطار وجريان الاودية خلال ٢٤ ساعة الماضية نحو ٤ ملايين متر مكعب. وقالت السلطة في بيان الخميس، إن الهطولات المطرية تركزت في السودان الشمالية، خاصة سد الملك طلال لترفع التخزين في الـ ٨٥ مليون متر مكعب بنسبة ٣٠.٢٩ بالمئة من طاقته التخزينية البالغة ٢٨٠.٧ مليون متر مكعب، في حين سجلت أعلى نسبة هطول خلال الساعات ٢٤ الماضية في محافظة اربد، وبلغت ٥١ ملم. وبيّنت أن السودان الشمالية دخلها نحو ٤ ملايين متر مكعب خلال الساعات الماضية، تركزت في سد الملك طلال ٢.٨ مليون م٣، سد الوحدة ٤٠٩ آلاف م٣، وادي العرب ٣٩٤ م٣، زقلاب ٣ م٣، كفرنجة ٤٤ الف م٣، شعيب ١٣٨ الف م٣، الكفرين ٤٥ الف م٣، زرقاء ماعين ١٤ الف م٣، اما السودان الجنوبية فقد دخل إلى سد الموجب ١٤ الف م٣ وسد الكرك ٨.٥ الف م٣ فقط، فيما لم يدخل السودان الجنوبية الأخرى اية كميات. وبيّنت السلطة، أن معدل الهطول في عمان سجل ٢٦.٨ ملم خلال الساعات ٢٤ الماضية، تركزت في بيارب وادي السير ٢٩.٤ ملم، الشميمسان ٢٨.٨ ملم، جبل الحسين ٢٨.٦ ملم، صويلح ٢٧.٤ ملم، والجبيهة ٢٤.٣ ملم. تابع ص٢

الملك يلتقي مديرة الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية

واشنطن

التقى جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، مديرة الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية سامانثا باور، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد. وجرى خلال اللقاء بحث الخطط والمشروعات التي تدعمها الوكالة في الأردن، وعلى رأسها مذكرة التفاهم الأخيرة بين الأردن والولايات المتحدة، التي توفر الدعم للمملكة للمضي قدماً بمسارات التحديث السياسي والاقتصادي والإداري. وتمن جلالته الملك دعم الولايات المتحدة للمشروعات التنموية بالمملكة، خصوصاً المتعلقة بالبنية التحتية والمياه، والتي من شأنها أن تعود بالمنفعة على المنطقة بأكملها.

كما تناول اللقاء جهود الأردن في استضافة اللاجئين السوريين، وأهمية استمرار دعم المجتمع الدولي للمملكة لتمكينها من مواصلة دورها الإنساني في توفير الخدمات الصحية والتعليمية لهم ورعايتهم. من جانبها، أشادت مديرة الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية بجهود الأردن في العمل على مشروعات التكامل الإقليمي، خاصة في قطاعي المياه والطاقة، لتعزيز الاستقرار في المنطقة ومواجهة مختلف الأزمات وانعكاساتها الاقتصادية.

وحضر اللقاء نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالته الملك، الدكتور جعفر حسان، والسفيرة الأردنية في واشنطن دينا قعوار.

الملكة رانيا العبدالله تلقت السيدة الأولى للولايات المتحدة الدكتورة جيل بايدن في واشنطن

عمان

التقت جلالة الملكة رانيا العبدالله أمس في البيت الأبيض مع السيدة الأولى للولايات المتحدة الدكتورة جيل بايدن، وذلك ضمن الزيارة التي يقوم بها جلالته الملك عبدالله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد إلى الولايات المتحدة الأميركية. وجرى خلال اللقاء مناقشة القضايا ذات الاهتمام المشترك.

مالية النواب تناقش تحديات البلديات

عمان

اطلعت اللجنة المالية النيابية برئاسة النائب نمر السليحات، الخميس، على المشاكل والتحديات التي تواجه البلديات في مختلف مناطق المملكة. جاء ذلك خلال لقاء اللجنة ورئيسة كتلة الائتلاف الوطني النيابية أسماء الرواحنة، رؤساء البلديات المنتسبين لحزب الائتلاف الوطني، بحضور النائب الأول لرئيس مجلس النواب أحمد الخلايلة. وقال السليحات، إن الأردن يمر بمرحلة اقتصادية صعبة، داعياً البلديات إلى التركيز على الاستثمار بالاشتراك مع القطاع الخاص للتخفيف من ديونها وللقيام بدورها على أكمل وجه. وأشار إلى أن اللجنة سترفع توصيات رؤساء البلديات لوزارتي الإدارة المحلية والمالية والجهات المعنية للأخذ بها وتذليل الصعوبات التي تواجهها. من جهته أكد الخلايلة دور الأحزاب الفاعل بإثراء العمل السياسي، لافتاً إلى الجهود التي بذلها المجلس بهذا الاتجاه انسجاماً مع الرؤى والتوجيهات الملكية السامية المعززة للمشاركة البناءة في الحياة الحزبية.

وتمن الجهود التي أنجزتها اللجنة المالية النيابية حيال مشروع قانون الموازنة العامة للدولة للسنة المالية 2023.

بدورها، قالت الرواحنة إن اللقاء جاء للاستماع إلى المشاكل والتحديات التي تواجه البلديات في المملكة، والعمل على تذليلها. من جهتهم، استعرض رؤساء البلديات أبرز المشاكل والتحديات التي تواجه بلدياتهم، ورفعوا توصيات اللجنة المالية النيابية وكتلة الائتلاف الوطني النيابية.

وطالبوا بإعفاء البلديات من الفوائد المترتبة على حساباتهم المشقوقة، والتخفيف من القيود على رؤساء البلديات ومنحهم صلاحيات أكثر، وتسهيل الإجراءات المتبعة للحصول على الطاقة المتجددة للبلديات، وتحويل كامل حصص البلديات من مخالفات السير وأمانة عمان الكبرى. كما طالبوا بتحويل جزء من الرسوم التي تتقاضاها أمانة عمان على الخضار والفواكه للبلديات، وإجراء تعديلات على قانون الإدارة المحلية، ورفع فضاء المجالس المحلية، ومعالجة تأخير طرح العطاءات وتوقيض الصلاحيات لرئيس البلدية وإعادة النظر بتصنيفات الأراضي.

ارتفاع الهطول المطري ارتفاعاً ملحوظاً العام إلى 53 بالمئة

عمان

قالت وزارة المياه والري/ سلطة وادي الأردن، إن حجم الأمطار الهاطلة خلال الموسم المطري الحالي ارتفع إلى 52.7 بالمئة من المعدل العام، فيما بلغ حجم ما دخل السودان من الأمطار وجران الأودية خلال 24 ساعة الماضية نحو 4 ملايين متر مكعب. وقالت السلطة في بيان الخميس، إن الهطولات المطرية تركزت في السهول الشمالية، خاصة سد الملك طلال لترفع التخزين في 85 مليون متر مكعب بنسبة 30.29 بالمئة من طاقته التخزينية البالغة 280.7 مليون متر مكعب، في حين سجلت أعلى نسبة هطول خلال الساعات 24 الماضية في محافظة إربد، وبلغت 51 ملم.

وبينت أن السودان الشمالية دخلها نحو 4 ملايين متر مكعب خلال الساعات الماضية، تركزت في ببادر وادي السير 29.4 ملم، سد الوحدة 409 آلاف 3م، وادي العرب 394 ألف 3م، زقلاب 63 ألف 3م، كفرنجة 44 ألف 3م، شعيب 138 ألف 3م، الكفرين 45 ألف 3م، زرقاء ماين 14 ألف 3م، أما السودان الجنوبية فقد دخل إلى سد الموجب 14 ألف 3م وسد الكرك 8.5 ألف 3م فقط، فيما لم يدخل السودان الجنوبية الأخرى أية كميات.

وبينت السلطة، أن معدل الهطول في عمان سجل 26.8 ملم خلال الساعات 24 الماضية، تركزت في ببادر وادي السير 29.4 ملم، الشميساني 28.8 ملم، جبل الحسين 28.6 ملم، صويلح 27.4 ملم، والجيبية 24.3 ملم.

الملك وبايدن يبحثان آليات التعاون لتعزيز الاستقرار الإقليمي وخفض التصعيد بالأراضي الفلسطينية



واشنطن

بحث جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، آليات التعاون بين الأردن والولايات المتحدة لتعزيز الاستقرار في المنطقة وخفض التصعيد بالأراضي الفلسطينية. وشدد جلالته، خلال اللقاء الذي عقد في البيت الأبيض، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، على الدور القيادي للولايات المتحدة في الدفع نحو الهدنة وإيجاد أفق سياسي حقيقي للحفاظ على فرص تحقيق السلام الشامل والعالمة.

وأكد جلالته الملك ضرورة وقف الخطوات الإسرائيلية التي تقوض حل الدولتين وتدفع باتجاه المزيد من التآزم، مشدداً على أهمية تكثيف الجهود لدعم الشعب الفلسطيني في نيل حقوقه العادلة والمشروعة، وقيام دولته المستقلة، على خطوط الرابع من حزيران عام 1967، وعاصمتها القدس الشرقية لتعيش بأمن وسلام إلى جانب إسرائيل.

الملك يلتقي قيادات مجلس الشيوخ الأمريكي بواشنطن قيادات مجلس الشيوخ: العملاقة شريك محوري في الشرق الأوسط



واشنطن

التقى جلالة الملك عبدالله الثاني، مساء الأربعاء، قيادات مجلس الشيوخ الأمريكي من الحزب الديمقراطي والجمهوري. وتناول اللقاء، الذي حضره سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، عمق الشراكة الاستراتيجية بين البلدين ومجالات تطوير التعاون، إذ أعرب جلالته عن تقديره لدعم الولايات المتحدة للمملكة في مختلف القطاعات. وفي الحديث عن مجمل التطورات الإقليمية، تم التأكيد على دور الولايات المتحدة بالشراكة مع الأردن في تثبيت الاستقرار، وعلى ضرورة تكثيف الجهود لوقف التصعيد في الأراضي الفلسطينية والدفع نحو التهدئة.

وشدد جلالته الملك على مركزية القضية الفلسطينية، مؤكداً أهمية الدفع لتوفير أفق سياسي يمهد الطريق لإعادة إحياء عملية السلام على أساس حل الدولتين. وأشار جلالته إلى مشاريع التكامل الاقتصادي في الإقليم ودورها في تعزيز الاستقرار والتنمية في المنطقة، معيدا التأكيد على ضرورة شمول الفلسطينيين في هذه المشاريع. من جانبهم، أكد زعيم الأغلبية الديمقراطية في مجلس الشيوخ تشاك شومر، وزعيم الأقلية الجمهورية ميتش كوكيل، والحضور اعترازهم بعمق العلاقات التاريخية بين البلدين، لافتين إلى أهمية المملكة كشريك محوري في الشرق الأوسط ودورها في تثبيت الاستقرار والسعي نحو السلام.

وحضر اللقاء نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالته الملك، الدكتور جعفر حسان، والسفيرة الأردنية في واشنطن دينا قعوار.

الملك يعقد لقاء مع نائبة الرئيس الأمريكي



واشنطن

عقد جلالة الملك عبدالله الثاني لقاء مع نائبة الرئيس الأمريكي كامالا هاريس، الخميس، لبحث فرص تعزيز الشراكة الاستراتيجية بين الأردن والولايات المتحدة. وناقش جلالته الملك ونائبة الرئيس الأمريكي أهمية التعاون بين البلدين في دعم مشروعات التكامل الإقليمي في قطاعات الطاقة والأمن الغذائي والمياه. وتناول اللقاء القضايا ذات الاهتمام المشترك، إذ أكد جلالته أهمية تصافير الجهود للتهدئة وخفض التصعيد في الأراضي الفلسطينية والعمل مع المجتمع الدولي لبناء أفق سياسي لتحقيق السلام العادل والشامل على أساس حل الدولتين. وشدد جلالته الملك على ضرورة عدم المساس بالوضع التاريخي والقانوني القائم بالبحر المقدسي الشريف.

الملك يلقي الكلمة الرئيسية في فطور الدعاء الوطني بواشنطن الملك : هناك دائماً فرصة للسلام

. الملك بالنسبة للأردن ولعائتي الهاشمية لم تكن القدس أمراً سياسياً قط . الملك: تحقيق السلام يتطلب الإيمان الصادق بإمكانية الوصول إلى عالم أفضل



واشنطن

قال جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، إن القدس بالنسبة للأردن ولعائتي الهاشمية، لم تكن أمراً سياسياً قط بل هي ترتبط بهم بشكل شخصي منذ أكثر من مئة عام. وأضاف جلالته الملك في الكلمة الرئيسية، التي ألقاها في حفل فطور الدعاء الوطني الـ 71 بواشنطن، "منذ أكثر من مئة عام، حملنا أمانة الوصاية الهاشمية على الأماكن المقدسة الإسلامية والمسيحية في القدس"، مشيراً إلى ارتباط حياة الهاشميين على مدى عدة أجيال بالمدنية المقدسة. واستذكر جلالته استشهاده جلالته الملك المؤسس عبدالله بن الحسين على عتبات المسجد الأقصى المبارك، ونجاة جلالته الملك الراحل الحسين، (الأمير الحسين آنذاك) من تلك الحادثة، وأثنى ذلك اليوم على جلالته، الذي كرس حياته للعمل لتحقيق السلام حتى أثناء صراعه مع مرض السرطان. ولفت جلالته الملك في الكلمة التي ألقاها أمام جمع من القيادات السياسية والفكرية والدينية من الولايات المتحدة وعدد من الدول، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، إلى استمرار إصرار الأردن على العمل من أجل تحقيق السلام، مؤكداً أن "هناك دائماً فرصة للسلام، فالحقيقة هي الإنسانية. وتحدث في الحفل أيضاً الرئيس الأمريكي جو بايدن، عبر تقنية الاتصال المرئي، والرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي من خلال رسالة مسجلة.

الملك يجتمع بوزير الخارجية الأمريكي

واشنطن

اجتمع جلالته الملك عبدالله الثاني في واشنطن، الخميس، بوزير الخارجية الأمريكي أنتوني بلينكن، لبحث العلاقات الاستراتيجية بين البلدين، والجهود المشتركة لتعزيز الاستقرار في الشرق الأوسط. ولفت جلالته، بحضور سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، إلى الحرص على مواصلة التنسيق والتعاون المستمرين بين البلدين، مثنياً الدعم الذي تقدمه الولايات المتحدة للمملكة. وتناول الاجتماع المستجدات الإقليمية والدولية، خصوصاً القضية الفلسطينية وجهود الدفع نحو التهدئة ووقف التصعيد والإجراءات الأحادية في الأراضي الفلسطينية، التي تقوض فرص تحقيق السلام. من جانبه، أكد وزير الخارجية الأمريكي عمق الشراكة بين البلدين، مشيداً بجهود الأردن في التحديث السياسي والاقتصادي والإداري. وأشار بلينكن إلى أهمية الوصاية الهاشمية على الأماكن المقدسة بالقدس في الحفاظ على الوضع التاريخي والقانوني القائم بالمسجد الأقصى المبارك/ الحرم القدسي الشريف. كما تطرق الاجتماع إلى جهود التوصل إلى حلول سياسية للأزمات في الإقليم. وحضر الاجتماع، نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالته الملك، الدكتور جعفر حسان، والسفيرة الأردنية في واشنطن دينا قعوار.

شركة كهرباء محافظة إربد المساهمة العامة المحدودة
إعلان فصل التيار الكهربائي

سقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الاثنين الموافق 2023/2/6 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن سوغ طريق دير إبي سعيد، عيون حمام، دير إبي سعيد مجازي مستشفى الأميرة راية، كفرالما الجي الشمالي وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة إربد.

وعن لغرة زيد طريق راجب، طريق بلاص بجانب معصرة البلدية من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصراً في محافظة عجلون. قسم العلاقات العامة

دراسة: الصيام المتقطع يمكن أن يؤدي للتعافي من داء السكري من النوع 2



وبلغ ٥٥% من المشاركين، الذين كانوا يعانون من داء السكري لمدة ٦ سنوات على الأقل، مرحلة التعافي من مرض السكري وتوقفوا عن تناول أدويةهم، واستمرت حالة التعافي لمدة سنة واحدة على الأقل. يعتقد الباحثون أن نتائج الدراسة تتعارض مع فكرة أن الأشخاص لا يمكنهم التعافي من الداء إلا إذا أصيبوا بالمرض لفترة أقصر تقل عن ست سنوات، ويرون أن الصيام المتقطع يمكن أن يساعد المرضى على إنقاص الوزن وربما الشفاء من داء السكري من النوع الثاني نتيجة لذلك.

تتير الأبحاث السابقة، مثل مراجعة علمية في عام ٢٠٢٠ بمصدر مونتوق لنحو ٤١ مقالة، إلى أن الصيام المتقطع هو وسيلة لفقدان الوزن وتقليل السمنة. الدراسة الجديدة، أشارت البيانات إلى أن ما يقرب من ٩٠% من المشاركين خفضوا تناولهم للأدوية للسيطرة على مرض السكري، بما يشمل الأفراد الذين يتناولون عوامل خفض السكر في الدم والأنسولين. أكثر من ٦ سنوات

• ممارسة النشاط البدني لأقل من ثلاثة أيام في الأسبوع
• عوامل وراثية مثل أن يكون أحد الوالدين أو الأشقاء مصاباً بداء السكري من النوع ٢.
وفقاً لما صدر عن CDC، تشمل بروتوكولات العلاج عادةً فحص نسبة السكر في الدم بشكل مستمر، ووضع خطة نظام غذائي ونشاط بدني، إلى جانب تقليل الإجهاد.
السكري من النوع ١
يختلف داء السكري من النوع ٢ عن مرض السكري من النوع ١، حيث تشير دكتورا باربرا كيبير، نائبة رئيس طب الأسرة في "Northwell Health" في نيويورك، إلى أن مرض السكري من النوع ١ هو رد فعل مناعي ذاتي، ينشأ عادةً - ولكن ليس دائماً - في وقت مبكر من الطفولة والمراهقة ويحدث عندما ينتج الجسم القليل جداً من الأنسولين أو لا ينتج أي شيء على الإطلاق.
الصيام المتقطع
أجرى الباحثون الصينيون الدراسة على مدى ثلاثة أشهر وشملت ٣٦ مشاركاً، جميعهم يعانون من مرض السكري من النوع ٢، ويمارسون نظام الصيام المتقطع. وكان بعض المشاركين يأخذ أدوية لخفض نسبة السكر في الدم والأنسولين.
تقول دكتورا كبير إن خطة الدراسة تضمنت ما يلي:
• أيام صيام متناوبة مع تناول سعرات حرارية أقل من ٥٠٠ للسيدات و٦٠٠ بالنسبة للرجال
• خمسة أيام من أنماط الأكل المنتظمة مع يومين في الأسبوع من الصيام المتقطع والسعرات الحرارية المنخفضة.
• تناول الوجبات لفترة محدودة بين الساعة ١٠ صباحاً و٥ مساءً.
ثبت أن اتباع نظام الصيام المتقطع والسعرات المنخفضة يؤدي إلى "تحفيز ما يعرف باسم الكيتوزية أثناء فترات الصيام، مما يجعل الجسم يستخدم تكسير الدهون الخاص به لدعم الوظائف العادية، وبالتالي يتسبب في فقدان الوزن".
نحو ٩٠% من المشاركين

وكالات
تتائج دراسة صينية تدحض فكرة أن التعافي من داء السكري يقتصر على الإصابة به لأقل من ٦ سنوات
يمكن أن يؤدي اتباع النظام الغذائي المعروف باسم الصيام المتقطع إلى تعافي المرضى من مرض السكري من النوع ٢، وفقاً لدراسة جديدة نُشرت في دورية "Endocrine Society's Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism".
قال بروفيسور دونغوبو ليو، من جامعة هونان الصينية، في بيان صحافي: إن "مرض السكري من النوع الثاني ليس بالضرورة مرضاً دائماً يستمر مدى الحياة. وتظهر نتائج الدراسة أن الصيام المتقطع، وتحديدًا العلاج الغذائي الطبي الصيني CMNT، يمكن أن يؤدي إلى التعافي من داء السكري من النوع ٢".
وفقاً لما نشره موقع "Healthline"، أصبح الصيام المتقطع إستراتيجية جديدة بالاهتمام لفقدان الوزن في السنوات الأخيرة. يتضمن تناول الطعام خلال فترات زمنية محددة والصيام لعدد معين من الساعات كل يوم.
أسباب السكري من النوع ٢
يؤثر مرض السكري من النوع ٢ على مئات الملايين حول العالم ويحدث عندما يبني الجسم مقاومة للأنسولين، وهو هرمون ينتجه البنكرياس ويسمح للغلوكوز بدخول الخلايا واستخدامه للحصول على الطاقة. يصاب الأشخاص بداء السكري من النوع الثاني عادةً في وقت لاحق من الحياة، حول أو بعد سن ٤٥ عامًا، ولكن أصبح يصيب الأطفال والمراهقين بشكل متزايد في الآونة الأخيرة.
يقول المركز الأمريكي لمكافحة الأمراض والوقاية منها CDC إن عوامل الخطر الأخرى تشمل:
• زيادة الوزن
• سابقة الإصابة بسكري الحمل، والذي يحدث عند الحوامل اللواتي لم يسبق لهن أن أصبن بمرض السكري من قبل.

هل يتلقى الرجال والنساء نصائح متشابهة للحفاظ على صحة القلب؟



والذين يعتبرون مؤهلين لتلقي الأدوية الخافضة للدهنيات من عائلة الستاتينات (Statins) وقد بلغ عددهم ٢٩٢٤ مريضاً. نتائج المقارنة وقام الباحثون بعد ذلك بمقارنته احتمالية تلقي كل من الرجال والنساء للستاتينات بالمجموعة التي أظهر التحليل أن أصحابها مؤهلون لتلقي الستاتينات. وقاموا كذلك بحساب احتمالية تلقيهم نصائح تتعلق بإنقاص الوزن وتقليل استهلاك الأطعمة المحتوية على الدهون وممارسة التمارين الرياضية والتقليل من تناول الملح. وقام الباحثون بتعديل التحليل الإحصائي وفقاً للوزن وتقليل استهلاك الأطعمة المحتوية على الدهون وممارسة التمارين الرياضية والتقليل من تناول الملح. الجسم ومعدل ضربات القلب في وضعية الراحة، ودرجة الانتعاش بالإضافة إلى الحالة التعليمية.

وكالات
عُرِضت نتائج الدراسة بمؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب/آسيا (ESC Asia) والذي تم عقده بستغافورة ديسمبر/كانون الأول الحالي. أظهرت دراسة حديثة أن النصائح الطبية -التي توجه للرجال لتقليل خطورة الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية- تختلف عن تلك التي يتم إعطاؤها للنساء، الأمر الذي يخالف التوصيات الطبية. وتُصح النساء وفقاً للدراسة بأن يحسّن من النظام الذي يتبعنه في حياتهن، في حين ينصح الرجال بأخذ أدوية تُخفّض الدهون من عائلة الستاتينات (Statins).

عُرِضت نتائج الدراسة بمؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب/آسيا (ESC Asia) والذي تم عقده في ستغافورة مطلع ديسمبر/كانون الأول الحالي، بتنظيم من الجمعية الأوروبية لأمراض القلب (European Society of Cardiology) وجمعية آسيا والمحيط الهادئ لأمراض القلب (Pacific Society of Cardiology) (APSC) واتحاد دول جنوب شرق آسيا لأمراض القلب (AFC) وجمعية آسيا والمحيط الهادئ لأمراض القلب (Asian Pacific Federation of Cardiology) وجمعية أوروبا لأمراض القلب (EurekAlert).
نصائح لتقليل حدوث الأمراض ووفقاً للمؤلف الأول للبحث الدكتور بريما وولانداري من كلية الطب بجامعة هارفرد ومستشفى ماساتشوستس العام، فإن هذه الدراسة قد أظهرت أنه يتم إخبار النساء بأن عليهن إنقاص أوزانهن وممارسة الرياضة والنصح من النظام الغذائي الذي يتبعه لتقليل خطورة الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، بينما يطلب من الرجال تناول أدوية خافضة للدهون. يأتي ذلك رغم أن التوصيات الطبية نفسها تنطبق على الجنسين.

وقد أظهرت دراسات سابقة أن العلاج المقدم للمصابين بأمراض القلب والأوعية الدموية يكون أقل حدة من ذلك الذي يقدم للرجال. وقد جاءت هذه الدراسة استكمالاً للجهود السابقة لمعرفة ما إذا كانت الفروقات بين الجنسين ممتدة للنصائح اللاحقة لتقليل من خطورة حدوث هذه الأمراض. واستخدمت الدراسة بيانات المرضى المتوافرة من المسح الوطني الأمريكي لفحص الصحة والغذاء (the US National Health and Nutrition Examination Survey) (NHANES) الفترة ما بين ٢٠١٧ و٢٠٢٠. واشتملت على أكثر من ٨ آلاف رجل وامرأة لا يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية، وتتراوح أعمارهم بين ٤٠ و٧٩ عاماً. وقد صنّف المرضى بأنهم في عرضة متزايدة لأمراض القلب والأوعية الدموية -وفقاً لقياس الخطورة-

شراب سحري يساعدك على خسارة يلوغرامات إضافية

وكالات
العلاج المبكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل
أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبكر لانقطاع التنفس أثناء النوم، هو عبارة عن رذاذ أنفي. وعلى الرغم من أن هذا العلاج لا يزال بعيداً عن الاستخدام السريري، لكن النتائج المبكرة تشير إلى أن استخدام رذاذ الأنف السريع قبل النوم يمكن أن يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل، وفقاً لما نشره موقع New Atlas نقلاً عن دورية Chest.
أوضح داني إيكارت، كبير الباحثين في الدراسة الجديدة التي أجرتها جامعة فليندرز، أنه "في الوقت الحالي، لا توجد علاجات دوائية معتمدة لانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم OSA، لكن مع التقدم الذي تم إحرازه فيما يتعلق بفهم الأسباب المختلفة لإصابة الأشخاص بانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم، تزداد إمكانية الحصول على أدوية جديدة فعالة بشكل أقوى كل عام".
علاج تقليدي غير مريح
والعلاج الأكثر شيوعاً لانقطاع التنفس أثناء النوم هو جهاز ميكانيكي يسمى CPAP وهو اختصار لـ(ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر). ويستخدم هذا الجهاز بشكل أساسي الهواء المضغوط لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم.
ويمكن أن تكون أجهزة الضغط الإيجابي المستمر في المسالك الهوائية أداة فعالة للغاية لإدارة انقطاع النفس أثناء النوم، لكنها معروفة بأنها ضيقة وغير مريحة.
ويتوقف ما يقرب من واحد من كل ١٠ أشخاص عن استخدام أجهزته بعد ليلة واحدة فقط، في حين أن حوالي ٥٠% لا يستخدمون العلاج لأكثر من عام.
العضلة الموسعة للبلعوم
وهناك الكثير من العمل الجاري للبحث عن علاجات عقاقير لمكافحة توقف التنفس أثناء النوم، لكن لم تتم الموافقة رسمياً على أي دواء منها حتى الآن.
وتهدف الدراسة الجديدة إلى اختبار عقار جديد مصمم لزيادة نشاط العضلة الموسعة للبلعوم.
وقالت الباحثة الرئيسية في الدراسة أمل عثمان إن "العقار الذي اختبرناه مصمم لاستهداف مستقبلات معينة يتم التعبير عنها على سطح الشعب الهوائية العلوية، مما يؤدي إلى تنشيطها بسهولة أكبر للعضلات المحيطة لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم".
وكانت النتائج الأولية للتجارب واعدة، حيث أدى الدواء الجديد إلى فتح مجرى الهواء بشكل مستمر خلال نوم ليلة كاملة. كما كانت النتائج متسقة بغض النظر عن طريقة التطبيق، مما يعني أن بخاخ الأنف البسيط يمكن أن يكون أسهل طريقة لتقديم العلاج لتوقف التنفس أثناء النوم.
وأضافت عثمان أنه "على الرغم من أن الدراسة صغيرة، فإن النتائج التي تم التوصل إليها تمثل أول تحقيق مفصل حول هذا العلاج الجديد لدى الأشخاص المصابين بانقطاع النفس الانسدادي، مع نتائج واعدة".

نتائج واعدة.. بخاخ للأنف قد يعالج انقطاع التنفس أثناء النوم



وكالات
العلاج المبكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل
أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبكر لانقطاع التنفس أثناء النوم، هو عبارة عن رذاذ أنفي. وعلى الرغم من أن هذا العلاج لا يزال بعيداً عن الاستخدام السريري، لكن النتائج المبكرة تشير إلى أن استخدام رذاذ الأنف السريع قبل النوم يمكن أن يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل، وفقاً لما نشره موقع New Atlas نقلاً عن دورية Chest.
أوضح داني إيكارت، كبير الباحثين في الدراسة الجديدة التي أجرتها جامعة فليندرز، أنه "في الوقت الحالي، لا توجد علاجات دوائية معتمدة لانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم OSA، لكن مع التقدم الذي تم إحرازه فيما يتعلق بفهم الأسباب المختلفة لإصابة الأشخاص بانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم، تزداد إمكانية الحصول على أدوية جديدة فعالة.
علاج تقليدي غير مريح
والعلاج الأكثر شيوعاً لانقطاع التنفس أثناء النوم هو جهاز ميكانيكي يسمى CPAP وهو اختصار لـ(ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر). ويستخدم هذا الجهاز بشكل أساسي الهواء المضغوط لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم.
ويمكن أن تكون أجهزة الضغط الإيجابي المستمر في المسالك الهوائية أداة فعالة للغاية لإدارة انقطاع النفس أثناء النوم، لكنها معروفة بأنها ضيقة وغير مريحة.
ويتوقف ما يقرب من واحد من كل ١٠ أشخاص عن استخدام أجهزته بعد ليلة واحدة فقط، في حين أن حوالي ٥٠% لا يستخدمون العلاج لأكثر من عام.
العضلة الموسعة للبلعوم
وهناك الكثير من العمل الجاري للبحث عن علاجات عقاقير لمكافحة توقف التنفس أثناء النوم، لكن لم تتم الموافقة رسمياً على أي دواء منها حتى الآن.

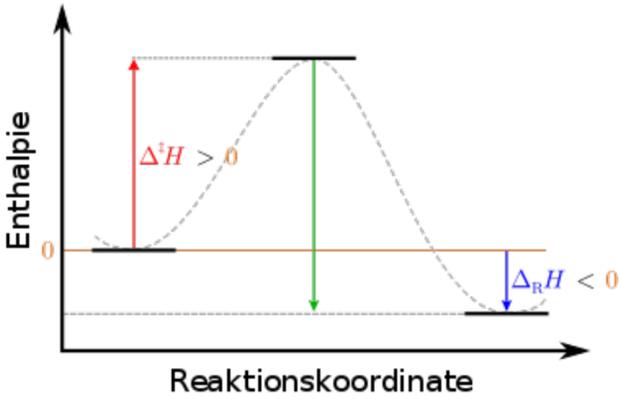
إمكانية الحصول على أدوية جديدة فعالة
علاج تقليدي غير مريح
والعلاج الأكثر شيوعاً لانقطاع التنفس أثناء النوم هو جهاز ميكانيكي يسمى CPAP وهو اختصار لـ(ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر). ويستخدم هذا الجهاز بشكل أساسي الهواء المضغوط لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم.
ويمكن أن تكون أجهزة الضغط الإيجابي المستمر في المسالك الهوائية أداة فعالة للغاية لإدارة انقطاع النفس أثناء النوم، لكنها معروفة بأنها ضيقة وغير مريحة.
ويتوقف ما يقرب من واحد من كل ١٠ أشخاص عن استخدام أجهزته بعد ليلة واحدة فقط، في حين أن حوالي ٥٠% لا يستخدمون العلاج لأكثر من عام.
العضلة الموسعة للبلعوم
وهناك الكثير من العمل الجاري للبحث عن علاجات عقاقير لمكافحة توقف التنفس أثناء النوم، لكن لم تتم الموافقة رسمياً على أي دواء منها حتى الآن.

تناول كميات أقل من الطعام ونشاط بدني أكثر.. لن ينقص وزنك!

وكالات
بعض الأطباء يقدّمون نصيحة "سطحية" للتخسيس يمكن أن تضر أكثر مما تنفع ولا تستند في الكثير من الأحيان أو أدلة علمية تمثل السمنة أو زيادة الوزن مشكلة للعالمين حول العالم. لكن ما توصلت إليه دراسة جديدة تم نشر نتائجها منذ بضعة أيام في دورية "Family Practice"، يشير إلى أنه في معظم الحالات، يقدم الأطباء للمرضى نصائح تتعلق بإنقاص الوزن تكون مجردة أكثر من كونها قابلة للتنفيذ، وغامضة للغاية بحيث لا تكون مفيدة، ولا يدعها العلم دائماً، بحسب ما نشره موقع "EatingWell".
شيوخ النصائح السطحية
قام فريق من الخبراء في جامعة أكسفورد في إنجلترا بفحص وتحليل ١٥٩ تسجيلاً صوتياً للاستشارات بين الممارسين العامين ومرضىهم الذين يعانون من مؤشر كتلة جسم ضمن نطاقات الإصابة بالسمنة. وتبين أن النصائح السطحية شائعة، بما يشمل التوجيه بأن الشخص يجب أن "يغير أسلوب حياته قليلاً". وتضمنت النصائح أو الإرشادات الشائعة توجيهات مجردة، لا تستند إلى أدلة علمية محققة، بل كان بعضها نصائح خاطئة، كما يلي:
• تناول كميات أقل من الطعام وقم بممارسة نشاط بدني أكثر
• اصعد على الدرج بدلاً من استخدام المصعد • انتبه لما تأكله • قلل من الكربوهيدرات
• استخدم أحد التطبيقات لتتبع السعرات الحرارية حتى تتمكن من مراقبة السعرات الحرارية الواردة والسعرات الحرارية الخارجة • مارس التمارين الرياضية بقدر ما تسمح به مفاصلك

• اصنع دقيقاً خالياً من الغلوتين، لأنه لا يحتوي على سكر، في حين أنها نصيحة خاطئة تماماً لأن الغلوتين هو في نهاية المطاف بروتين.
الوقاية قبل العلاج
وكتب باحثو أكسفورد أن نتائج الدراسة التحليلية تفيد بأن "الأطباء في الغالب لا يقدمون نصائح فعالة، وبالتالي حتى إذا اتبع المريض النصيحة، فمن غير المرجح أن يفقدوا وزنه"، مشيرين إلى أن "تناول طعام أقل، فعل أكثر" ليست إلا مجرد توصية احتياطية يلجأ إليها الأطباء لعدم توفر موارد أخرى. من المفهوم بالتأكيد أن النصائح من الطبيب في حال توفرت له المساحة الزمنية للتعرف على عادات المريض والعوامل الخارجية الأخرى، التي يمكن أن تؤثر على جودة حياته.
تقول بروفيسور مادلين ترينبليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلد لعلوم الرعاية الصحية الأولية في جامعة أكسفورد في إنجلترا: "يحتاج الأطباء غير المتخصصين في التغذية والعلاج الفيزيائي إلى إرشادات واضحة حول كيفية التحدث بشكل مفر مع المرضى، الذين يعانون من السمنة حول فقدان الوزن بغرض تقديم مساعدة فعالة للمرضى الذين يريدون إنقاص الوزن".

الامتزاز الكيميائي



يوجد هناك نقطة تتجاوز بين الامتزاز الكيميائي والامتزاز الفيزيائي: تعني نقطة الانتقال. ويامكان هذه النقطة أن تحدث أعلى أو أسفل عمود الطاقة-الصفري (مع بعض الاختلاف في طاقة مورس الكاملة) ممثلة النقص أو الحاجة إلى طاقة التنشيط. تحتاج معظم الغازات البسيطة على سطح الفلز التنظيمية إلى متطلبات طاقة التنشيط.

النمذجة

أجهزة الامتزاز الكيميائي التجريبية، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الالتصاق. ومع ذلك من الصعب جدا وصف الامتزاز الكيميائي بنظرية، يستخدم سطح الطاقة الكامنة (PES) متعدد الأبعاد المشتق من نظرية الوسط الفعال لوصف تأثير السطح على الامتزاز، لكن فقط أجزاء محددة منه تستعمل بناء على ما يتم دراسته، مثال بسيط على (PES) والذي يأخذ مجموع الطاقة كاقتران في الموقع: حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

الأنواع الممتزة كيميائياً، بتشكيل روابط مع بعضها البعض، يُنقَظ (يُنْتَز) المنتج من السطح. يتشكل التجميع ذاتي أحادي الطبقات (SAMS) عن طريق امتزاز الكواشف التفاعلية كيميائياً مع أسطح الفلز، من ضمن أشهر الأمثلة على ذلك: الثيول (RS-H) مُمتز على سطح الذهب. تُشكل هذه العملية روابط Au-SR قوية، وتُحرس H. تحمي السطح مجموعات SR المرصوفة بشكل كثيف. علم حركة الامتزاز

القوي بين الماز وسطح الركيزة يخلق نوعاً جديداً من الروابط الإلكترونية. على النقيض من الامتزاز الكيميائي، الامتزاز الفيزيائي يترك الأنواع الكيميائية من المادة الممتزة تقليدياً أن العتبة النشطة التي تفصل طاقة الارتباط للامتزاز الفيزيائي عن الامتزاز الكيميائي قيمتها حوالي ٠.٥ فولت الكترولي لكل نوع ممتز. نظراً للخصوصية، تختلف الامتزازات والإمتزازات (أو الأدمصاص)، العملية العكسية وهي لفظ المادة الممتزة من سطح الماز فتسمى تلك العملية بالعربية الانتزاز.

الامتزاز الكيميائي الامتزاز الكيميائي نوع من أنواع الامتزاز الذي يتضمن تفاعلاً كيميائياً بين السطح والمادة الممتزة، وتتولد روابط كيميائية جديدة على سطح الماز. تتضمن الأمثلة ظاهرة مايكروسكوبية، التي من الممكن أن تُلاحظ بشكل جيد -مثل التآكل-، وتأثيرات غير ملحوظة مرتبطة بالحمفات غير المتجانسة، التجاذب

أو من الممكن أن يمر بإعادة هيكلية حيث يتم تغيير تركيب السطح (٥) على سبيل المثال، يستطيع الأوكسجين أن يشكل روابط قوية جداً (٤eV~) مع الفلزات، مثل Cu (١١٠)، يحدث مع كسر جزء من روابط السطح خلال تشكيل روابط بين السطح والمادة الممتزة، ومن الممكن ان يحدث إعادة هيكلية كبيرة بفقدان صف كما يرى في الصورة ٢. الامتزاز الكيميائي-التفكك

تمتلك الأنظمة الواقعية الكثير من التجاوزات؛ مما يجعل الحسابات النظرية أكثر تعقيداً: بالمقارنة مع الامتزاز الفيزيائي- حيث أن المواد الممتزة تتوضع ببساطة على السطح- تستطيع المواد الممتزة في الامتزاز الكيميائي أن تغير السطح وتركيبه. من الممكن أن يمر التركيب بحالة إرخاء؛ حيث تغير الطبقات الأولى القلائل المسافات بين المستويات بدون تغير تركيب السطح،

بالطاقة معادلة شروينغر لدرجات الحرية الإلكترونية و تفاعلات الأيون، ولا يتضمن هذا التعبير الرياضي أي من الطاقة الانتقالية، الطاقة الدورانية، الاثارات الذبذبية، وأي اعتبارات أخرى يوجد العديد من النماذج لتصف التفاعلات السطحية: آلية لانغمو- هنشلود التي يمتز فيها كلا الجسمين المتفاعلين، وآلية إي-ريدبل التي يمتز فيها أحدهما بينما يتفاعل الآخر معه.

سموم فطرية (Aflatoxin)

transferease توسط ازالة السموم . ٢١﴿ ٢٢﴿ أظهرت دراسات اجريت على فئران هامستر حاملات علاقات توافقية بين الاصابة بالسموم الفطرية ال Aflatoxin B١ mg / kg (signal dose) جرعة واحدة وظهرت تشوهات متطورة في ذريتهم . ٢٣﴿ في عام ٢٠٠٥ اكتشفت Diamond Pet Food السموم الفطرية ال Aflatoxin في المنتجات المصنعة في غاستون،ساوث كارولينا ٢٥﴿ ٢٤﴿ في ٢٣ ولاية أشارت Diamond Pet Food السموم الفطرية ال Aflatoxin في المنتجات المصنعة في غاستون،ساوث كارولينا ٢٦﴿ قائمة من النقشي مصادر دولية من زبدة الفول السوداني التجارية ، زيت الطبخ (مثل الزيتون والفول السوداني وزيت السمسم) ومستحضرات التجميل عرفت كملاوة في السموم الفطرية ال Aflatoxin . ٢٧﴿ ٢٨﴿ ٢٩﴿ في بعض الحالات كاشف السائل اللوني (liquid chromatography) الى جانب قياس الطيف الكتلي spectrometry (LC-MS / MS) بالإضافة الى المزيد من الطرق التحليلية أظهرت أن المعدل ٤٨٪ الى ٨٠٪ من العينات المنتجة المختارة كمحتوية على كميات محددة من السموم الفطرية Aflatoxin . في كثير من المنتجات الغذائية الملوثة ، تتجاوز ال Aflatoxin الحدود الامنة لادارة الامريكية للغذاء والدواء (FDA) أو وكالات تنظيمية أخرى . ٣٠﴿ ٣١﴿ ٣٢﴿ ٣٣﴿ لا معلومات تشير الى توقعات تغطي أن الكلاب ستخضع لاحقا الى مرض ناجم عن ال Aflatoxin

لا يوجد تيراق محدد لتسمم الفطري Aflatoxin . رعاية الأعراض والعناية الداعمة مصممة خصيصا لشدة مرض الكبد قد تشمل على السوائل الوريدية مع سكر العنب dextrose و فيتامينات منشطة k وفيتامين ب ، وحمية غذائية عالية البروتين ومحتوى كاف من الكربوهيدرات . اصابة الانسان هناك نوعين من التقنيات التي استخدمت في معظم الاحيان للكشف عن مستويات ال AFLATOXI في الانسان. الطريقة الاولى ... هي في قياس ال AFB١-guanine adduct في عينة البول . ووجوده يشير لتعرض ال B١ Aflatoxin في الماضي . يقيس هذا الاسلوب فقط الاصابة الجديدة مع ذلك خال من منتصف عمر ال ايض ، مستوى ال AFB١-guanine التي تقاس قد تختلف من يوم لآخر ، اعتمادا على النظام الغذائي ،وهي ليست مثالية لتقييم الاصابة على المدى الطويل . الطريقة الثانية ... قياس مستوى AFB١-albumin في مصلى الدم . وهذا النهج يوفر قياس أكثر تكاملاً لاصابة على مدى عدة اسابيع أو أشهر . اصابة الحيوان في الكلاب ال Aflatoxin لديه القدرة أن يؤدي الى امراض الكبد . يتطلب التعرض لمستويات منخفضة من السموم الفطرية ال Aflatoxin لمرضات مستمرة لعدة اسابيع أو أشهر لتظهر بعض المقاتل ابدت اقتراحتها في مستوى السمية في طعام الكلاب هي ما بين ١٠٠-٣٠٠ ppb (جزء في البليون) ويتطلب التعرض المستمر أو استهلاك لبضعة اسابيع الى أشهر لتطور السموم الفطرية ال Aflatoxin . ٢٠﴿ لا معلومات تشير الى توقعات تغطي أن الكلاب ستخضع لاحقا الى مرض ناجم عن ال Aflatoxin

وتعرضهم لسموم الفطرية قد يؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور ، بالإضافة الى الاعراض المذكورة ادناه ٣﴿ التحرض لسموم الفطرية Aflatoxin في أعلى المستويات يسبب النخر الكبدى ، والذي يؤدي في وقت لاحق الى تلف الكبد ، أو سرطان الكبد . وأعراض الفشل الكبدى تظهر بزيغ وزمة وتغير في الهضم وتغير في الامتصاص و/ أو تغير في عمليات الايض للأغذية والتغيرات العقلية و/أو غيبوبة بحاجة لمصدر □ .

التعرض المزمن يزيد من خطر الاصابة بسرطان الكبد ، وكما أن ايض السموم الفطرية ال Aflatoxin يمكن ان يقحم ال DNA وتتم اكلت القواعد خلال ال epoxide moiety . ويعتقد ان هذا ما يسبب طفرات في الجين p٥٣ ، مورثة مهمة في منع تقدم دورة الخلية عندما يكون هناك طفرات الحمض النووي DNA و يشير الى signaling apoptosis (موت الخلية المبرمج) . وهذه الطفرات يعتقد أنها تؤثر على بعض مواقع أزواج القواعد أكثر من غيرها على سبيل المثال القاعدة الثالثة للبروتين ٢٤٩ للجين p٥٣ أكثر عرضة للطفرات بواسطة ال Aflatoxin من القواعد القريبة ١٤﴿مزمن ، وتعرض السريري ، لا يؤدي الى أعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد .

الاكثر شيوعا من فطريات الاعشاب الضارة وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين ، والحبوب التي تتعرض لتدهور من الكائنات الدقيقة deterioration ، لكنها ايضا تغزو جميع أنواع المواد العضوية كلما سمحت لها الظروف المناسبة لتنمو . تشمل هذه الظروف رطوبة عالية (لا تقل عن ٧٪ "مختلف عليه") وارتفاع درجة الحرارة . تم عزل ال السموم الفطرية من جميع المحاصيل الحبوب الرئيسية ، ومصادر متنوعة من مثل زبدة الفول السوداني والقنب . وهناك سلع اساسية ملوثة بانتظام بالسموم الفطرية Aflatoxin من مثل الكسافا ، الفلفل الحار ، الذرة ، وبنرة القطن والدخن والفول السوداني والارز وبنور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من التوابل المعدة للاستهلاك البشري أو الاستهلاك الحيواني تم العثور على نواتج التحول الناتجة من ال Aflatoxin في البيض ومنتجات الالبان واللحوم وهذه عند غذائية الحيوانات بالحبوب الملوثة ١٩﴿

من هذه السموم توجد في الطبيعة ٨﴿ Aflatoxin B١ وهو الاكثر سمية وتتجه كلا من Aspergillus و Aspergillus parasiticus من مثل زبدة الفول السوداني والقنب . وهناك سلع اساسية ملوثة بانتظام بالسموم الفطرية Aflatoxin من مثل الكسافا ، الفلفل الحار ، الذرة ، وبنرة القطن والدخن والفول السوداني والارز وبنور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من التوابل المعدة للاستهلاك البشري أو الاستهلاك الحيواني تم العثور على نواتج التحول الناتجة من ال Aflatoxin في البيض ومنتجات الالبان واللحوم وهذه عند غذائية الحيوانات بالحبوب الملوثة ١٩﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

السموم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيمواويات التي تنتجها والتي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والقمح ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة وبنرة القطن والدخن والفول السوداني والارز وبنور عباد الشمس والمكسرات والقمح ومجموعة متنوعة من البهارات . عندما تمت معالجة الاطعمة من السموم الفطرية وجدت مشعبة في الاطعمة بشكل عام ووجدت في كل من اغذية الانسان والحيوانات الليفة وايضا غذاء حيوانات المزرعة . الحيوانات التي تتغذى على الاطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحومها ومنتجات الالبان ملوثة بالسموم الفطرية ١﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

ممن منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى اليبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مشتق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿

الاخصاب المضاعف (double fertilization)

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

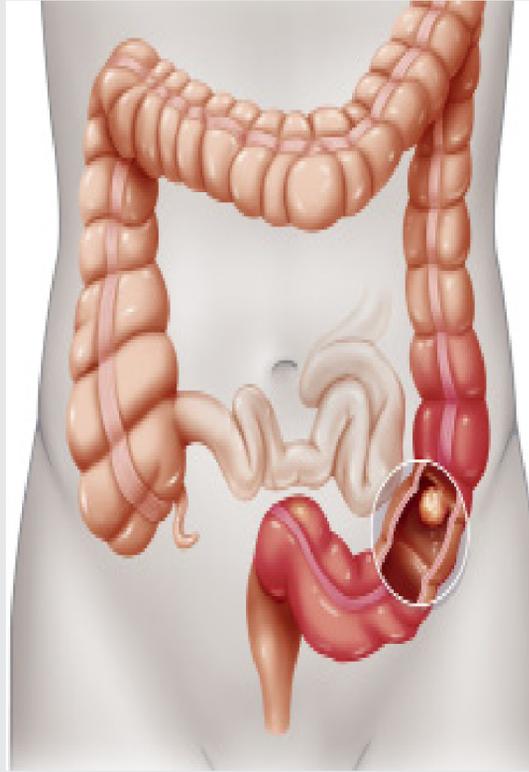
الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفجر. الطور الجاميبي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوجية كبرى تسمى الخلية البوجية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا على النوع، ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل.

تعديل غذائي يحمي الرجال تحديداً من هذا المرض الخطير



الإرهاق المتواصل، التقيؤ والغثيان، وسائل تشخيص سرطان القولون فحص الدم الخفي في البراز، الفحوصات الرقمية للمستقيم، تنظير القولون السيني لفحص القولون والمستقيم، أما المرضى المصابون بسرطان القولون، أو توجد شكوك للإصابة به، فهناك تقنيات تشخيصية للكشف عن السرطان وتشمل:

حقنة الباريوم الشرجية للغلغرية المزودة (صورة أشعة سينية خاصة للأمعاء)، تنظير القولون لدراسة الورم بدقة، صورة رنين مغناطيسي أو صورة الأمواج فوق الصوتية للمستقيم، تصوير مقطعي للصدر والبطن والحوض للكشف عن انتشار السرطان، المستضد السرطاني المغضي (Carcino-embryonic antigen) وهو فحص دم مهم يعمل كمؤشر للمرض، ويجب أن تخضع هذه المؤشرات مع العلاج الكيميائي الفعال، علاج سرطان القولون يمكن أن يتضمن علاج سرطان القولون الجراحة، العلاج الكيميائي أو الإشعاعي، علاج الأضداد وحيدة النسيلة، رعاية ما بعد العلاج، وتعتبر الجراحة غير فعالة للمرضى بالمرحلة المتقدمة من سرطان القولون الذي قد انتشر، في هذه الحالة يلجأ الأطباء إلى الرعاية التلطيفية، وفق مؤسسة الحسين للسرطان في الأردن.

هو سرطان ينشأ في الأمعاء الغليظة المعروفة أيضاً بالقولون أو المستقيم، وعادة يصيب الأشخاص في منتصف العمر، وفق مؤسسة الحسين للسرطان في الأردن. العوامل التي تزيد فرص الإصابة بسرطان القولون الخضار والفواكه والحبوب الكاملة بشكل عام، ارتبطت النظم الغذائية النباتية -خاصة الأنظمة الغذائية الصحية- بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم لدى الرجال، ولكن ليس لدى النساء، ولا يبدو أن النظم الغذائية النباتية غير الصحية تقلل من المخاطر. وتوصي جمعية السرطان الأمريكية بأنه لتقليل مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، يجب على الشخص تناول الكثير من الخضار والفواكه والحبوب الكاملة، والحد من كمية اللحوم التي يتناولونها. ويقول البروفيسور جيبي كيم، من جامعة كيونغ هي، وهو أحد مؤلفي الدراسة -في تصريح موقع ميديكال نيوز تودي- إن مضادات الأكسدة الموجودة بالأطعمة كالفواكه والخضراوات والحبوب الكاملة يمكن أن تسهم في تقليل مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم عن طريق قمع الالتهاب المزمن الذي يمكن أن يؤدي إلى السرطان. وتابع "نظراً لأن الرجال معرضون لخطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم أعلى من النساء، فإننا نقترح أن هذا يمكن أن يساعد في تفسير سبب ارتباط تناول كميات أكبر من الأطعمة النباتية الصحية بتقليل خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم لدى الرجال وليس النساء". ما هو سرطان القولون والمستقيم؟

وكالات

توصلت دراسة طبية حديثة إلى أن تعديلاً معيناً في النظام الغذائي يقلل خطر إصابة الرجال بمرض خطير، فما هو المرض؟ وما هذا التعديل؟ المرض هو سرطان القولون والمستقيم، أما التعديل المطلوب فهو تناول المزيد من الحبوب والفواكه الطازجة والخضراوات. وأجرى الدراسة باحثون من الولايات المتحدة وكوريا الجنوبية، ونشرت في مجلة "بي إم سي ميديسين" (BMC Medicine). الأطعمة النباتية الصحية ووجد الباحثون أن النظام الغذائي -الغني بالأطعمة النباتية الصحية- لدى الرجال يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم. ومن الأطعمة النباتية الصحية: البقول والخضار والفواكه الطازجة والحبوب الكاملة. ومعظم الذين تم تشخيصهم بسرطان القولون والمستقيم فوق سن الخمسين، ويمكن أن يؤثر على الشباب أيضاً. وفي السنوات الأخيرة، بدأت الحالات لدى كبار السن بالانخفاض، لكن الإصابة بين الشباب أخذت في الازدياد. ومع ذلك، قد تكون هذه التغييرات بسبب أن فحص السرطان أصبح أكثر فعالية.

٣ أسرار حتى تعمر لـ ١٠٠ عام



وكالات

تبدو بيرداسدوفوجو كأي قرية أخرى في إقليم سردينيا الإيطالي، لكنك ستشعر بالدهشة البالغة عندما تعلم، أنه يوجد بهذه القرية المغفورة أكبر عدد من المعمرين الذين بلغوا الـ ١٠٠ عام، مقارنة بأي مكان آخر في العالم، فما سرهم؟ رغم أن قرية بيرداسدوفوجو التي يبلغ عدد سكانها ١٧٨٠ نسمة، تزدهر بإدراجها في موسوعة غينيس للأرقام القياسية لتسجيلها أكبر عدد من المعمرين عالمياً، فإن الطريق المؤدي إليها لا يحمل علامات تشير إلى شهرتها. وتقدير، لما اشتهر به سكانها من طول العمر، أطلق أحد متاجر البيزا بميدان القرية على نفسه اسم "بيتزا لوجيفيتا" أي "الحياة الطويلة".

صورتها رجالا يتسم في خجل، ويرتدي قبة ملونة وسترة شتوية، وقمصا أبيض اللون وربطة عنق كالفراشة (بايبون). وأصغر عمر في قرية بيرداسدوفوجو أنونزياتا ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦ أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوفي شخصياً بتقديم التهنئة لها الزائرة؛ ويؤكد أنطونيو برونو أكبر السكان في القرية عمراً، أن الزراعة كانت دائماً هي النشاط الاقتصادي الرئيسي في القرية. وقال لمحطة "راي" التلفزيونية، إن "السكان يعملون على الدوام وسط الهواء النقي"، ويبلغ برونو من العمر ١٠٤ أعوام، ولا تزال بشرته مشدودة دون تهرات ولوحجتها أشعة الشمس قليلاً، وليس ثمة ما يشير إلى عمره الحقيقي سوى سقوط أسنانه الأمامية. بينما يقول سلفاتورري مورا وهو مؤرخ وعضو المجلس المحلي بقرية بيرداسدوفوجو، إن ثمة عدة عوامل تقصر طول عمر سكان القرية، أحدها العوامل الوراثية، إلى جانب أن السكان المحليين يتناولون أطعمة لا يبعد مكانها عن بيوتهم حيث ترزح أساساً في حدائق منازلهم. ويشير مورا إلى أهمية التواصل والقرب الاجتماعي بين سكان القرية، ويقول "من المعتاد أن يحيط أفراد العائلة ببعضهم بعضاً حتى آخر يوم في حياتهم"، مؤكداً أن هذا الاتجاه يساعدهم على الحفاظ على صحتهم ولياقتهم البدنية والذهنية. وتحفل القرية بالعيد المئوي لكل من يبلغ

ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد الدهني. وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تتشق طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة عينات البراز من ٣٠ مدخنًا و٣٠ من غير المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران المخدرة ووجدوا النتائج متشابهة. وبعد ذلك، عقموا أحشاء العديد من فئران التجارب، وتم التخلص من البكتيريا الموجودة فيها، ثم أجروا تجربة النيكوتين مرة أخرى، ووجدوا أن الفئران ذات الأحشاء المعقمة تحتوي على قدر أكبر من النيكوتين في أنظمتها، مما يشير إلى أن نوعاً واحداً على الأقل من بكتيريا الأمعاء يعمل على تكسير النيكوتين. بعد ذلك، ومن خلال عملية الإزالة، تمكنوا من تحييد نوع من البكتيريا يعرف باسم "Bacteroides" (Bacteroides)، وظهر أن هذه البكتيريا هي المسؤولة عن تكسير النيكوتين، وتقليل أضراره داخل أحشاء الفئران، حيث كانت تنتج إنزيمات يكسر النيكوتين..

اكتشاف بكتيريا تكسر النيكوتين وتقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني



وكالات

كشفت الباحثون أن نوعاً معيناً من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران ويقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني وسرطان الكبد، ويخطط الباحثون لتطوير دواء من الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتيريا لتقليل فرص الإصابة بالأمراض لدى المدخنين. وبالإضافة إلى ارتباطه بأمراض الرئة، فقد تم ربط تدخين السجائر أيضاً بمرض الكبد الدهني، ووجد الباحثون أن نوعاً معيناً من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران، ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بأمراض الكبد الدهنية. وحسب تقرير نشر على موقع "ميديكال إكسبريس" (Medical Xpress) في ٢٤ نوفمبر/تشرين الثاني الجاري، قام فريق دولي من الباحثين المنتسبين إلى مؤسسات متعددة في الصين والولايات المتحدة بعزل نوع من البكتيريا التي تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران. علاقة التدخين بمرض الكبد الدهني يرتبط تدخين التبغ بمرض الكبد الدهني غير الكحولي، لكن الآلية الكامنة وراء هذا الارتباط غير واضحة، ومرض الكبد الدهني غير الكحولي هو أحد أنواع مرض الكبد، ويشمل مجموعة واسعة من الأمراض التي تتطور عادة من تنكس دهني بسيط إلى تلف الكبد وسرطان الخلايا الكبدية في بعض الحالات. بكتيريا تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران وجد الباحثون أنه عندما يدخل الناس (أو الفئران في التجربة) السجائر، فإن بعض النيكوتين يمتص بطريقة إلى الأمعاء، ويؤدي ذلك إلى زيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني المرتبط بالندبات، وكذلك الإصابة بسرطان الكبد في بعض الحالات.

وفي الدراسة المنشورة في دورية "نيتشر" (Nature)، تصف المجموعة البحثية كيف عزل الباحثون البكتيريا وماداً يمكن أن يقلل اكتشافهم من حالات الإصابة بمرض الكبد الدهني لدى البشر، حيث وجدوا أن نوعاً معيناً من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران،

اضطرابات النوم وصحة النساء.. مشاكل خطيرة تستدعي الانتباه

مخاطر الإصابة والحوادث والمرض وحتى الموت، وفقاً للمؤسسة النوم. ربطت الدراسات الحديثة بين اضطرابات النوم وسوء التبوؤ وعدم انتظام الدورة الشهرية وضعف الخصوبة لدى النساء. يسرد TIMESOFINDIA بعض تأثيرات اضطرابات النوم على صحة المرأة على النحو التالي:

- 1- مشاكل الخصوبة: النوم الجيد ليلاً أمر حيوي لعلاج العقم لعدة أسباب، حيث يرتبط النوم والتكاثر ارتباطاً وثيقاً ويتبعان إيقاعات الساعة البيولوجية. لا ينتج الدماغ هرمونات تناسلية بطريقة إيقاعية طوال اليوم؛ لذلك، فإن أي اضطراب في النوم أو إيقاع الساعة البيولوجية يمكن أن يتداخل مع الإنتاج الطبيعي لهذه الهرمونات ويؤثر عليها. حتى ليالٍ قليلة من الحرمان من النوم يمكن أن تعطل إنتاج الهرمونات وتحمل الإجهاد.
- 2- عدم التوازن الهرموني: يمكن أن يؤدي قلة النوم إلى عدم كفاية إنتاج بعض الهرمونات التناسلية المعززة للخصوبة، تلعب الهرمونات دوراً مهماً في الإباضة، وهي الخطوة الأولى للحمل. ينتج جهاز الغدد الصماء كل ليلة بعض الهرمونات الأساسية المرتبطة بالحمل، بما في ذلك هرمون الاستروجين والبروجسترون والهرمون الملوتن (LH) والهرمون المنبه للجريب (FSH). قلة النوم تتعارض مع هذه الهرمونات، مما يجعل الحمل بشكل طبيعي أكثر صعوبة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تؤدي الاختلالات الهرمونية إلى انخفاض الرغبة الجنسية وتقلبات مزاجية شديدة والتعب.
- 3- انخفاض جودة البيض: السهر وعدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يمكن أن يمنع إفراز الميتاتونين الذي يحفز النوم ويحمي البويضات أثناء الإباضة من خلال التأثيرات المضادة للأكسدة، مما يؤدي إلى ضعف جودة البويضات وضعف الخصوبة.

استخدام الأسبرين المنتظم يمكن أن يؤدي إلى نزيف في المعدة.. اعرف كيفية تجنبه

وكالات

الأسبرين هو أحد أكثر الأدوية استخداماً في العالم. نظراً لفوائدها الطبية الواسعة، يوصي الأطباء والممارسون الصحيون حول العالم بهذه الحبة لتقليل مخاطر النوبات القلبية والسكتات الدماغية المرتبطة بالسكريات الدماغية ومشاكل ترقق الدم الأخرى لدى مرضى القلب والأوعية الدموية. ومع ذلك، لا يوجد دواء بدون آثار جانبية، لذلك، وفقاً للباحثين، حتى الجرعات المنخفضة من الأسبرين يمكن أن تزيد من خطر حدوث نزيف في الجهاز الهضمي، والذي يمكن أن يكون خطيراً على المدى الطويل. تقول شينا ديري، دكتوراه في الطب، قسم الصيدلة السريرية، جامعة أكسفورد، المملكة المتحدة: "لقد عرفنا منذ فترة طويلة أن المرضى الذين يتناولون الأسبرين معرضون لخطر الإصابة بنزيف الجهاز الهضمي".

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



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

٩ علامات مميزة للشيخوخة

إن، ما هو الجديد؟ فيما تظن أنه في العقد الماضي أو نحو ذلك، توصل العلماء إلى تسع "علامات مميزة" أو أسباب للشيخوخة، 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
- الإبتعاد 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
- تحلل المغذيات الناتج عن التغييرات الأيضية
- ضعف الميتوكوندريا
- تراكم خلايا خاملة ضارة تؤدي للإتهاب الخلالي السليمة
- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

تفاصيل معقدة

ربما تكون هذه التفاصيل معقدة بعض الشيء ولذا سننقل 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 هايمليك 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 الإبتكارات 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؟ بحلول 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 رونترى، أستاذ الطب التكاملي الشهير، في إشارة مبسطة حول الأبحاث مكافحة الشيخوخة الجديدة، قائلًا: "الشيخوخة هي التراجع والإهلاك، إذ عندما يقوم شخص بفعل شيء ما مراراً وتكراراً، فإن الأجزاء تتعرض للتلف والتلف بنهاية المطاف. وبالإضافة إلى ذلك، فإن هناك الكثير من البروتينات السيئة، التي يتم صنعها داخل خلايا الجسم طوال الوقت؛ كما أن هناك الكثير من الأناض أو البقايا المتولدة، لكن عندما يكون الجسم أصغر سناً، فإنه يكون لديه القدرة على تصحيح الأخطاء". ويستطرد 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 رونترى؟ الإجابة تعود إلى حقبة تمتد منذ الخمسينيات وحتى الثمانينيات، حيث سادت النظرية البريبيجينية للشيخوخة، والتي يصفها بروفيسور دينهام هارمان، قائلًا: إن النظرية تنص على أن الكائنات الحية تشيخ، 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 يعلم 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 سبتمبر ٢٠١٩ خلال لقاء مع بحثه وكتابه الجديد "دورة الحياة: ماذا تشيخ مع التقدم بالعمر؟ ولماذا يتحتم علينا ألا نصاب بالشيخوخة؟"، سؤالاً على أحد موظفي غوغل قائلًا: "ماذا لو قلت لك إنك 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".

نعامة طويلة بصحة جيدة

ولما 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 بحثه 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.

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

الكثيرون يشكون من اكتساب الوزن الزائد، بالرغم من محاولاتهم الحثيثة البعد عن المأكولات والمشروبات التي تزيد الوزن. كما أن البيض 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. فشراب 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. فشراب 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.

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 معلمهم ربما يساعد على تهيئ 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 حتمية، بحيث يمكن أن تكتسب البكتيريا بمرور الوقت مقاومة طبيعية للمضادات الحيوية.

وفيات 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

ويقول فريق من العلماء في الصين إن كل عدوى بكتيرية لها بيئة فريدة متناهية الصغر من السموم والإنزيمات ومستوى أس هيدروجيني، حمضي أو قلوي. ومن هذا المنطلق، قام دكتور شياو قانغ كو وفريقه البحثي بتطوير مادة يمكنها تقييم تلك البيئات

مادة كيميائية لإضعاف البكتيريا

وفي حالة الفئران المصابة ببكتيريا مقاومة للمضاد الحيوي، تحولت الضمادة إلى اللون الأحمر بعد ملامستها لإنزيم 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 استئصال 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 استئصال الالتهابات البكتيرية ومراقبة مقاومة الأدوية أمراً مهماً للغاية في اختيار خيارات العلاج. ويطور هذا البحث أسلوباً جديداً من أجل الاستخدام الرشيد للمضادات الحيوية".
مخفض التكلفة بالمقارنة مع "الأساليب الشائعة لاستئصال المقاومة"، خاصة وأن الأساليب التقليدية محدودة لأنها تستغرق وقتاً طويلاً وتتطلب أدوات باهظة الثمن.

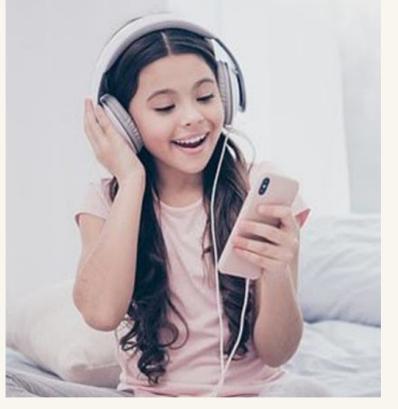
العلم يحذر من مخاطر استخدام الأطفال للهواتف

المحتمل أن يكونوا متصلين بالإنترنت، لذا فإنه من المتوقع أن تؤدي تلك الظاهرة إلى تغيير مدة المحتوى الذي يشاهده الأطفال".
وأوضح ليغيت: "إن نتائج الدراسة تُؤشر إلى ظهور حقبة جديدة للمحتوى والمواد التلفزيونية وإنه من المحتمل أن تؤدي تلك الظاهرة إلى إنتاج محتوى إعلامي قصير أو أقصر كثيراً ليناسب أساليب العرض الجديدة".
يوتوب الأكثر شعبية
كشفت الدراسة أن موقع "يوتوب" مازال مهيمناً، حيث يقول الأطفال إنهم يقضون في المتوسط نحو ساعتين ونصف الساعة يومياً في متابعة مواد على موقع "يوتوب".

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 "يوتوب".
محتوى إعلامي يواكب التطور
وأشار سامبون ليغيت، مدير الأبحاث في تشايلد وايز: "يتمتع الأطفال الصغار بإمكانية أكبر للوصول إلى الهواتف المحمولة ويستخدمونها لفترات زمنية أطول عاماً بعد عام، حيث ارتفع متوسط الاستخدام اليومي بين الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و١٠ سنوات لمدة ساعة تقريباً يومياً. ومع وجود عدد أكبر من الأطفال الذين لديهم هواتف، ويستخدمونها بشكل متكرر، ومن

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 "يوتوب".
محتوى إعلامي يواكب التطور
وأشار سامبون ليغيت، مدير الأبحاث في تشايلد وايز: "يتمتع الأطفال الصغار بإمكانية أكبر للوصول إلى الهواتف المحمولة ويستخدمونها لفترات زمنية أطول عاماً بعد عام، حيث ارتفع متوسط الاستخدام اليومي بين الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و١٠ سنوات لمدة ساعة تقريباً يومياً. ومع وجود عدد أكبر من الأطفال الذين لديهم هواتف، ويستخدمونها بشكل متكرر، ومن

كشفت دراسة استقصائية أن ٥٣٪ من الأطفال يمتلكون هاتفاً محمولاً بعمر سبع سنوات، بحسب ما نشرته صحيفة "دايلي ميل" البريطانية. شملت الدراسة ٢١٦٧ من الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ و١٦ عاماً في بريطانيا كمنهجية يختلف من بلد لآخر بحسب عوامل متعددة، وصدت الدراسة أيضاً أنه بحلول عمر ١١ عاماً، يكون لدى تسعة من كل ١٠ أطفال جهازهم الخاص.
على مستوى العالم
كما أوضحت الدراسة أيضاً أن ملكية الهاتف المحمول أصبحت حالياً على مستوى العالم تقريباً، منتشرة بمجرد أن يلتحق الأطفال بالمدارس الثانوية، وفقاً لنتائج



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 الشرايين 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 ميموريال كير للقلب والأوعية الدموية في مركز أورنج كوست الطبي، إن ارتفاع ضغط الدم الأساسي يميل 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

لا تميل للعمل في المنزل، كما حاول أن تجعل من العمل في المكتب عادة فقط لا تتقلها معك إلى المنزل.

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.

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 المستمر 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 في المنزل، وزودتك 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

الاحتلال الإسرائيلي يفتتح ٢٧ مستوطنة جديدة

✦ رام الله

شنت قوات الاحتلال الإسرائيلي، الخميس، حملة مدهامات واقتحامات واعتقالات واسعة في مناطق مختلفة بالضفة الغربية، تخللتها مواجهات في مناطق مختلفة واشتباكات مسلحة في مدينة نابلس، كما اعتقلت ٢٧ فلسطينياً.

وقال نادي الأسير الفلسطيني، في بيان، إن قوات الاحتلال اعتقلت هؤلاء المواطنين، وأحلثهم الى التحقيق لدى الأجهزة الأمنية للاحتلال، بحجة المشاركة في أعمال مقاومة شعبية ضد المستوطنين وقوات الاحتلال. وتركزت الاعتقالات في محافظات القناتة ٧ الإسرائيلية.

ورام الله، بعد اقتحام عشرات المنازل والعبث بمحتوياتها، واحتجاز قاطنيها لساعات وإخضاعهم لتحقيقات ميدانية.

وزير الخارجية الإسرائيلي يفتتح قرار اقتطاع ١٠٠ مليون دولار من أموال الضفة الغربية

✦ القدس المحتلة

وقع وزير المالية الإسرائيلي بتسليل سموريتش الخميس، أمر اقتطاع ١٠٠ مليون شكيل (٣٠ مليون دولار) من أموال السلطة الفلسطينية، بحسب موقع القناتة ٧ الإسرائيلية.

وقالت القناتة، إن سموريتش وقع على قرار اقتطاع مضاعف قدره ١٠٠ مليون شكيل من أموال عائدات الضرائب الخاصة بالسلطة الفلسطينية، عقاباً للسلطة بسبب تحويلها أموالاً لعائلات الأسرى ومنقذي العمليات من الفلسطينيين.

وأوضح سموريتش في بيان، أن هذه الخطوة تتخذ لأول مرة، وأنه وقع على القرار الليلة الماضية وسيجري المفعول منذ الخميس.

مستوطنون يتطردون من أراضي الفلسطينيين

✦ القدس المحتلة

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين اليهود الخميس، باحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف.

وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية العامة بالقدس، في بيان، إن عشرات المستوطنين المتطرفين اقتحموا الأقصى من جهة باب المغاربة على شكل مجموعات متتالية وذلك بحراسة مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي، ونفذوا جولات مشبوهة وأدوا طقوساً تلمودية استفزازية في باحاته وسط التصدي لهم بالطرد وهتافات التكبير الاحتجاجية من قبل المصلين والمواطنين ووسط تضييق شرطة الاحتلال دخول المصلين الى الأقصى عبر بواباته المختلفة وذلك تأمين اقتحامات المستوطنين المتطرفين.

ويتنحمت المستوطنون باحات المسجد الأقصى المبارك، يومياً ما عدا الجمعة والسبت، على فترات صباحية ومسائية في محاولة لفرض التقسيم الزمني والمكاني فيه.

غزة: طائرات الاحتلال الإسرائيلي تقتحم حلة مزارع

✦ غزة

قصفت طائرات الاحتلال الإسرائيلي، فجر الخميس، عدة مواقع في قطاع غزة.

وقالت مصادر فلسطينية، إن طائرات الاحتلال الإسرائيلي قصفت بعدد من الصواريخ موقعا للمقاومة، وأرضا زراعية شرق المغازي وسط قطاع غزة، وموقعا للمقاومة جنوب غرب مدينة غزة ما خلف اضرارا مادية في المنازل والممتلكات ولم يبلغ عن وقوع إصابات.

لجنة الأمم المتحدة لحقوق الإنسان تدين إسرائيل لانتهاكها حقوق الفلسطينيين في الضفة الغربية

✦ نيويورك

أعلنت لجنة القضاء على التمييز العنصري التابعة لمجلس حقوق الإنسان الأممي، أن الشكاوى التي تلقتها اللجنة دولة فلسطين ضد إسرائيل عام ٢٠١٨ لا زالت معلقة.

وسجلت اللجنة في نيسان ٢٠٢١، قضية بين الدول، هي دولة فلسطين ضد إسرائيل، لكن اللجنة، قالت، إن الشكاوى "لا تزال معلقة".

وترصد لجنة القضاء على التمييز العنصري التزام الدول الأطراف باتفاقيات القضاء على جميع أشكال التمييز العنصري، التي بلغ عدد الدول الأطراف فيها حتى الآن ١٨٢ دولة. وتتألف اللجنة من ١٨ عضواً من الخبراء المستقلين في مجال حقوق الإنسان من جميع أنحاء العالم، ويعملون بصفتهم الشخصية وليس كممثلين للدول الأطراف.

مرض خادش ينتقل بين أشخاص في دول الخليج

✦ وكالات

أودى مرض غامض تقشى في قرية بوسط ساحل العاج منذ نهاية العام الماضي بعشرين شخصا معظمهم من الأطفال، بحسب حصيلة جديدة أدلت بها مصادر محلية لوكالة فرانس برس الخميس. وقال بول كواسيه، رئيس جمعية الشباب في قرية كيو-كانترو الواقعة على بعد حوالي عشرين كيلومترا من مدينة بواكيه، إن "الحصيلة كانت ١٢ وفاة حتى ٢٦ يناير.

لكنها زادت الخميس إذ قضى عشرون شخصا بينهم اثنان من البالغين، وأكد سكان آخرون في القرية حصيلة الوفيات. وأوضح كواسيه أن البالغين المتوفين هما امرأتان تلبغان ٦٠ و٧٠ عاما، وتوفيت كلتاها من مستشفى في بواكيه "بعد أن ظهرت عليهما أعراض الوفيات الأولى نفسها، وهي القيء والإسهال".

متطرف إسرائيلي يحطم محتويات كنيسة في القدس والخارجية الفلسطينية تدين



✦ القدس المحتلة

اقتحم مستوطن إسرائيلي متطرف، الخميس، كنيسة "حبس المسيح" في البلدة القديمة من مدينة القدس المحتلة. وقالت محافظة القدس في بيان صحفي إن مستوطنا اقتحم مبنى الكنيسة الواقع مقابل المدرسة العمرية، وقام بتكسير وتحطيم بعض محتوياتها، وحاول إشعال النار فيها، لكن الحارس الموجود في المكان تصدى للمستوطن.

ودان مدير مركز القدس للعلاقات الكنسية يوسف ضاهر الاعتداء على الكنيسة، مشيراً إلى تزايد اعتداءات الاحتلال ومستوطنيه على المقدسات المسيحية في البلدة القديمة من القدس، مطالباً المجتمع الدولي بحمل مسؤولياته تجاه هذه الجرائم.

وقالت شرطة الاحتلال الإسرائيلي في بيان صحفي إن منذ الاعتداء على الكنيسة سانح أجنبي مختل عقليا، وتعرض كنائس القدس وممتلكات المسيحيين إلى اعتداءات متكررة من قبل المستوطنين، وكان آخرها تحطيم شواهد ٣٠ قبراً في مقبرة تابعة للكنيسة الأسقفية الإنجيلية بالقدس الشرقية.

ودانت وزارة الخارجية الفلسطينية، اقتحام كنيسة "حبس المسيح" في مدينة القدس وتحطيم محتوياتها من قبل مستوطن إسرائيلي متطرف، واعتبرتها جريمة تندرج في إطار ما ترتكبه سلطات الاحتلال الإسرائيلي وجميعياتها ومنظماتها الاستيطانية المتطرفة من اعتداءات على الشعب الفلسطيني ومقدساته المسيحية والإسلامية.

وقالت الوزارة في بيان صحفي اليوم الخميس إن هذا الاعتداء يندرج في إطار محاولات تهويد المقدسات وفرض السيطرة الإسرائيلية عليها كجزء لا يتجزأ من استهداف المدينة المقدسة لتكريس تهويدها وضما وتغيير هويتها ومعاملها وتهجير مواطنيها وفصلها تماما عن محيطها الفلسطيني.

وطالبت الوزارة المجتمع الدولي والدول والهيئات الدولية والأممية ذات العلاقة، بتوفير الحماية الدولية للشعب الفلسطيني الأعرل عامة وللقدس ومقدساتها خاصة.

الاحتلال يصادق على بناء ١٢٠٠ وحدة استيطانية في القدس المحتلة



✦ القدس المحتلة

صادقت ما تسمى بلجنة «التخطيط والبناء الموانية» في مدينة القدس المحتلة، على ايداع خلتين استيطانيتين جديدتين في حي الشوري وعلى أجزاء من أراضي جبل الكبير وصور باهر جنوب القدس المحتلة، وفي مستوطنتي كريات يوفيل، وأرنونا، بإجمالي يصل إلى ١٢٠٠ وحدة جديد.

وبحسب صحيفة "إسرائيل هيوم" في عددها الصادر اليوم الخميس، تشمل الخطة في شارع القدس النوري-أبو طور، بناء ١٠٧٠ وحدة استيطانية ستجمع بين المناطق التجارية والتوظيف والمباني العامة، فيما تشمل عند تقاطع شارعي القدس-الخليل في مستوطنة "أرنونا" ١٦٠ وحدة استيطانية سيتم بناؤها في برج من ٣٠ طابقاً ومبنى من ١٠ طوابق.

ووفق خطة بلدية الاحتلال، سيجري بناء خمسة أبراج من ٢٢-٣٠ طابقاً

تصل مساحتها إلى ٥٥ متراً مربعاً. ويوجد حالياً ١٠ وحدات استيطانية من ٨ طوابق في المجموع، تضم حوالي ٣٤٠ وحدة استيطانية سيتم إخلؤها للمشروع الجديد، بحسب الخطة.

ستجمع بين المباني التجارية والتوظيف والمباني العامة في الطوابق الأرضية على طول شارع القدس بيت لحم، من إجمالي عدد الوحدات الاستيطانية وسيتم تخصيص ١٥٠ وحدة للشقق الصغيرة التي

مهندس لقاء البرهان ونتياهو.. كوهين يزور السودان "بحقيبتين"



✦ الخرطوم

لفت مراقبون إلى أن الزيارة المفاجئة لوزير الخارجية الإسرائيلي إيلي كوهين إلى الخرطوم، الخميس، التي التقى خلالها رئيس مجلس السيادة السوداني عبد الفتاح البرهان، هي ثاني زيارة له للخرطوم بعد الأولى في يناير ٢٠٢١، لكنه كان حينها وزيراً للاستخبارات.

ولم يتطرق البيان مقتضب الذي أصدره مجلس السيادة السوداني حول اللقاء إلى "التفاصيل الإبراهيمي"، حيث أكدت وسائل إعلام إسرائيلية أنها كانت تشكل محورا مهما في لقاءات جرت بين مسؤولين سودانيين وإسرائيليين خلال الأسابيع الماضية، بحسب صحيفة "تايمز أوف إسرائيل"، وقال بيان مجلس السيادة السوداني إن اللقاء "بحث إرساء علاقات مثمرة في المجالات الاقتصادية والأمنية، وتعزيز آفاق التعاون المشترك بين الخرطوم وتل أبيب في مجالات الزراعة والطاقة والصحة والمياه والتعليم والمجالات الأمنية والعسكرية". وذكرت وسائل

إعلام إسرائيلية أن الجانبين السوداني والإسرائيلي يناقشان التوقيع على "اتفاق إبراهيمي"، وقالت صحيفة "هارتس" إن المناقشات تشمل صفقة "تاريخية" لإقامة علاقات، كما نقلت "تايمز أوف إسرائيل" عن مسؤول إسرائيلي رفيع تأكيدات بأن السودان سيوقع على الاتفاق، وأشارت إلى أن دبلوماسيين أميركيين أبلغوا نظراءهم الإسرائيليين أن مسؤولين سودانيين وإسرائيليين انخرطوا في اجتماعات مكثفة خلال الفترة الأخيرة بدعوة من الولايات المتحدة، مما يهدد الطريق لإحياء الاتفاق. وينظر الكثير من مراقبين كوهين على أنه مهندس اللقاء التاريخي الأول بين البرهان ورئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو في مدينة عنتيبي الأوغندية، فبراير ٢٠٢٠.

ويعد أقل من عام على ذلك اللقاء، زار كوهين السودان، وكان حينها وزيراً للاستخبارات في حكومة نتنياهو السابقة. ولم تكن الزيارة معلنة، لكن وكالة

الأردن يشارك في المؤتمر العالمي للتجديد والتنمية الإنسانية والإعداد والتدريب

✦ تونس

يشارك الأردن في المؤتمر العالمي للتجديد العربي المنعقد في مدينة الحمامات السياحية بتونس الخميس، ويستمر حتى ٦ شباط الجاري تحت عنوان "مجتمع المعرفة العربي والتنمية الإنسانية.. إبعاد وتحديات". بمشاركة ٢٢٥ مفكراً وباحثاً عربياً.

وقال رئيس وحدة الدراسات الفقهية والقانونية بجامعة مؤتة ورئيس وحدة الدراسات الحضارية وعلم الأديان بالمعهد العالمي للتجديد العربي الدكتور محمد الرواشدة لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، إن نخبة من الباحثين الأردنيين سيشاركون بأوراق عمل حول تجديد الخطاب الديني والمسألة الدينية في الميثاق الفكري والعلمي في المعهد العالمي للتجديد الفكري.

وأضاف، أن المؤتمر سيناقش خطة استراتيجية كاملة وخطوط عريضة تبحث مسائل الديمقراطية وبناء مجتمع المعرفة الاقتصادية ودور المؤسسات التعليمية ورهانات العلوم الاجتماعية.

يشار إلى أن المعهد العالمي للتجديد العربي تأسس في ٢٠١٩، ومقره الحالي مدريد في إسبانيا، وله فرع في تونس، ويضم في عضويته أكثر من ألف مفكر وعالم عربي.

وزير الخارجية السعودي يفتتح قرار اقتطاع ١٠٠ مليون دولار من أموال الضفة الغربية

✦ بغداد

قال وزير الخارجية السعودي الأمير فيصل بن فرحان، الخميس، إن العلاقات بين العراق والسعودية تشهد زخماً إيجابياً كبيراً، مؤكداً استمرار دعم هذا الزخم لتعميق التنسيق بالجانب الاقتصادي والتنموي.

جاء ذلك خلال مؤتمر صحفي عقده وزير الخارجية العراقي، فؤاد حسين، ونظيرة السعودية في العاصمة العراقية بغداد.

وأضاف، أن العراق يؤدي دوراً مهماً في تعزيز الاستقرار بالمنطقة عبر الحوار، مشيراً إلى أن بلاده تدعم جهود الحكومة العراقية لترسيخ الرخاء والاستقرار والنمو والأزدهار، كما تدعم عبر تفعيل مجلس التنسيق المشترك بين البلدين.

بدوره، وصف وزير الخارجية العراقي، زيارة وزير الخارجية السعودي المهمة، وجاءت في وقت كثرت فيه التحديات.

وتابع قائلاً "من جانبنا في العراق نعمل مع السعودية لتخفيف توترات المنطقة وحل المشكلات بالحوار، ولدينا تعاون مستمر بالمجال الأمني ومكافحة المخدرات، ويوجد تنسيق في السياسة النفطية".

وأضاف، أن "التعاون مع الجانب السعودي، شمل مجالات التبادل التجاري، وتتطلع لتزويدنا بالطاقة الكهربائية من خلال الشبكة السعودية أو الخليجية".

تربط خط وقف إطلاق النار

✦ طرابلس

يسود القلق من اختلال الأوضاع قرب خط وقف إطلاق النار في ليبيا، بعد قرار الحكومة منتهية الولاية، بقيادة عبد الحميد الدبيبة، تغيير القوة المكلفة بتأمين منطقة الشويرف في المنطقة الغربية، وهي إحدى نقاط التماس مع المناطق التي يتركز فيها الجيش الوطني.

وقرر الدبيبة سحب أفراد "الكتيبة ١٦٦" التابعة لمحمد الحصان من الشويرف القريبة من قاعدة الجفرة الجوية، الموجودة في هذا التمرکز منذ إبرام اتفاق وقف إطلاق النار في أكتوبر العام ٢٠٢٠ ويسودها الهدوء، حين أبدى الحصان انفتاحه على التعاون مع قوات الجيش في عمليات تأمين مشتركة للمنطقة، حسب ما نقلته مصادر لموقع "سكاي نيوز عربية".

تأمين الشويرف

شهدت السنة الماضية تنسيقاً كبيراً وتفاعلاً بشأن تسيير الدوريات لفرض الأمن في تلك المنطقة الحيوية للغرب الليبي بأسره.

هذه المنطقة يمر بها أحد الضروغ الرئيسية للنهر الصناعي المغذي للعاصمة طرابلس والمناطق المجاورة في الساحل الغربي، وبها وحدات تحكم رئيسية لتدفق المياه في منظومة النهر.

أسهمت تلك الدوريات في التصدي للعديد من التجاوزات التي تؤثر على تدفق المياه لأكثر من ٣ ملايين ليبي.

تضمن القرار الصادر عن الدبيبة إعادة القوة بكامل تسليمها إلى مقراتها في مدينة مصراتة، دون الإشارة إلى تكليف مجموعة جديدة لهم التأمين، وقد اتخذته في وقت سابق خلال العام الماضي، لكنه جرى تفعيله على أرض الواقع حالياً.

وفق المصادر.

لم يكلف الدبيبة بشكل رسمي مجموعة لتولي مهام "الكتيبة ١٦٦"، لكن تشير أنباء متداولة إلى إمكانية تكليف "الواء ٤٤٤ قتال"، التابع بشكل مباشر للمجلس الرئاسي، بتلك المهمة.

لكن لم يتضح بعد هذا الأمر، خصوصاً أن المنطقة شهدت ما يشبه "الأعمال الاستفزازية" بوجود مجموعات مسلحة من مدن الغرب الليبي، التي تمركزت لفترة في منطقة لا تبعد كثيراً عن خط التماس.

تأتي تلك التحركات في الوقت الذي يحافظ فيه الجيش الليبي شرقاً على جاهزيته لأي جديد، وذلك بالمناورات العسكرية العديدة التي نفذها في المنطقتين الشرقية والجنوبية، ولا توجد لديه مشكلات في العتاد أو الأفراد، كما يشير المسؤول الإعلامي بالجيش على العوامي.

يقف تنظيم الإخوان وراء التحركات المعادية للجيش، وفق العوامي، حيث يستهدف التنظيم الإرهابي إبقاء ليبيا في حالة من الفوضى، خصوصاً أن المسار العسكري ظل أكثر ما يؤرقهم؛ لأنه لم يتأثر كثيراً بالتوترات على الساحة السياسية، وظلت اللجنة الليبية العسكرية المشتركة "٥+٥" تتعقد دون بحضور جميع أعضائها في مدينة سرت بتأمين من الجيش، وهو ما أسهم في بقاء اتفاق وقف إطلاق النار صامداً حتى الآن.

اتحاد الكرة يشارك باجتماعات الكونغرس الآسيوي

وكالات

ترأس سمو الأمير علي بن الحسين، رئيس الاتحاد الأردني لكرة القدم وفد الاتحاد المشارك باجتماعات الجمعية العمومية الـ 33 للاتحاد الآسيوي، الذي عقد اليوم الأربعاء، في العاصمة البحرينية المنامة.

وتخلل الاجتماعات تزكية الشيخ سلمان بن إبراهيم آل خليفة رئيساً للاتحاد الآسيوي لولاية جديدة تمتد حتى عام 2027، والتصويت على اختيار أعضاء الاتحاد الآسيوي لكرة القدم، وإعلان فوز السعودية رسمياً باستضافة كأس آسيا 2027.

وحضر اجتماعات الجمعية العمومية للاتحاد الآسيوي "الكونغرس الآسيوي" جياي انفاتينيو رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم وعدد من الشخصيات الرياضية الدولية والقارية وحشد إعلامي كبير.

وبدأ الاجتماع بإعلان الشيخ سلمان بن إبراهيم آل خليفة مرشحاً وحيداً لرئاسة الاتحاد الآسيوي للدورة الانتخابية المقبلة وبالتالي فوزه بالتزكية.

وقدم الشيخ سلمان نائب رئيس الاتحاد الدولي للعبة أيضاً، شكره وتقديره لأعضاء الجمعية العمومية والاتحادات الوطنية على فقتهم بتزكيته لولاية ثالثة رئيساً للاتحاد الآسيوي.

وأوضح في كلمة ألقاها خلال أعمال الاجتماع الـ 33 للجمعية العمومية الآسيوية، أن آسيا أصبحت بوسلة العالم الكروي بإمكاناتها واستضافتها المميزة للأحداث الكروية المختلفة، وقدرتها على ترجمة الطموحات لواقع إيجابي يستهدف كل عناصر الكرة الآسيوية.

وأضاف " أنها فرصة لأرفع القبة لدولة قطر على نجاحها التاريخي في استضافة كأس العالم 2022 حيث أثبتت القارة الآسيوية أنها موطن الأحداث الكبرى كروياً".

وقدم شكره للسويسري جياي انفاتينيو رئيس الاتحاد الدولي للعبة، معتبراً أن دعم الفيفا في إقامة الكثير من البرامج والمبادرات بالقيادة الآسيوية يعزز من قوة الشراكة بين الطرفين، متحدثاً دعم الفيفا لبناء أستاذ رياضي في العاصمة الإدارية الجديدة بماليزيا والذي سيخدم استضافة العديد من المباريات الدولية المختلفة.

من جانبه هنأ جياي انفاتينيو رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم الشيخ سلمان بن إبراهيم رئيس الاتحاد الآسيوي لكرة القدم مشيداً بمتانة العلاقات القوية الممتدة بينه وبين الاتحاد الآسيوي

إسقاط تهمة الاغتصاب عن نجم مانشستر يونايتد "المنسي"



وكالات

أعلن الادعاء العام البريطاني، الخميس، إسقاط تهمة الاغتصاب عن مهاجم مانشستر يونايتد الإنجليزي ماسون غرينوود.

وأشار بيان الادعاء أيضاً إلى إسقاط التهم التي تشمل "السيطرة والسلوك القسري".

وجاءت الاتهامات لغرينوود رسمياً في أكتوبر، بعد تحقيق بدأ في يناير 2022.

في هذه الحالة، أدى الجمع بين انسحاب الشهود الرئيسيين والأدلة الجديدة التي ظهرت إلى عدم وجود احتمال واقعي بالإدانة.

من ثم في ظل هذه الظروف، نرى أن من واجبا وقف القضية.

من واجب الادعاء العام الحفاظ على القضايا قيد المراجعة.

وألقي القبض على غرينوود (21 عاماً) في يناير 2022، بعد نشر صور ومقاطع مصورة على وسائل التواصل الاجتماعي.

وأعلن نادي مانشستر يونايتد إيقاف اللاعب، ولم يسمح له بالتدريب مع الفريق، ولم يعلق النادي بعد على قرار الادعاء العام.

وقالت شرطة مانشستر الكبرى إنها أدركت أسباب وقف الإجراءات، لكنها أكدت "التزامها بالتحقيق في مزاعم العنف ضد النساء والفتيات".

خروج مفاجئ لروما من كأس إيطاليا



وكالات

خرج روما بشكل مفاجئ من كأس إيطاليا لكرة القدم الأربعاء بعد الخسارة 1-2 أمام كريمونيزي الذي صعد إلى قبل النهائي.

وواصل كريمونيزي مفاجاته حيث أنه لم يحقق أي فوز في الدوري الإيطالي هذا الموسم ويتنهدل المسابقة، لكنه أطاح بنابولي متصدر الدوري من الدور السابق قبل أن يطيح بفريق المدرب جوزيه مورينيو.

وسجل سيريل ديسرس الهدف الأول لفريق كريمونيزي من ركلة جزاء في الدقيقة 28 بعدما تعرض لخطأ من الحارس روي باتريسيو.

وأضاف كريمونيزي الهدف الثاني بعد الاستراحة بأربع دقائق بعدما فشل المدافع زكي شليك مدافع روما في إبعاد كرة عرضية وسجل بطريق الخطأ في مرماه.

ورغم أن روما سيطر على باقي الشوط الثاني، فإن كريمونيزي صمد أمام هجمات فريق العاصمة الذي سدد لآعبه تامي أبراهام في القائم قبل 13 دقيقة من نهاية

أبو يمن يحقق فوزاً مثيراً على لاعب إيطالي بالبطولة الدولية لكرة الطاولة

وكالات

حقق نجم المنتخب الوطني لكرة الطاولة زيد أبو يمن فوزاً مثيراً على اللاعب الإيطالي توماسو جيوفيتي.

وفاز أبو يمن في اللقاء الذي أقيم على صالة قصر الرياضة بمدينة الحسين للشباب، ضمن منافسات البطولة الدولية (أحدى جولات بطولة العالم)، التي يستضيفها الاتحاد الأردني بإشراف الاتحاد الدولي بنتيجة 3-1.

وبهذا الفوز انتقل أبو يمن إلى الدور الـ 32 ليواجه البرتغالي جواو جيراالدو في اللقاء الذي يقام يوم غد الخميس.

٦ ميداليات لمنتخب التايكواندو في بطولة كأس العرب

وكالات

أحرز منتخبنا الوطني للرجال للتايكواندو، 6 ميداليات في بطولة كأس العرب الثالثة المقامة في مدينة الفجيرة الإماراتية.

وأحرز المنتخب 3 ميداليات ذهبية وفضيتين وبرونزية وفق الموقع الرسمي للاتحاد التايكواندو.

وجاءت الميداليات الذهبية عن طريق الأبطال، زيد الحلواني، وفهد عمار، وأنس الصادق، فيما جاءت الميداليتين الفضيتين عن طريق، البطلة جوليانا الصادق، والبطل ليث الرواشدة، وأحرز الميدالية البرونزية البطل لوي حميدان.

بنزيمة "غاضب بشدة" .. إدارة ريال مدريد تستجيب لطلبه



وكالات

بعد أن سيطرت حالة من الاستياء على لاعبي ريال مدريد، وعلى رأسهم القائد الفرنسي كريم بنزيمة، استجابت إدارة الميرينغي لشكوى عدد من لاعبي الفريق خلال الموسم الحالي. ووفقاً لشبكة "ديفينسا سترال" الإسبانية، فإن لاعبي ريال مدريد تسيطر عليهم حالة من الغضب بسبب أرضية ملعب "سانتياغو برنابيو"، لكنهم يرفضون الكشف علناً عن هذا الأمر.

وأشارت الشبكة الإسبانية، إلى أن الفرنسي كريم بنزيمة قائد الفريق على وجه الخصوص يشعر بعدم راحة من اللعب على أرضية "سانتياغو برنابيو"، ويعتقد أن حالة العشب من الأشياء التي لا تسمح له بإظهار أفضل نسخة من مستواه.

وأوضحت "ديفينسا سترال" أنه سيتم تغيير العشب عقب مباراة فالنسيا، وقبل مواجهة التشي بعد أسبوعين في الليغا. وذكرت أن سبب سوء أرضية الملعب يعود إلى فيروس يصيب العشب بسبب القبار والأشياء غير النظيفة المتواجدة في الآلات التي يتم استخدامها في عملية التطوير للملعب.

الفيفا يحتفي بنجم الأهلي .. إنجاز حققه الشحات ورونالدو وميسي



وكالات

احتفى الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) بإنجاز نجم الأهلي المصري حسين الشحات، بعدما سجل هدفاً في مستهل مشوار فريقه بكأس العالم للأندية، الأربعاء.

وافتح الشحات التسجيل في فوز فريقه على أوكلاند سيتي النيوزيلندي بثلاثية نظيفة، ليتأهل إلى دور الثمانية بالبطولة التي يستضيفها المغرب، حيث ضرب موعداً مع سياتل ساوندرز الأميركية.

والى جانب نجاح الأهلي في مباراته الأولى، حقق الشحات إنجازاً مهماً على المستوى الشخصي، إذ سجل في مونديال الأندية في 3 نسخ مختلفة، منها اثنتان بقميص الفريق المصري وثالثة مع العين الإماراتي. وانضم الشحات إلى قائمة قصيرة جدا حققت الإنجاز ذاته، تضم أسطورتى كرة القدم كريستيانو رونالدو والمنتقل حديثاً إلى النصر السعودي، وليونيل ميسي لاعب باريس سان جرمان الفرنسي، إلى جانب النجم المعتزل غاريت بيل.

الوداد .. الهلال .. الأهلي .. وحلم التائق في مونديال الأندية كتبت صفحة كأس العالم التابعة للفيفا على "فيسبوك"، "كريستيانو رونالدو، ليونيل ميسي، غاريت بيل، حسين الشحات، 4 لاعبين فقط سجلوا في 3 نسخ مختلفة من كأس العالم للأندية. مجموعة النخبة.. ويأتي فوز الأهلي في حين يبحث الفريق عن الارتقاء خطوة، بعد حلوله ثانياً في آخر نسختين من مونديال الأندية.

الأهلي يعادل رقم برشلونة في كأس العالم للأندية

وكالات

بعد فوزه على أوكلاند سيتي في منافسات الدور التمهيدي الأول لبطولة كأس العالم للأندية، بثلاثية نظيفة، عادل الأهلي المصري رقم برشلونة الإسباني في عدد الانتصارات المسجلة بتاريخ هذه البطولة. وحقق كل من الأهلي وبرشلونة 7 انتصارات في كأس العالم للأندية، علماً أن النادي الكتالوني لعب مباريات أقل.

واستطاع "البلوغرانا" الفوز في سبع مباريات من أصل 8 مواجهات خاضها في كأس العالم للأندية. وفي المقابل، فاز الأهلي 7 مرات في 19 مباراة لعبها في البطولة. ويعد ريال مدريد، الفريق الوحيد الذي يتفوق على الأهلي وبرشلونة في مرات الفوز بكأس العالم للأندية، حيث فاز في 10 لقاءات. وكان الأهلي قد فاز على أوكلاند سيتي في استاد ابن بطوطة بمدينة طنجة المغربية بثلاثة أهداف.

أحرزها كل من حسين الشحات ومحمد شريف وبييرسي تاو. وخاض الأهلي منافسات كأس العالم للأندية للمرة الثالثة تواليًا والثامنة في تاريخه. وسبق للنادي المصري أن واجه أوكلاند سيتي في مستهل مشوار الفريقين بكأس العالم للأندية 2006، وحسمها الأهلي بثلاثية نظيفة. جدير بالذكر أن الأهلي لعب 19 مباراة في منافسات كأس العالم للأندية، وسجل 20 هدفاً بينما استقبل 26. وحصد برونزية البطولة 3 مرات من قبل، وبقما ذكر موقع "في الجول" الرياضي.