

الصحة العالمية: انخفاض وفيات كورونا بنسبة 46%

عمان

أعلنت منظمة الصحة العالمية، الخميس، أن عدد وفيات فيروس كورونا انخفض بنسبة 46 بالمئة مقارنة مع الأيام الـ28 الماضية، فيما انخفض عدد الإصابات بنسبة 31 بالمئة. وبحسب الموقع الإلكتروني للمنظمة، أصيب أكثر من 3.7 مليون شخص بفيروس كورونا في العالم خلال الفترة من 20 شباط إلى 19 آذار من العام الحالي، وتوفي أكثر من 26 ألفا، حيث سجلت الولايات المتحدة أكبر عدد وفيات، تلتها بريطانيا، واليابان، والبرازيل، والصين.

أوقات الصلاة

التجر	05:19
التجر	12:44
العصر	04:11
الغرة	06:54
العشاء	08:09

2 رمضان 1444 هـ الموافق 24 آذار 2023 م

الجمعة

السنة التاسعة

العدد (3045)

عشرات المستوطنين يقتحمون الأقصى بحراسة شرطة الاحتلال

القدس المحتلة

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين، الخميس، أول أيام شهر رمضان المبارك، باحات المسجد الأقصى - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة. وأفادت دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس في بيان لها، بأن عشرات المستوطنين اقتحموا الأقصى من جهة باب المغاربة وذلك بحراسة مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي، ونفذوا جولات استفزازية، وأدوا طقوسا تلمودية في باحات المسجد الأقصى وبالقرب من أبوابه المختلفة. وأضافت دائرة الأوقاف أن شرطة الاحتلال قامت بحماية مجموعات المستوطنين إلى حين انتهاء اقتحامهم، كما تركزت عناصرها قرب أبواب الأقصى وقرضت قيودا على المصلين وقتنتهم ودفقت في بطاقاتهم الشخصية.

الأمم المتحدة: 937 شاحنة مساعدات عبرت الحدود التركية إلى سوريا

نيويورك

قالت الأمم المتحدة، إن 937 شاحنة تحمل مساعدات من 7 وكالات تابعة للأمم المتحدة عبرت إلى شمال غرب سوريا من تركيا منذ الزلزال الشهر الماضي. وبين نائب الناطق الإعلامي، فرحان حق، أن الأمم المتحدة أكلت 34 مهمة عبر الحدود إلى شمال غرب سوريا، لمعالجة الناس وتقييم احتياجاتهم الإنسانية. وقال حق، إن منسق الأمم المتحدة للإغاثة الطارئة، مارتن غريفيس، شد خلال زيارته أخيرا إلى سوريا، الحاجة لمواصلة توريد الوصول الإنساني وتوسيع نطاق عمليات الإغاثة للوفاء بالاحتياجات بأحاء سوريا بعد أن فاقت آثار الزلزال الوضع الإنساني الصعب.

موسكو تعتبر محاولة توقيف بوتين بمثابة إعلان حرب

موسكو

اعتبرت روسيا، الخميس، أي محاولة لإلقاء القبض على الرئيس فلاديمير بوتين بعد أن أصدرت المحكمة الجنائية الدولية مذكرة اعتقال بحقه بمثابة إعلان حرب على البلاد.

وقال دميتري ميديفيدف نائب رئيس مجلس الأمن القومي الروسي، خلال مؤتمر صحفي «إن أي محاولة لإلقاء القبض على الرئيس فلاديمير بوتين بعد أن أصدرت المحكمة الجنائية الدولية مذكرة اعتقال بحقه ستكون بمثابة إعلان حرب على روسيا». وأصدرت المحكمة الجنائية الدولية مذكرة اعتقال بحق بوتين، الجمعة الماضية، متهمًا إياه بارتكاب جريمة حرب.

الاحتلال يعتقل 11 فلسطينيا بالضفة الغربية

رام الله

اعتقلت قوات الاحتلال الإسرائيلي، الخميس، 11 فلسطينيا يزعم أنهم مطلوبون، خلال حملة مداهمات واسعة نفذتها لعدد من المنازل في الضفة الغربية وتخريب محتوياتها. وقال نادي الأسير الفلسطيني، إن قوات الاحتلال اقتحمت وسط إطلاق كثيف للتران مناطق متفرقة في مدن رام الله والبييرة ونابلس وجنين وطولكرم والخليل.

روايات متضاربة لقصة المدمرة الأميركية في بحر الصين الجنوبي

وكالات

تضاربت روايات بكين وواشنطن، الخميس، بشأن المدمرة الأميركية «ميلوس»، التي كانت تجر في بحر الصين الجنوبي، في أحدث حلقة من مسلسل التوترات بين أكبر اقتصادين في العالم، في هذا العمر المائي الذي تعبر من خلاله تريليونات الدولارات في التجارة كل عام.

ماذا قالت الصين؟

قال الجيش الصيني في بيان إنه راقب المدمرة «ميلوس» لدى دخولها إلى بحر الصين الجنوبي، وتحيديا إلى المياه الإقليمية الصينية، وأجبرها على المغادرة.

أضاف الجيش أن المدمرة «دخلت بشكل غير قانوني» المياه المحيطة بجزر باراسيل، التي تتنازع الصين ودول بالمنطقة بشأن السيادة عليها، لكنها تسيطر عليها فعليا.

اعتبر الجيش الصيني التصرف الأميركي تقويضاً للسلام والاستقرار في هذا العمر التجاري المزمع.

أكد المتحدث باسم الجيش الصيني: «ستبقى قوات مسرح العمليات على حالة تأهب قصوى في جميع الأوقات وتتخذ جميع الإجراءات اللازمة لحماية السيادة الوطنية والأمن والسلام والاستقرار في بحر الصين الجنوبي بحزم».

ووفقا للمفهوم الصيني، فإن وجود مدمرة أميركية في هذه المنطقة يعتبر انتهاكا للمياه الإقليمية الصينية.

كيف ردت الولايات المتحدة؟

رفضت الولايات المتحدة ما قالت إنها مزاعم صينية بشأن المدمرة «ميلوس»، وخصوصا طردها من المنطقة المحيطة بالجزر.

أصدر الأسطول السابع في البحرية الأميركية، المسؤول عن المنطقة، بيانا قال فيه إن المدمرة كانت تنفذ نشاطا اعتياديا في بحر الصين الجنوبي ولم تتعرض للطر.

أضاف البيان: الولايات المتحدة ستستمر في الإبحار والتحليق والعمل حيثما يسمح القانون الدولي.

وكانت مواجهات شبيهة حدثت في وقت سابق، ومنها ما وقع في يوليو من العام الماضي، عندما قال الجيش الصيني إنه طرد مدمرة أميركية من المنطقة، لكن الولايات المتحدة نفت ذلك.

من الناحية العسكرية، تسعى الصين لإنشاء منطقة «حماية بحرية» في بحر الصين الجنوبي، وذلك تحسبا لأي هجوم قد يتعرض له البلاد. في المقابل، تسعى الولايات المتحدة إلى احتواء الصين في

القطر

الملك يتبادل التهاني بالشهر الفضيل مع رئيس كازاخستان ورئيس وزراء العراق

عمان

تبادل جلالة الملك عبدالله الثاني التهاني بحلول شهر رمضان المبارك مع رئيس جمهورية كازاخستان قاسم جومارت توكاييف، ورئيس مجلس الوزراء العراقي محمد شياع السوداني، خلال اتصالين هاتفين، الخميس.

زار وزارتي الداخلية والاستثمار

الخصاونة: ضرورة تهيئة البيئة الملائمة للعمل الحزبي

. القطاع العام متعم ويعمل فوق طاقته وكفايته البشرية . منجزات الدولة خلال ثلثيها الأولى تدعو إلى الفخر والاعتزاز

عمان

والجوازات فهد العموش.

كما قدم رئيس الوزراء إلى وزارة الداخلية والمخاطبة واستهل رئيس الوزراء حديثه خلال اللقاء بهتة جلالة الملك عبدالله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد والأردنيين جميعا بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك، داعيا الله أن يعيده على وطننا وشعبنا وقيادتنا الرشيدة والأمتين العربية والإسلامية بالخير والصحة والازدهار وديمومة الأمن والأمان والتقدم والرفعة.

ونقل الخصاونة تحيات جلالة الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد إلى المحافظين والحكام الإداريين وكوادر وزارة الداخلية، مشيدا بدورهم الطليعي في كل مجالات عمل

الوزارة. كما قدم رئيس الوزراء إلى وزارة الداخلية والمخاطبة واستهل رئيس الوزراء حديثه خلال اللقاء بهتة جلالة الملك عبدالله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد والأردنيين جميعا بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك، داعيا الله أن يعيده على وطننا وشعبنا وقيادتنا الرشيدة والأمتين العربية والإسلامية بالخير والصحة والازدهار وديمومة الأمن والأمان والتقدم والرفعة.

الصفدي يدعو المجتمع الدولي لموقف واضح ضد خطاب الكراهية

عمان

وتصرفات وزير المالية الإسرائيلي الذي أنكر وجود الشعب الفلسطيني وحقوقه التاريخية من على منبر يحمل خريطة مزعومة لإسرائيل تشمل دولة فلسطين المحتلة والأردن.

وتشدد الصفدي أن الحكومة الإسرائيلية تتحمل مسؤولية خطاب الكراهية والتحريض العنصري والتصرفات المقتزة لوزير المالية الإسرائيلي وتبعاته، وعليها إعلان رفضها بشكل

صريح وواضح. وشدد الصفدي على أن الصمت على مثل هذه التصريحات والمواقف العنصرية بذريعة حسابات توازنات الائتلاف الحكومي أمر مرفوض وخاطير لن يسهم إلا في تأجيج التوتر وانتشار هذا الفكر المتطرف.

وأكد بوريل ضرورة اتخاذ الحكومة الإسرائيلية موقفا واضحا يؤكد أن هذه التصريحات لا تعقلها، مشيرا إلى موقف الاتحاد الأوروبي الرافض لجميع الإجراءات الإسرائيلية الأحادية والمتمسك بحل الدولتين سبيلا لتحقيق السلام. تابع ص2

وأكد نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي ضرورة اتخاذ المجتمع الدولي موقفا واضحا ومباشرا ضد خطاب الكراهية والتحريض الذي يوجج العنف والصراع في فلسطين المحتلة ويخرق الأعراف والقيم الإنسانية المشتركة.

وشدد الصفدي خلال محادثات أجراها عبر الهاتف مع الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية في الاتحاد الأوروبي جوزيب بوريل، على خطورة الفكر العنصري المتطرف الذي تبدي بشكل أرعن ومقزز في تصريحات

وأكد نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي ضرورة اتخاذ المجتمع الدولي موقفا واضحا ومباشرا ضد خطاب الكراهية والتحريض الذي يوجج العنف والصراع في فلسطين المحتلة ويخرق الأعراف والقيم الإنسانية المشتركة.

قرار قضائي بتضمين مدير مستشفى مليون دينار لهدره المال العام

عمان

تجاوز 4 ملايين إلى 13 مليون دينار، ووصلت المدبونية على الجانب المنتفع من المستشفى إلى 22 مليون دينار، ولم يتم تحصيل سوى مليون و700 ألف دينار، وقرر مجلس الإدارة كف يده عن العمل، وتشكيل لجنة تحقيق له، لكن لم يلتزم بالحضور، وتم تحويل الملف لهيئة النزاهة ومكافحة الفساد.

ويعد قيام الهيئة بالتحقيق بالقضية تم تحويلها إلى المحكمة والتي بدأت الاستماع لكل الأطراف، وتوصلت إلى إدانة مدير المستشفى بجرime هدر المال العام، حيث تعد أموال المستشفى المساهمة العامة المحدودة أموالا عامة، وقررت تضمينه قيمة الأضرار التي لحقت بالمستشفى والبالغة 900 ألف دينار، وتغريمه مبلغا ماليا قيمته 5 آلاف دينار.

المستشفى وقررت تغريمه مبلغ 500 دينار. وأعلنت المحكمة عدم مسؤولية متهم ثالث في القضية عن جريمة هدر المال العام، وبرأته من جريمة استثمار الوظيفة، وسيكون القرار قابلا للاستئناف بحقه جميعا أمام المحكمة المختصة بذلك.

وتشير تفاصيل القضية إلى أن المستشفى كان يستقبل مرضى إحدى الدول العربية التي شهدت اضطرابات وأحداث عنف، وكلف مجلس إدارة المستشفى المدير المدان بإدارة ملفه على أن يتقيد المدير بعدم زيادة الفاتورة العلاجية عن مبلغ يتراوح بين 3-4 ملايين دينار، وكان المدير يبلغ مجلس الإدارة بأن الفاتورة لم تتجاوز المبلغ الذي تم تحديده من قبلهم.

وبين القرار أن المجلس اكتشف أن المبلغ

القبض على 15 مروجاً تورطوا في 8 قضايا نوعية

عمان

ألقي العاملون في إدارة مكافحة المخدرات القبض على 15 مروجاً، من بينهم تجار للمخدرات بعد تعاملها مع 8 قضايا نوعية خلال الساعات الـ48 الماضية.

وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إن العاملون في إدارة مكافحة المخدرات تعاملوا خلال الـ48 ساعة الماضية مع عدد من القضايا النوعية المرتبطة بالتجارة وترويج المخدرات في إطار حملاتهم المستمرة على أشكال التعامل مع تلك السموم كافة ومنع نشرها بين أفراد المجتمع. وأكد أنه ومن خلال تلك القضايا ألقي القبض على 15 مروجاً، من بينهم تجار ومهربون للمخدرات وضبطت بحوزتهم كميات كبيرة من المواد المخدرة والأسلحة النارية.

وفي محافظة العاصمة، جرى التعامل مع 3 قضايا ألقي القبض في القضية الأولى على 3 أشخاص جنوبي العاصمة بعد مداومة مكان وجودهم وضبط بحوزتهم 34 كغ حشيش، وكمية من مادة الكوكايين والكريستال المخدرة، فيما جرى في إحدى مناطق شمالي عمان مداومة مركبة بداخلها تاجران للمخدرات بعد متابعتها من محافظة المفرق، والتأكد من نقلهما لكميات من المواد المخدرة، إذ ألقي القبض عليهما وضبط بحوزتهما 21 كغ حشيش و2000 حبة مخدرة، كما دومت شقة جنوبي العاصمة يستخدمها مروجون لتخزين وبيع المخدرات وألقي القبض على مروجين اثنين داخلها وبحوزتهما 1 كغ من مادة الكريستال المخدرة وكمية من مادة الكوكايين وكمية من الحبوب المخدرة. تابع ص2

حبس أمين مستودع كتب 5 سنوات وتغريمه 26 ألف دينار

عمان

قررت الهيئة القضائية التاسعة والمختصة بجنايات الفساد لدى محكمة بداية عمان برئاسة القاضي ناصر الصلاحين وعضوية القاضي فادي مصلح، وضع أمين مستودع كتب بإحدى مديريات تربية الزرقاء بالأشغال المؤقتة لمدة خمس سنوات، والزامه بدفع مبلغ مالي بقيمة تجاوزت 26 ألف دينار بعد إدانته بجريمة الاختلاس بالتزوير.

وأصدرت المحكمة قرارها، خلال جلسة علنية بحضور مدعي عام هيئة الزمامة ومكافحة الفساد سفيان عبيدات، وقررت إدانة أمين مستودع ثاب بنفس المديرية ووضعه بالأشغال المؤقتة لمدة ثلاثة أشهر وتغريمه 500 دينار بعد تعديل الوصف الجرمي من جريمة الاختلاس بالتزوير إلى الإهمال الوظيفي وإدانته به.

وبين قرار التبريم، أن المدان الأول في القضية يعمل أمين مستودع للكتب بإحدى مديريات التربية في محافظة الزرقاء، ونبت للمحكمة بأنه قام بتزوير سندات إخراج للكتب لم يثبت أنها تتبع مدارس في مديريته، وعندما ترك موقع عمله وتسلم أمين مستودع آخر بعده لم يقوما بجرد الكتب وفق الأصول القانونية وتثبيت النقص الحاصل، لتصل المحكمة إلى تغريم المدان الأول مبلغا ماليا قيمته 13 ألفا و471 دينارا، و550 فلس، وتضمينه أيضا قيمة الكتب المدرسية التي تم صرفها بقيمة 12 ألفا و971 دينارا، و550 فلس، لتصبح قيمة المبالغ المطلوب منه دفعها لخزينة الدولة 26 ألفا و443 دينار، و100 فلس، ودفع قيمة النفقات الإدارية والقضائية التي راقت القضية.

وسيكون القرار قابلا للاستئناف أمام المحكمة المختصة بذلك.

الحنيطي يكرّم الفائزين بمسابقة روح الفريق الواحد الدولية في باكستان

عمان

كرّم رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي اليوم الأربعاء، الفريق الأردني من مجموعة الملك عبدالله القوات الخاصة الملكية الحاصل على الميدالية الذهبية (المركز الأول) بمسابقة روح الفريق الواحد الدولية في دولة باكستان، والتي شارك فيها 18 فريقا من 11 دولة. وأظهر الفريق الأردني الجانب المشرق والمشرق للقوات المسلحة الأردنية ومجموعة الملك عبد الله الثاني القوات الخاصة الملكية من خلال الحصول على هذا التميز بين أفرقة دولية مختصة في مجال العمليات الخاصة، حيث اجتياز الفريق العديد من الاختبارات والتمارين الصعبة والدوريات طويلة المدى والتي تتطلب قدرات عالية في الصبر والتحمل. وأشاد اللواء الركن الحنيطي ببقاءهم ومعنوياتهم العالية وحرصهم على نقل صورة حسنة ومشرفة عن القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، مؤكداً أن هذا التكريم يدفعهم وزملائهم للمضي قدما، وبذل المزيد من العطاء في سبيل رفعة الوطن والقوات المسلحة تحت ظل جلالة القائد الأعلى الملك عبدالله الثاني ابن الحسين.

الصفدي يدعو المجتمع الدولي لموقف واضح ضد خطاب الكراهية

عمان

أكد نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي ضرورة اتخاذ المجتمع الدولي موقفا واضحا ومباشرا ضد خطاب الكراهية والتحرش الذي يوجع العنف والصراع في فلسطين المحتلة ويخرق الأعراف والقيم الإنسانية المشتركة.

وشدد الصفدي خلال محادثات أجراها عبر الهاتف مع الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية في الاتحاد الأوروبي جوزيب بوريل، على خطورة الفكر العنصري المتطرف الذي تبدي بشكل أروع ومقزز في تصريحات وتصرفات وزير المالية الإسرائيلي الذي أنكر وجود الشعب الفلسطيني وحقوقه التاريخية من على منبر يحمل خريطة مزعومة لإسرائيل تشمل دولة فلسطين المحتلة والأردن.

من جانبه، استهجن الممثل الأعلى للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية جوزيب بوريل تصريحات وزير المالية، ووصفها بالخطيرة والمرفوضة.

وأكد الصفدي أن الحكومة الإسرائيلية تتحمل مسؤولية خطاب الكراهية والتحرش العنصري والتصرفات المقززة لوزير المالية الإسرائيلي وتبعاته، وعليها إعلان رفضها بشكل صريح وواضح.

وشدد الصفدي على أن الصمت على مثل هذه التصريحات والمواقف العنصرية بذريعة حسابات توازنات الائتلاف الحكومي أمر مرفوض وخير من يسهم إلا في تأجيج التوتر وانتشار هذا الفكر المتطرف.

وأكد بوريل ضرورة اتخاذ الحكومة الإسرائيلية موقفا واضحا يؤكد أن هذه التصريحات لا تمثلها، مشيرا إلى موقف الاتحاد الأوروبي الراض لجميع الإجراءات الإسرائيلية الأحادية والمتمسك بحل الدولتين سبيلا لتحقيق السلام.

وبحث الصفدي وبوريل التفاهات الخطيرة الذي تشهده الأراضي الفلسطينية المحتلة، وأكد ضرورة وقف كل الخطوات والإجراءات التي توجع العنف والصراع ونقض فرص تحقيق السلام العادل والشامل على أساس حل الدولتين.

وأطلع على مخرجات اجتماعي العقبة وشم الشيخ والجهود التي تقوم بها المملكة لإيجاد أفق سياسي يعيد إطلاق مفاوضات جادة وفاعلة لحل الصراع على أساس حل الدولتين الذي يجسد الدولة الفلسطينية المستقلة ذات السيادة على خطوط الرابع من حزيران 1967 وعاصمتها القدس المحتلة.

وشكر الصفدي بوريل على مواقف الاتحاد الأوروبي الواضحة في دعم حل الدولتين، والرافضة للإجراءات الأحادية الإسرائيلية، والمتمسكة بضرورة احترام الوضع التاريخي والقانوني في المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس المحتلة، وعلى الموقف الواضح في استهجان خطاب الكراهية العنصري بكل أشكاله والذي عكسته تصريحات ومواقف وتصرفات وزير المالية الإسرائيلي.

وبحث الجانبان، علاقات الشراكة الأردنية التاريخية المتميزة مع الاتحاد الأوروبي، وأكد استمرار العمل على تطويرها في مختلف المجالات. وتمن الصفدي علاقات الصداقة بين المملكة والاتحاد، ودعم الاتحاد الأوروبي للأردن.

القبض على 15 مروجاً تورطوا في 8 قضايا نوعية

عمان

ألقى العاملون في إدارة مكافحة المخدرات القبض على 15 مروجاً، من بينهم تجار المخدرات بعد تعاملها مع 8 قضايا نوعية خلال الساعات الـ 48 الماضية.

وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام إن العاملين في إدارة مكافحة المخدرات تعاملوا خلال الـ 48 ساعة الماضية مع عدد من القضايا النوعية المرتبطة بالإنتاج وترويج المخدرات في إطار حملاتهم المستمرة على أشكال التعامل مع تلك السموم كافة ومنع نشرها بين أفراد المجتمع.

وأكد أنه ومن خلال تلك القضايا ألقى القبض على 15 مروجاً، من بينهم تجار ومهربون للمخدرات وضبطت بحوزتهم كميات كبيرة من المواد المخدرة والأسلحة النارية.

ففي محافظة العاصمة، جرى التعامل مع 3 قضايا ألقى القبض في القضية الأولى على 3 أشخاص جنوبي العاصمة بعد مدامتها وكان وجودهم وضبط بحوزتهم 34 كغ حشيش، وكمية من مادة الكوكايين والكريستال المخدرة، فيما جرى في إحدى مناطق شمالي عمان مدامتها مركبة بداخلها تاجران للمخدرات بعد متابعتها من محافظة المفرق، والتأكد من نقلها لكميات من المواد المخدرة، إذ ألقى القبض عليها وضبط بحوزتهما 21 كغ حشيش و 2000 حبة مخدرة، كما دهمت شقة جنوبي العاصمة يستخدمها مروجون لتخزين وبيع المخدرات وألقى القبض على مروجين اثنين داخلها وبحوزتهما 1 كغم من مادة الكريستال المخدرة وكمية من مادة الكوكايين وكمية من الحبوب المخدرة.

وفي إحدى مناطق غربي البلقاء وبعد جمع المعلومات عن قيام أشخاص من مروجي المخدرات وتجارتها باستخدام أجد المنازل لزراعة مادة الماريجوana المخدرة، جرت مدامتها وألقى القبض داخله على شخصين وضبط بحوزتهما سلاح ناري، إضافة إلى 313 شتلة من أشغال الماريجوana المخدرة.

وفي محافظة مادبا، ألقى القبض على مروجين مسلحين داخل مركبتهم أثناء نقلهما كمية من المخدرات وضبط داخل المركبة 9 كغوف حشيش و 2000 حبة مخدرة.

وفي لواء الرمثا، ألقى القبض على مروج وبحوزته 11 كغ حشيش، وألقى القبض كذلك في محافظة معان على تاجرين للمخدرات بعد مقاومتهم القوة الأمنية وضبط بحوزتهما سلاح ناري و 2000 حبة مخدرة و 3 كغوف حشيش، وفي القضية الأخيرة التي تم التعامل معها، ألقى القبض على مروج في محافظة العقبة وضبط بحوزته 1100 حبة مخدرة.

وتمت إحالة المقبوض عليهم كافة إلى المدعي العام لمحكمة أمن الدولة.

شركة كهرباء محافظة إربد
إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الاثنين الموافق 20/23/2023 بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن إربد شارع بلدون مقابل بوابة الجامعة الغربية، نفق شارع الجامعة. الجاويين للسبل الأخضر وذلك من الساعة السادسة صباحا وغاية الساعة العاشرة صباحا وعن كتم -شرق البلد من الساعة السابعة صباحا وغاية الساعة الواحدة ظهرا في محافظة إربد.

قسم العلاقات العامة

الخصاونة يزور وزارتي الداخلية والاستثمار

عمان



سليما لإقامة بنية تحتية ومرافق وخدمات أساسية تضاهي مثيلاتها في دول تمتلك ثروات طائلة.

وأكد رئيس الوزراء ورئيس مجلس الاستثمار، أن الحكومة ستتخذ كل الإجراءات الإدارية والمكاتب التشريعية لتعزيز بيئة الاستثمار وتمكين وتعزيز الاستثمار القائمة واستقطاب المزيد من الاستثمارات المحلية والأجنبية.

ولفت رئيس الوزراء إلى أهمية دور مجلس الاستثمار في رسم السياسات الهادفة إلى تعزيز الاستثمارات وتمكين القطاع الخاص، مؤكدا أن المجلس تعلق عليه الكثير من الآمال لتحقيق العديد من الأهداف الاستراتيجية المضمنة في رؤية التحديث الاقتصادي وأولها مضاعفة النمو الاقتصادي وإيجاد نواقل تنموية لنحو مليون أردني على مدى عشر سنوات إضافة إلى تحقيق الرؤية وهي استقطاب استثمارات محلية وخارجية تصل إلى 4.1 مليار دولار على امتداد عمر الرؤية الزمني.

وأكد الصفدي، أنه سيتم العمل على إعداد مشروع قانون جديد للشراكة بين القطاعين العام والخاص لأن القانوني الحالي لا يحقق الأهداف المرجوة منه ويعرقل تنفيذ العديد من المشاريع والفرص الاستثمارية، لافتا إلى أهمية الاستفادة من خبرات المجلس واعضائه من القطاع الخاص في إنجاز مشروع قانون جديد.

وأشار رئيس الوزراء إلى إنشاء وزارة الاستثمار لتكون معنية في كل شؤون الاستثمار وإنجاز جميع معاملات المستثمرين في مكان واحد، لافتا إلى أن الحكومة كان لها تدخلات معالجة للاستثمارات التي توجه تعثرا ومنها مشروع أبراج الساس، حيث تم استئناف العمل بالمشروع حتى النظر لاعتبارات الجدوى الاقتصادية التي لا يكون عنوانا للفشل على أبواب العاصمة عمان.

ودعا الصفدي مجلس الاستثمار إلى عقد اجتماعات دورية وفق جدول أعمال ومستهدفات واضحة وصياغة سياسة استثمارية تتواءم مع النسق والإطار التشريعي الموجود حاليا.

وأشار رئيس الوزراء إلى إنشاء وزارة الاستثمار لتكون معنية في كل شؤون الاستثمار وإنجاز جميع معاملات المستثمرين في مكان واحد، لافتا إلى أن الحكومة كان لها تدخلات معالجة للاستثمارات التي توجه تعثرا ومنها مشروع أبراج الساس، حيث تم استئناف العمل بالمشروع حتى النظر لاعتبارات الجدوى الاقتصادية التي لا يكون عنوانا للفشل على أبواب العاصمة عمان.

وأشار رئيس الوزراء إلى إنشاء وزارة الاستثمار لتكون معنية في كل شؤون الاستثمار وإنجاز جميع معاملات المستثمرين في مكان واحد، لافتا إلى أن الحكومة كان لها تدخلات معالجة للاستثمارات التي توجه تعثرا ومنها مشروع أبراج الساس، حيث تم استئناف العمل بالمشروع حتى النظر لاعتبارات الجدوى الاقتصادية التي لا يكون عنوانا للفشل على أبواب العاصمة عمان.

وأشار رئيس الوزراء إلى إنشاء وزارة الاستثمار لتكون معنية في كل شؤون الاستثمار وإنجاز جميع معاملات المستثمرين في مكان واحد، لافتا إلى أن الحكومة كان لها تدخلات معالجة للاستثمارات التي توجه تعثرا ومنها مشروع أبراج الساس، حيث تم استئناف العمل بالمشروع حتى النظر لاعتبارات الجدوى الاقتصادية التي لا يكون عنوانا للفشل على أبواب العاصمة عمان.

في إنجاز قضايا مرتبطة بالتسهيل على المستثمرين وحماية الاستثمارات، وتنفيذ خطط التنمية، وتعزيز السياحة العلاجية والإشراك الإيجابي مع القطاع الخاص باعتباره شريكا في عملية التنمية لا خصما، وذلك من خلال تطوير خدماتها الإلكترونية والتسهيل على المستثمرين والقادمين إلى المملكة.

وأكد الصفدي أهمية مشروع التحديث الشامل الذي يقوده جلالة الملك عبدالله الثاني مع مطلع النوية الثانية للدولة الأردنية، التي راهن الكثيرون على اهتزازها خلال النوية الأولى، لكنها وبحمد الله صمدت وحققنا الكثير من الإنجازات بفضل حكمة قيادتها وإدارتها القوية وبطولات جيشها وأجهزتها الأمنية الساهرة على رعاية الوطن وحمايته وبيوعي مواطنينا ووطنيتهم وإبدارتنا العامة الكفوة التي ما زالت فؤدة.

وشدد الصفدي على أن الدولة الأردنية لديها قصة نجاح وإنجازات عظيمة خلال مؤينتها الأولى تقرب من حدود الإعجاز رغم محدودية الموارد، لكننا نمارس الكثير من جلد الذات على أنفسنا، مشيرا إلى قدرة الأردن على ترسيخ أمنه واستقراره والحفاظ عليه رغم كل التحديات، وخرطة المكاتب الكبيرة التي يحظى بها جلالة الملك إقليميا ودوليا، مؤكدا أنه لا بد من إحاطة الجميع بهذه السرية التي تروى بكل فخر واعتزاز. وأشار إلى أن منجزات الدولة الأردنية خلال مؤينتها الأولى تدعو إلى الفخر والاعتزاز، فالأردن دولة تكاد لا توجد فيها نسبة أمية على الإطلاق فيما يتعلق بالتعليم، ولدينا كوادر بشرية من أفضل الكوادر، ونسبة تغطية للقطاع الكهربائي تغطي تقريبا جميع مناطق المملكة، وشبكة طرق داخلية وخارجية تغطي مختلف المحافظات والمناطق، ومستشفيات مدنية وعسكرية على سوية عالية في كل المحافظات ومراكز صحية شاملة وأولية تغطي معظم المناطق وخدمات مياه ومنظومة سدود ومرصف صحي، وخليط ومزيج من الطاقة التقليدية والمتجددة حيث تصل نسب تغطية الطاقة المتجددة من الرياح والشمس إلى (30%) كأكثر دولة في الإقليم.

وأكد الصفدي، أن هذه المنجزات دليل قاطع على أن التوظيف لمراد الدولة المحدودة عبر النوية الأولى ونحن ندخل كذلك العام الثاني لمؤينتنا الثانية كان توظيفا

عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني ولي العهد إلى المحافظين والحكام الإداريين وكوادر وزارة الداخلية، مشيدا بدورهم الطيبي في كل مجالات عمل الوزارة.

كما قدم رئيس الوزراء إلى وزارة الداخلية والمحافظين والحكام الإداريين وجعم الكوادر العاملة في الوزارة الشكر على الأداء المميز وما قدموه خلال الفترة الماضية، سيما خلال جائحة كورونا التي ضربت العالم بأسره وتحدثت الكثير من الفريصات في عملية الاستجابة لتأزمات

«لأننا لم نشهد منذ مطلع القرن العشرين أزمة شابهت هذه الجائحة»، مؤكدا أن الأردن استطاع تجاوزها بأقل الخسائر وأن استجابة وزارة الداخلية والمحافظين والحكام الإداريين كانت بحجم التحدي شأنهم شأن جميع مؤسسات وداوشر الدولة الأردنية. وأشار الصفدي أيضا إلى الدور الطيبي والأساسي الذي يقوم به المحافظون والحكام الإداريون من خلال رئاستهم للمجالس الأمنية في المحافظات في التعامل مع بعض الظواهر والقضايا والأزمات، ويشكل راق وحضاري، مشيرا في هذا الصدد إلى الاستجابة الناجحة لتأزمات طارئة مثل حادثة سقوط خزان غاز الكورين في العقبة، والتحديات التي تشهدها مناطق الشمال والشمال الشرقي من المملكة والمنظمة بارفانق وتيرة محاولات تهريب المخدرات والسلاح وما يرافقها من مظاهر أخرى. ولفت في هذا الصدد إلى أن مثل هذه القضايا يومية ربما لا يلمسها المواطنون لكنها تتطلب جهدا كبيرا وتنسيقا عاليا المستوى من المحافظين والحكام الإداريين وأجهزة إنفاذ القانون والأجهزة الأمنية والقوات المسلحة في الأردن عن حصى الوطن وعن المرتكزات والقيم الأساسية ومنظمة القيم الاجتماعية التي تتأثر بفعل هذه المظاهر وما يصاحبها من أقات أخرى.

وأشار رئيس الوزراء إلى إنجازات التي حققها وزارة الداخلية خلال الأعوام الماضية، حيث استطاعت الخروج عن الإطار التقليدي الأمني إلى المساهمة

استقبل سمو الأمير مرعد بن رعد، كبير الأمراء، رئيس مجلس إدارة الهيئة الهاشمية للمصابين العسكريين في مقر الهيئة، رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي، بحضور مدير عام الهيئة العميد الركن المتقاعد موران ترك.

وأطلع رئيس هيئة الأركان المشتركة على الخدمات التي تقدمها الهيئة والمتنظمة برعاية وإعادة تأهيل المصابين العسكريين والخدمات التي تقدمها لهم ولذويهم، إضافة إلى الأهداف والخطط المستقبلية للهيئة.

وجال اللواء الركن الحنيطي في أقسام الهيئة المختلفة، مبيدا إعجابا بالمستوى المتميز والخدمات التي تقدمها الهيئة، واستعداد وجاهزية القوات المسلحة لدعم الهيئة في متابعة عملها تجاه المصابين العسكريين وذويهم.

وتمن سموه الأمير زيارة اللواء الركن الحنيطي، واللغة الكريمة من القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي.

وفي سياق متصل زار رئيس هيئة الأركان المشتركة، جمعية الملكة رانيا العبدالله لرعاية العسكريين وأسره وكان في استقباله مديرها العقيد الركن سعود الخلايلة. واستمع اللواء الركن الحنيطي إلى إيجاز قدمه مدير الجمعية حول المهام والواجبات التي تقدمها الجمعية والخدمات المتميزة التي تلبي احتياجات العسكريين وأسره في المجتمع المحلي، إضافة إلى توعية وتنقيف وإرشاد العسكريين العاملين والمتقاعدين، وحوال ما تقدمه به الجمعية من دراسات اجتماعية وميدانية وما تقوم من مساعدات مالية وعينية وطبية وتومنية ومن مبادرات إنسانية لمساعدة العسكريين وأسره.

وأطلع رئيس هيئة الأركان المشتركة على آخر الخطط وعمليات التطوير والتحديث في الجمعية والتي تتناسب مع منهجية وآلية عملها، مشيدا بالمستوى المتميز الذي وصلت إليه مرتباتها من احترافية عالية في تنفيذ الواجبات الموكلة إليهم والجهود المميزة التي يقدمونها بخدمة للعسكريين وأسره.

مالية النواب تناقش تقارير ديوان المحاسبة المتعلقة بوزارة التربية



الأخرى. وكشف التقرير أن المجموعة لم تقم بإعادة توزيع أي جهاز إلى وزارة التربية أو مديريةها بعد إعادة تأهيل الأجهزة وتهبنتها حسب الأصول. وقال السليحات، إن اللجنة أوصت كذلك باسترداد الأموال المصروفة دون وجه حق ومتابعة تحصيل ما تبقى منها ومتابعة وتنفيذ توصيات ديوان المحاسبة فيما يخص الأبنية والمشاريع الدولية.

كما أوصت بتشكيل لجنة لمعالجة وتصويب المخالفات ومنح مهلة أسبوعين لتصويب الأوضاع، وكذلك متابعة عمل اللجان المشكلة لتصويب المخالفات والمخالفات حسب الأصول، والعمل على إغلاق جميع الاستيضاحات بشكل نهائي، فيما أبقّت اللجنة بعض الاستيضاحات قائمة لحين تصويبها.

وبين السليحات أن الاستيضاحات المتعلقة بوزارة التربية تمحورت حول لجان الاستلام والعضاءات، وصادي المعلمين، ومركز الأجهزة المخبرية / ماركا، والفحص الفجائي في مديرية تربية لواء الجامعة، وأجهزة الحاسوب القديمة، وقيود سجلات فوائد التبرعات المدرسية، وقيود وسجلات الحركة، إلى جانب استيضاحات تخص مديرية الهندسة في الوزارة، وعطاء شراء خدمات التنظيف، ومديرية الأملاك، ومجمع سكنية التجاري، وملف

عمان

أوصت اللجنة المالية النيابية، بإحالة استيضاحين متعلقين بوزارة التربية والتعليم إلى هيئة النزاهة ومكافحة الفساد نظرا لورود ملاحظات تستدعي التحقق منها بشكل أوسع.

جاء ذلك خلال اجتماع عقدهته اللجنة، برئاسة النائب الدكتور نضر السليحات، وبحضور أمين عام وزارة التربية للشؤون الإدارية الدكتورة نجوى قبيلات، ورئيس ديوان المحاسبة بالوكالة إبراهيم المجالي، ومدير التقارير في ديوان المحاسبة فوزان الوريكات، وعدد من المعنيين في وزارة التربية.

وأوضح السليحات، أن اللجنة أوصت بإحالة ملف العطاء المركزي المتعلق بهدم مدرسة قائمة على الرغم من أن حالتها الإنشائية جيدة جدا وإنشاء مدرسة جديدة، إلى هيئة النزاهة ومكافحة الفساد، إذ أشار تقرير ديوان المحاسبة لسنة 2018 إلى عدم ملاءمة موقع المدرسة الجديدة، بسبب شدة الانحدار ما تطلب تنفيذ جدران استنادية، بارفانق عالية ما أدى زاد تكلفة تنفيذ المشروع، كما أوصت اللجنة، بإحالة ملف أجهزة الحاسوب القديمة في الوزارة إلى هيئة النزاهة ومكافحة الفساد، نظرا لعدم تسليم المجموعة المعنية بإعادة توزيعها إلى الوزارة أو مديرها التابعة لها بعد تأهيلها وتهبنتها حسب الأصول.

وأشار تقرير ديوان المحاسبة لعام 2019 إلى أنه « لدى متابعة الموضوع لدى إدارة اللوازم والتزويد، تبين أن الوزارة قامت بتسليم مجموعة (....) ما مجموعه 25540 جهاز حاسوب بين عامي 2014 و 2019، بناء على تعميم رئيس الوزراء بكتابه رقم (11/11/32622) تاريخ 9/23/2014 /والمتمضمّن الطلب من الوزارة والدوائر الرسمية والمؤسسات العامة المشاركة في تزويد المجموعة بأجهزة الحاسوب القديمة غير الصالحة وغير المستعملة مقابل قيمها، بتأهيل تلك الحواسيب وتهبنتها وإعادة توزيعها على شكل هبات للمدارس والفئات الأقل حظا وبعض الجهات

عمان

أوصت اللجنة المالية النيابية، بإحالة استيضاحين متعلقين بوزارة التربية والتعليم إلى هيئة النزاهة ومكافحة الفساد نظرا لورود ملاحظات تستدعي التحقق منها بشكل أوسع.

جاء ذلك خلال اجتماع عقدهته اللجنة، برئاسة النائب الدكتور نضر السليحات، وبحضور أمين عام وزارة التربية للشؤون الإدارية الدكتورة نجوى قبيلات، ورئيس ديوان المحاسبة بالوكالة إبراهيم المجالي، ومدير التقارير في ديوان المحاسبة فوزان الوريكات، وعدد من المعنيين في وزارة التربية.

وأوضح السليحات، أن اللجنة أوصت بإحالة ملف العطاء المركزي المتعلق بهدم مدرسة قائمة على الرغم من أن حالتها الإنشائية جيدة جدا وإنشاء مدرسة جديدة، إلى هيئة النزاهة ومكافحة الفساد، إذ أشار تقرير ديوان المحاسبة لسنة 2018 إلى عدم ملاءمة موقع المدرسة الجديدة، بسبب شدة الانحدار ما تطلب تنفيذ جدران استنادية، بارفانق عالية ما أدى زاد تكلفة تنفيذ المشروع، كما أوصت اللجنة، بإحالة ملف أجهزة الحاسوب القديمة في الوزارة إلى هيئة النزاهة ومكافحة الفساد، نظرا لعدم تسليم المجموعة المعنية بإعادة توزيعها إلى الوزارة أو مديرها التابعة لها بعد تأهيلها وتهبنتها حسب الأصول.

وأشار تقرير ديوان المحاسبة لعام 2019 إلى أنه « لدى متابعة الموضوع لدى إدارة اللوازم والتزويد، تبين أن الوزارة قامت بتسليم مجموعة (....) ما مجموعه 25540 جهاز حاسوب بين عامي 2014 و 2019، بناء على تعميم رئيس الوزراء بكتابه رقم (11/11/32622) تاريخ 9/23/2014 /والمتمضمّن الطلب من الوزارة والدوائر الرسمية والمؤسسات العامة المشاركة في تزويد المجموعة بأجهزة الحاسوب القديمة غير الصالحة وغير المستعملة مقابل قيمها، بتأهيل تلك الحواسيب وتهبنتها وإعادة توزيعها على شكل هبات للمدارس والفئات الأقل حظا وبعض الجهات

استقبل سمو الأمير مرعد بن رعد، كبير الأمراء، رئيس مجلس إدارة الهيئة الهاشمية للمصابين العسكريين في مقر الهيئة، رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي، بحضور مدير عام الهيئة العميد الركن المتقاعد موران ترك.

وأطلع رئيس هيئة الأركان المشتركة على الخدمات التي تقدمها الهيئة والمتنظمة برعاية وإعادة تأهيل المصابين العسكريين والخدمات التي تقدمها لهم ولذويهم، إضافة إلى الأهداف والخطط المستقبلية للهيئة.

وجال اللواء الركن الحنيطي في أقسام الهيئة المختلفة، مبيدا إعجابا بالمستوى المتميز والخدمات التي تقدمها الهيئة، واستعداد وجاهزية القوات المسلحة لدعم الهيئة في متابعة عملها تجاه المصابين العسكريين وذويهم.

وتمن سموه الأمير زيارة اللواء الركن الحنيطي، واللغة الكريمة من القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي.

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.

تشير الأبحاث السابقة، مثل مراجعة علمية في عام ٢٠٢٠ بمصدر موثوق 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 دكتورة 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 دونغبو 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 بإتقاص الوزن وتقليل استهلاك الأطعمة المحتوية على الدهون وممارسة التمارين الرياضية والتقليل من تناول الملح. وقام الباحثون بتعديل التحليل الإحصائي وفقاً للعلماء، فالنصائح كانت للنساء أعلى منها للرجال فيما يتعلق بالتقليل من الملح بنسبة ٢٧٪ وتقليل الدهون أو السعرات الحرارية بنسبة ١١٪. وتابعت الدكتورة ولانداري التحليل بمراجعة الأبحاث المنشورة لإيجاد سبب ما يفسر هذه النتائج، لتصل إلى أنه ربما يعزى ذلك إلى الفهم الخاطئ بأن النساء أقل عرضة لأمراض القلب والأوعية الدموية. وأشارت إلى أن النتائج تظهر أهمية زيادة الوعي لدى العاملتين بالرعاية الصحية بضرورة تلقي الرجال والنساء النصائح المناسبة وفقاً لأحدث المعلومات المتوفرة للحفاظ على صحة القلب.

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. وتُصحح النساء وفقاً للدراسة بأن يحسن 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 (Pacfic Society of Cardiology) (APSC) واتحاد دول جنوب شرق آسيا لأمراض القلب (The Asean Federation of Cardiology) وجمعية (AFC) الأوروبية. وكتب عن الدراسة موقع "يوريك ألرت" (EurekAlert).

نصائح تقليل حدوث الأمراض ووفقاً للمؤلف الأول للبحث الدكتور بريما ولانداري من كلية الطب بجامعة هارفرد ومستشفى ماساتشوستس العام، فإن هذه الدراسة قد أظهرت أنه يتم إخبار النساء بأن عليهن إتقاص أوزانهن وممارسة الرياضة والتحسن من النظام الغذائي الذي يتبعنه 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 للمصابات 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.

استخدمت 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 المبتكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل
أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبتكر 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.

وتهدف الدراسة الجديدة إلى اختبار عقار جديد مصمم لزيادة نشاط العضلة الموسعة للبلعوم. وقالت الباحثة الرئيسية في الدراسة أمل عثمان إن "العقار الذي اخترناه 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 بعض النظر عن طريقة التطبيق، مما يعني أن بخاخ الأنف البسيط يمكن أن يكون أسهل طريقة لتقديم العلاج لتوقف التنفس أثناء النوم. وكان 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 المبتكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل
أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبتكر 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 أجهزة 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.

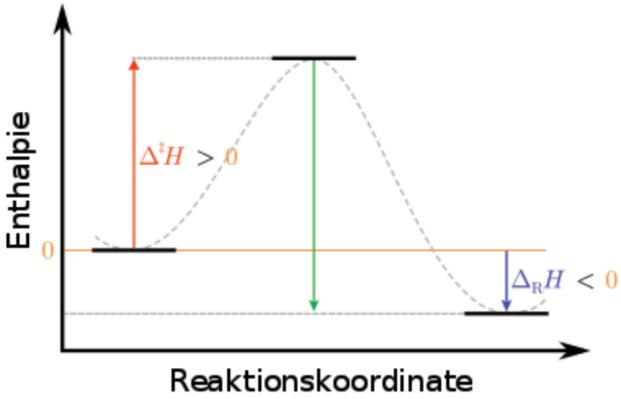
تناول كميات أقل من الطعام ونشاط بدني أكثر.. لن ينقص وزنك!

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".
شروع 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 المرضى النصيحة، فمن غير المرجح أن يفقدوا وزنهم"، مشيرين إلى أن "تناول طعام أقل، افعل 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 تريمبليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلد لعلوم التغذية والصحة 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".

تؤكد نتائج الدراسة على أهمية استشارة الخبراء المتخصصين في هذه المجالات، مثل اختصاصيي التغذية والمعالجين الفيزيائيين المسجلين، بدلاً من الأطباء الممارسين العامين أو غير المتخصصين. كما يجب اتباع 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 تريمبليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلد لعلوم التغذية والصحة 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 للانتقال. ويامكان هذه النقطة أن تحدث أعلى أو أسفل عمود الطاقة- الصفري (مع بعض الاختلاف في طاقة مورس الكاملة) مُمثلة النقص أو الحاجة إلى طاقة التنشيط. تحتاج معظم الغازات البسيطة على أسطح الفلز النظيفه إلى متطلبات طاقة التنشيط.

التمنجة

أجهزة الامتزاز الكيميائي التجريبية، تُحدد كمية الامتزاز لنظام معين بقيمة احتمالية الانتصاق. 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 المُمتزة كيميائياً، بتشكيل روابط مع بعضها البعض، يُنقَظ (يُنتَز) المنتج من السطح. يتشكل التجميع الذاتي 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 و سطح الركيزة يخلق نوعاً جديداً من الروابط الإلكترونية. على النقيض من الامتزاز الكيميائي، الامتزاز الفيزيائي يترك الأنواع الكيميائية من المادة المُمتزة تقليدياً أن العتبة النشطة التي تفصل طاقة الارتباط للامتزاز الفيزيائي عن الامتزاز الكيميائي قيمتها حوالي ٠.٥ فولت الكتروني لكل نوع ممتز. نظراً للخصوصية، تختلف (الامتزاز والامتزاز أو) طبيعة الامتزاز الكيميائي بشكل كبير بالاعتماد على الهوية الكيميائية وتركيب السطح.

تستلزم هدرجنه الألكين على محفز صلب امتزازاً كيميائياً لحزبني الهيدروجين وللكين، والذي يشكل روابط مع الذرة السطحية. المحفزات غير المتجانسة أحد أهم الأمثلة على الامتزاز الكيميائي والتي تشمل جزيئات تتفاعل مع بعضها البعض عن طريق تشكيل الوسائط الممتزة كيميائياً. و بعد أن تدمج

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

تملك الأنظمة الواقعية الكثير من التجاوزات؛ مما يجعل الحسابات النظرية أكثر تعقيداً: بالمقارنة مع الامتزاز الفيزيائي- حيث أن المواد المُمتزة تتوضع ببساطة على السطح- تستطيع المواد المُمتزة 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- هنتشلود التي يمتز فيها كلا الجسمين المتفاعلين، و آلية 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 و لاية 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 k و فيتامين 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 خلال منتصف عمر ال ابيض ، مستوى ال AFB١-guanine adduct 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 لفترات مستمرة لعدة اسابيع أو أشهر لتظهر بعض المقاتل ابنت 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﴿ التعرض 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 للقواعد القريبة ١٤﴿مزمن ، وتعرض السريري ، لا يؤدي الى أعراض مثيرة حتى ال Aflatoxin الحاد . ويتأثر التعبير عن الامراض المتعلقة في ال Aflatoxin عن طريق عدة عوامل مثل النوع ، العمر ، التغذية ، الجنس ، إمكانية التعرض المتزامن للسموم الأخرى . الجهاز المستهدف الرئيسي في الثدييات هو الكبد ، ويتالي تسمم ال Aflatoxin هو في المقام الاول مرض الكبد . شروط تزيد من احتمال حدوث التسمم ال Aflatoxin للانسان ، محدودية توافر الغذاء ، الظروف البيئية التي تشجع نمو العفن على المواد الغذائية ، عدم وجود نظم تنظيمية لرصد السموم الفطرية ال Aflatoxin والسيطرة عليها . ١٥﴿ واتباع نظام غذائي منظم بما في ذلك الخضار مثل الجزر ، والجزر الابيض ، والكرفس ، والبقدونس قد يقلل من تأثيرات المسرطة لل Aflatoxin ١٦﴿ Aflatoxin B١ يمكن ان يسبب ضعف المناعة، والتعرض له يزيد من الحمل الفيروسي في فيروس نقص المناعة البشرية HIV ١٧﴿ ١٨﴿

الاشع 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 مسمكراتها 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 Aflatoxin 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 والفحم 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﴿ وبت دراسات اجريت في كل من كينيا وماي أن الممارسات السائدة لتجفيف وتخزين حبوب الذرة ليست بالقدر الكافي للحد من التعرض لل Aflatoxin ١٩﴿المحاصيل العضوية التي لا يتم التعامل مع المبيدات الفطرية قد تكون أكثر عرضة للتلوث في ال Aflatoxin ١٢﴿ علم الامراض Pathology لا يوجد نوع من الحيوانات في مامن من الاتار السمية الحادة الناتجة من السموم الفطرية Aflatoxin ، البشر ، البالغين لديهم مقدرة عالية لمقاومة السموم الفطرية ال Aflatoxin وناذرا ما يقع بالغ فريسة للتسمم في ال Aflatoxin الحاد ١٣﴿ لكن الاطفال يتأثرون بشكل خاص

من هذه السموم توجد في الطبيعة ٨﴿ Aflatoxin B١ هو الأكثر سمية وتتجه كلا من Aspergillus and Aspergillus parasiticus في مرق التخمر ال Aspergillus parasiticus لكن هي و النوع M٢ and B١ Aflatoxin B١ and B٢ Aflatoxin B١ ينتجها Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus and Aflatoxin G١ Aspergillus G٢ تنتجها ال Aspergillus parasiticus Aflatoxin M١ مستقلب من Aflatoxin B١ في الانسان والحيوان (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب ال ام) Aflatoxin M٢ المستقلبة من Aflatoxin by Aflatoxicol التي تتغذا على الطعام الملوث ٩﴿ Aflatoxin Q١ (AFQ) المستقلب من AFB١ خارج الكبد استعدادا للفقايات الاعلى ١٠﴿ شروط الاصابة السموم الفطرية تنتجها ال Aspergillus flavus and Aspergillus parasiticus

مأم منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة للسرطان ٤﴿ بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد الى ايبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الأكثر 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 ٣٠٠-٣٠٠ 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 مستق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٧﴿ وقد صيغ ذلك في حوالي عام ١٩٦٠ بعد اكتشافه كسبب لمرض تركيا " Turkey X disease" Aflatoxin ٨﴿ والسموم الفطرية Aflatoxin ٩﴿ بعض التجمعات الرئيسية للسموم الفطرية Aspergillus flavus و Aspergillus parasiticus ١٠﴿

السموم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيماويات التي تنتجها و التي تسبب العفن (molds) مثل aspergillus flavus ، and aspergillus parasiticus وهي تنمو في التربة وتحلل النباتات والقش والفحم ، وتوجد بشكل اساسي في السلع الاساسية المخزنة بطرق خاطئة مثل الكسافا والفلفل الحار والذرة وبنرة القطن والدخان والفول السوداني والارز وبنور عباد الشمس والمكسرات والفحم 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 تتغذا على الاطعمة الملوثة تكون بيوضها ولحومها ومنتجات البانها ملوثة بالسموم الفطرية التركيبية الكيميائية لأفلاتوكسين ب١ مثال تلوث اعلاف الدواجن وبعزا السبب لوجود نسبة عالية من عينة السموم الفطرية اصابته لحوم وبيوض الدواجن في الباكستان ٢﴿ الاطفال خاصة يتأثرون بالاصابة في السموم الفطرية حيث تؤدي الى توقف النمو وتأخر التطور . ٣﴿ وفشل الكبد ، وسرطان الكبد . البالغين اقل عرضة للاصابة ، لكن ايضا خطر . لا يوجد صنف حيواني في



الانثوي يوجد(واحد او اثنان من الاغشية، التي تشكل فتحة تسمى الفقير. الطور الجامعي الانثوي الذي هو عادة أحادي المجموعة الكروموسومية، ينشأ من) عادة ثنائي المجموعة الكروموسومية (خلية بوغية كبرى تسمى الخلية بوغية الأم. الأحداث التالية تختلف، اعتمادا علي النوع .ولكن في معظم الأنواع، الأحداث التالية تحصل. الخلية بوغية الأم تنقسم تقاسماً متصفاً، منتجة أربع خلايا بوغية انثوية احادية المجموعة الكروموسومية . واحدة فقط منها تنجو. الخلية بوغية الأنثوية تنقسم ثلاث تقاسمات متساوية منتجة سبع خلايا ولثان انوية احادية المجموعة الكروموسومية (الخلية المركزية تمتلك ثواتر، تسمى ثواتر قبطيان).

الكيس الجينيني اندماج البويضة والنطفة المتحكم بها تم انجازها بالفعل في نباتات الخشخاش. O٧□ اثبات اللقاح، دخول انبوب اللقاح ، وعملية الاخصاب المضاعف جميعها تم مشاهدتها تعمل بشكل طبيعي. في الواقع هذه التقنية تستخدم بالفعل للحصول على بنور العديد من النباتات الزهرية وسميت " تلقيح انبوب الاختبار". O٨□ التراكيب والوظائف المتعلقة بالاخصاب المضاعف الطور الجامعي الانثوي الطور الجامعي الانثوي الذي يشارك في الاخصاب المضاعف في النباتات مغطاة البذور يسمى أحياناً الكيس الجينيني. الذي يكون بداخل البويضة، محاط بالمبيض الرومي ونقص glutathione-S-

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاخصاب المضاعف (double fertilization)

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

الاسئلة التي لم يتم الإجابة عليها بخصوص عملية الاخصاب المضاعف، ولكن مع تطور الجهاز التناسلي ، العديد من الاسئلة أجيب. الأكثر ملاحظة ، مشاهدات مجموعة W. Jensen التي أظهرت أن الجاميت الذكرى لا يملك أي جدر خلوية وأن الغشاء البلازمي للجاميت قريب جداً من الغشاء البلازمي للخلايا التي تحيط به داخل حبة اللقاح O٦□ الاخصاب المضاعف في المختبر الاخصاب المضاعف في المختبر يستخدم عادة لدراسة التفاعل الجزئي وأيضاً الجوانب الأخرى لاتحاد الجاميت في النباتات الزهرية. واحدة من العواقب التي تطورت الاخصاب المضاعف في المختبر بين الجاميت الذكرى والانثوي هو حصرالنطف في انبوب اللقاح والبويضة في

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 للغايرة 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 المضعي (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 الخظام الغذائي الغني باللحوم الحمراء والمصنعة، وجود الحميات (Polyps) وهي زوائد تنمو على الجدار الداخلي للأمعاء الغليظة عادة لدى الأشخاص فوق سن ٥٠ عاماً، ومع مرور الوقت، إذا لم تتم إزالة هذه الحميات فإنها قد تصبح سرطانية وتنتشر لمناطق أخرى في الجسم، وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان القولون والمستقيم، وجود تاريخ شخصي للإصابة بالسرطان، أعراض سرطان القولون قد لا تظهر أي أعراض لسرطان القولون، وخاصة في مراحله الأولى، لذا فإن الفحوصات تكون فعالة في إيجاد الحميات والكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم، حسب مؤسسة الحسين للسرطان في الأردن، الأعراض الشائعة لسرطان القولون: الإمساك أو الإسهال، الشعور بأن الأمعاء لا تفرغ بالكامل، وجود دم في البراز، غائط أقل كثافة من المعتاد، آلام متكررة تسببها الغازات أو الانتفاخ أو الشعور بالامتلاء، خسارة الوزن دون سبب.

ولم تشهد النساء المشمولات بالدراسة نفس الفائدة، ووجد الفريق أن الرجال الذين يتناولون أكثر الأطعمة النباتية صحية تقل لديهم مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم بنسبة ٢٢٪، 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، ومعلم 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، وشملت الدراسة -وفقاً لموقع هيلث لاين- ١٧٣،٤٢٧ مشاركاً ينتمون لمجموعات عرقية متنوعة، وجاءت النتائج بعد متوسط وقت متابعة يزيد قليلاً على ١٩ عاماً، ووجدت أن الرجال الذين اتبعوا نظاماً غذائياً صحياً يعتمد على النباتات كانت لديهم معدلات أقل من سرطان القولون والمستقيم.

٣ أسرار حتى تعمر لـ ١٠٠ عام



وكالات
تبدو بيرداسدوفوجو كأي قرية أخرى في إقليم سردينيا الإيطالي، لكنك ستشعر بالدهشة بالبلغة عندما تعلم، أنه يوجد بهذه القرية المغمورة 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 بإيراجها في موسوعة غينيس للأرقام القياسية لتسجيلها أكبر عدد من المعمرين عالمياً، فإن الطريق المؤدي إليها لا يحمل علامات تشير إلى شهرتها، وتقديرها، لما اشتهر به سكانها من طول العمر، أطلق أحد متاجر البيزا بميدان القرية على نفسه اسم "بيزا لوجيفيتا" أي "الحياة الطويلة".

الطعام الصحي والهواء النقي والابتعاد عن الضغوط وأصبح المسنون مصدر فخر لسكان القرية، وهناك صور فوتوغرافية بالأبيض والأسود للمعمرين الذين بلغوا ١٠٠ عام، معلقة على جدران البيوت على طول الطريق الرئيسي، وأسماؤهم مسجلة تحتها وكذلك العام الذي ولدوا فيه، وعلى سبيل المثال نجد صورة فينوتوري لاي الذي ولد في ١٢ فبراير/شباط ١٩٢٢، وتظهر صورته رجلاً يبتسم في خجل، ويرتدي قبعة ملونة وسترة شتوية، وقميصاً أبيض اللون وربطة عنق كالفراشة (بايرون)، وأصغر معمر في قرية بيرداسدوفوجو أنونزياتا ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦ أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوفي شخصياً بتقديم التهنئة لها الزراعة: ويؤكد أنطونيو برونو أكبر السكان في القرية عمراً، أن الزراعة كانت دائماً هي النشاط الاقتصادي الرئيسي في القرية، وقال لحظة "راي" التلفزيونية، إن "السكان يعملون على الدوام وسط الهواء النقي"، ويبلغ برونو من العمر ١٠٤ أعوام، ولا تزال بشرته مشدودة دون تهرلات ولوحنتها أشعة الشمس قليلاً، وليس ثمة ما يشير إلى عمره الحقيقي سوى سقوط أسنانه الأمامية، بينما يقول سلفاتورري مورا وهو مؤرخ وعضو بالمجلس 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 ولياقته البدنية والذهنية، وتحفل القرية بالعيد المئوي لكل من يبلغ

صورته رجلاً يبتسم في خجل، ويرتدي قبعة ملونة وسترة شتوية، وقميصاً أبيض اللون وربطة عنق كالفراشة (بايرون)، وأصغر معمر في قرية بيرداسدوفوجو أنونزياتا ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦ أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوفي شخصياً بتقديم التهنئة لها الزراعة: ويؤكد أنطونيو برونو أكبر السكان في القرية عمراً، أن الزراعة كانت دائماً هي النشاط الاقتصادي الرئيسي في القرية، وقال لحظة "راي" التلفزيونية، إن "السكان يعملون على الدوام وسط الهواء النقي"، ويبلغ برونو من العمر ١٠٤ أعوام، ولا تزال بشرته مشدودة دون تهرلات ولوحنتها أشعة الشمس قليلاً، وليس ثمة ما يشير إلى عمره الحقيقي سوى سقوط أسنانه الأمامية، بينما يقول سلفاتورري مورا وهو مؤرخ وعضو بالمجلس 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 ولياقته البدنية والذهنية، وتحفل القرية بالعيد المئوي لكل من يبلغ

اكتشاف بكتيريا تكسر النيكوتين وتقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني



وكالات
كشفت الباحثة أن نوعاً معيناً من البكتيريا يكسر النيكوتين في أوعية 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 أوعية 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 أوعية 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 تليف الكبد وسرطان الخلايا الكبدية في بعض الحالات، بكتيريا تكسر النيكوتين في أوعية 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 أوعية الفئران،

ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد الدهني، وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تشق طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة عينات البراز من ٣٠ مدخنًا و٣٠ من غير المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران ووجدوا النتائج متشابهة، وأظهرت الأبحاث السابقة أن هذا النوع من البكتيريا يعيش أيضاً في الأمعاء البشرية، ويقول الباحثون في بحثهم المنشور "تؤسس نتائجنا دوراً لتراكم النيكوتين في الأمعاء في تطور مرض الكبد الدهني غير الكحولي، وتكشف عن بكتيريا داخلية في الأمعاء البشرية لها القدرة على استقلاب النيكوتين"، ويدرس الباحثون الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتيريا المميزة لمعرفة ما إذا كان يمكن إنتاج الإنزيم تجارياً، وتطويره إلى دواء فعال لتكسير النيكوتين داخل الجسم البشري، ويخطط الباحثون حالياً لإعطاء الدواء للمدخنين في المستقبل عبر تطويره لتقليل فرص الإصابة بمرض الكبد الدهني لديهم إنزيمياً يكسر النيكوتين..

اضطرابات النوم وصحة النساء.. مشاكل خطيرة تستدعي الانتباه

وكالات
مخاطر الإصابة والحوادث والمرض وحتى الموت، وفقاً للمؤسسة النوم، ربطت الدراسات الحديثة بين اضطرابات النوم وسوء التبول وضيق انتظام الدورة الشهرية وضعف الخصوبة لدى النساء، يسرد TIMESOFINDIA بعض تأثيرات اضطرابات النوم على صحة المرأة على النحو التالي:
١- مشاكل الخصوبة 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 ووظيفتها. حتى ليالٍ قليلة من الحرمان من النوم يمكن أن تعطل إنتاج الهرمونات وتحمل الإجهاد.
٢- 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.
٣- 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 بالسكتات 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 الخلوي 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 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 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 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 رونترى، 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 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 الأخطاء 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 الراديكالية الحرة للشيخوخة، والتي يصفها بروفيسور دينهام هارمان، قائلًا: إن النظرية تنص على أن الكائنات الحية تشيخ، أي يتقدم بها العمر، نتيجة تراكم 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: لماذا 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".

لعمارة طويلة بصحة جيدة

كما يشير إليه بروفيسور سنكلير بشأن "التقنيات"، هو عبارة عن الأدوية والعلاجات الوراثة 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 الفور
إن تناول بعض الأطعمة المصنعة على الفور 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 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 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 استعمار 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 استعمار 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 لاستعمار 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 ليفيت: "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 مهيباً، حيث يقول الأطفال إنهم يقضون في المتوسط نحو ساعتين ونصف الساعة يومياً في متابعة مواد على موقع "يوتوب".

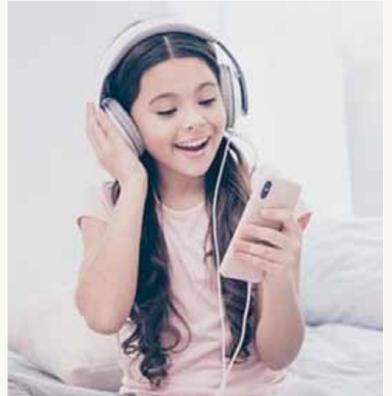
الذين يمتلكون هواتف يتصلون أيضاً بالإنترنت. وبشكل عام، يقضي الأطفال في المتوسط نحو ثلاث ساعات و٢٠ دقيقة كل يوم في المراسلة والعباب ومتابعة مقاطع فيديو على موقع "يوتوب".

محتوى إعلامي يواكب التطور
وأشار سايمون ليفيت، 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 تتلقها 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 تنفخ من إخبار رئيسك في العمل عندما تتداخل هذه المهام الإضافية مع مسؤوليات وظيفتك الفعلية.

فيما يلي خطوات لتجنب الإرهاق في العمل:

١- دع حاسوبك في العمل
إذا كنت لا تعمل في المنزل، وزودت 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

الأمم المتحدة وتدين سياسات الاحتلال
عربية ومناهضة لسياسة الاحتلال الإسرائيلي

نيويورك

أكد المنسق الخاص لعملية السلام في الشرق الأوسط، تور وينسلاند، أن تنفيذ الخطوات الموضحة في بيان اجتماع العقبة المشترك ستكون خطوة مهمة نحو تهدئة الأوضاع وعكس الاتجاهات السلبية على الأرض في فلسطين.

جاء ذلك في استماع مجلس الأمن لتقرير قدمه وينسلاند، حول تطبيق إسرائيل للقرار رقم ٢٣٣٤ الصادر عام ٢٠١٦ والذي يطالب بالوقف الضوري والكامل لجميع الأنشطة الاستيطانية في الأرض الفلسطينية المحتلة، بما في ذلك القدس الشرقية، والاحترام الكامل لجميع التزاماتها القانونية في هذا الصدد.

وشدد المسؤول الأممي على ضرورة "تهدئة الموقف والتحرك نحو إعادة تأسيس أفق سياسي" ورحب بالإضافة إلى بيان العقبة المشترك ببيان الاتحاد الأوروبي ورئاسة مجلس الأمن.

وأعرب وينسلاند، عن قلقه حيال الخطوات والتحريض والاستفزات التي يمكن أن تؤدي إلى تصعيد التوترات في وحول الأماكن المقدسة في القدس الشريف.

ودعا الجميع إلى "الامتناع عن مثل هذه الأعمال والتمسك بالوضع الراهن تماشيا مع الدور الخاص والتاريخي للمملكة الأردنية الهاشمية كوصي على الأماكن المقدسة في القدس".

وحت الإسرائيليون والفلسطينيين ودول المنطقة والمجتمع الدولي على اتخاذ خطوات لإعادة الانخراط في مفاوضات هادئة.

وأكد أن المستوطنات الإسرائيلية ليس لها شرعية قانونية وتشكل انتهاكا صارخا للقانون الدولي وقرارات الأمم المتحدة، داعيا إسرائيل إلى وقف جميع الأنشطة الاستيطانية فوراً تماشيا مع التزاماتها بموجب القانون الدولي.

وأعرب وينسلاند عن قلقه العميق من زيادة مستويات العنف المتصل بالمستوطنين في الضفة الغربية المحتلة وفي بعض الأحيان بقر من القوات الإسرائيلية.

وقال إنه "مرعوب بشكل خاص من التسلسل الوحشي للأحداث في حوارة" بمدينة نابلس في إشارة إلى اعتداءات المستوطنين فيها، مطالبا بحاسبة جميع الجناة.

وحت وينسلاند "إسرائيل، بصفتها السلطة القائمة بالاحتلال، على التقيد بالتزاماتها بموجب القانون الدولي لحماية السكان الفلسطينيين من جميع أعمال العنف أو التهديدات بالعنف.

وقدم المنسق الأممي لمجلس الأمن ١٤ ملاحظة وتوصية بشأن تنفيذ القرار رقم ٢٣٣٤، مبرها فيها عن انتزاع الأمم المتحدة من استمرار التوسع الاستيطاني الإسرائيلي التي ترسخ تحت الاحتلال، وتغذي التوترات وتقوض بشكل منهجي إمكانية قيام دولة فلسطينية كجزء من حل الدولتين.

وأعرب عن تقريره الشفوي عن "القلق إزاء الحالة الجرجة للاقتصاد الفلسطيني والآثار المترتبة على زيادة إسرائيل العلنية في الاقتطاعات الشهرية من عائدات المقاصة الفلسطينية، ما يؤثر بشكل أكبر على قدرة السلطة الفلسطينية على تقديم الخدمات ودفع رواتب القطاع العام

ودعا وينسلاند المجتمع الدولي إلى مضاعفة الجهود لتعزيز الصحة المالية والمؤسسية للسلطة الفلسطينية ودعم وكالة الفوت (الأونروا) بمصادر تمويل مستدامة لحماية تقديم الخدمات الحيوية لملايين اللاجئين الفلسطينيين.

وقال أن هدم المباني الفلسطينية والاستيلاء عليها، بما في ذلك الزيادة الكبيرة في القدس الشرقية المحتلة، يترتب عليه انتهاكات عديدة لحقوق الإنسان ويثير مخاوف بشأن خطر الترحيل القسري.

ودعا حكومة إسرائيل إلى الإنهاء الضوري لهذه الممارسة بما يتماشى مع التزاماتها بموجب القانون الإنساني الدولي

وأكد استمرار أنشطة الاستيطان خلال الفترة المشمولة بالتقرير، مشيرا إلى إعلان الحكومة الإسرائيلية في ١٢ شباط "أنها سمحت بـ ٩ بؤر استيطانية في الضفة الغربية المحتلة وأن اللجنة العليا للتخطيط ستجتمع في غضون أيام لدفع الوحدات السكنية في المستوطنات.

وقال إن "اللجنة قدمت خططاً لأكثر من ٧٢٠٠ وحدة سكنية استيطانية، منها حوالي ٤٠٠٠ وحدة في عمق الضفة الغربية المحتلة، وأضاف أن نحو ١٠٠٠ من هذه البؤر الاستيطانية هي في طور اضاء الشرعية بموجب القانون الإسرائيلي.

وأشار إلى أن السلطات الإسرائيلية هدمت أو صادرت أو أجبرت الناس على هدم ٣٣١ مبنى في جميع الضفة الغربية، بما في ذلك القدس الشرقية. ٦١ منها قدمها المانحون كمساعدات إنسانية في المنطقة و القدس الشرقية، حيث أدت هذه الأعمال إلى نزوح ٣٨٨ شخصاً، بينهم ٨٩ امرأة و ١٩٧ طفلاً.

وقال المسؤول الأممي أن أعمال العنف اليومية زادت بشكل ملحوظ خلال الفترة المشمولة بالتقرير حيث قتل ٨٢ فلسطينياً، بينهم امرأة و ١٧ طفلاً، على أيدي قوات الاحتلال الإسرائيلية، كما أصيب ٢٦٨٣ فلسطينياً، بينهم ١٢٣ امرأة و ٢٢٠ طفلاً.

الأمم المتحدة تدين سياسات الاحتلال
عربية ومناهضة لسياسة الاحتلال الإسرائيلي

نيويورك

قالت الأمم المتحدة، إن ٩٣٧ شاحنة تحمل مساعدات من ٧ وكالات تابعة للأمم المتحدة عبرت إلى شمال غرب سوريا من تركيا منذ الزلزال الشهر الماضي.

وبين نائب الناطق الإعلامي، فرحان حق، أن الأمم المتحدة أكملت ٣٤ مهمة عبر الحدود إلى شمال غرب سوريا، لمقابلة الناس وتقييم احتياجاتهم الإنسانية.

وقال حق، إن منسق الأمم المتحدة للإغاثة الطارئة، مارتن غريفيتس، شدّد خلال زيارته أخيراً إلى سوريا، الحاجة لواصله تمديد الوصول الإنساني وتوسيع نطاق عمليات الإغاثة للواء بما في احتياجات بأندحاء سوريا بعد أن قاومت آثار الزلزال الوضع الإنساني الصعب.

ميدفيديف: أي محاولة لاعتقال
بوتين إعلان حرب على روسيا

وكالات

قال نائب رئيس مجلس الأمن القومي الروسي، دميتري ميدفيديف، الخميس، إن أي محاولة لاعتقال الرئيس فلاديمير بوتين ستكون بمنزلة إعلان حرب على روسيا، رداً على إصدار المحكمة الجنائية الدولية مذكرة اعتقال بحق.

ماذا صرّح ميدفيديف؟

قال ميدفيديف لوسائل إعلام روسية، بحسب ما نقلت وكالة "رويترز"، إن المحكمة الجنائية الدولية "كيان قانوني لا قيمة له"، لم يفعل في أي وقت من الأوقات أي شيء مهم. هناك دول لا تعترف بالمحكمة منها روسيا والصين والولايات المتحدة.

أكد أن أي محاولة لإلقاء القبض على بوتين ستكون بمنزلة إعلان حرب. وأضاف، "دعونا نتخيل الموقف، وهو

يوضح لن يحدث أبداً، لكن دعونا نتخيل، الرئيس الحالي لدولة نوبية ذهب لكان مثل ألمانيا وتم اعتقاله... تابع: "ماذا سيكون ذلك؟ سيكون إعلان حرب على روسيا الاتحادية، وفي تلك الحالة كل أصولنا (الجريية) وكل صواريخنا إلخ ستوجه صوب مكتب المستشارية ومبنى البوندستاغ (البرلمان)".

وينفي مسؤولون روس ارتكاب جرائم حرب في أوكرانيا، ويقولون إن الغرب تجاهل ما قالوا إنه جرائم حرب أوكرانية. وكانت المحكمة الجنائية الدولية أصدرت، الجمعة، مذكرة اعتقال بحق بوتين واتهمته بارتكاب جريمة حرب وهي ترحيل قسري لمئات الأطفال من أوكرانيا، لكن موسكو نفت هذا الاتهام.

العلاقات مع الغرب

وصف ميدفيديف العلاقات مع الغرب

بأنها بالتأكيد في أسوأ أحوالها. وقال إن المخاطر النووية في تزايد، وأضاف، "كل يوم يتم فيه إمداد أوكرانيا بأسلحة من الخارج يقرب العالم من دمار نووي كامل".

وأشار التقرير إلى أن الغربيين الآن يريد تقسيم روسيا لجموعة من الدول الضعيفة يسرق مواردها الطبيعية الضخمة.

وينفي الغرب أنه يريد تدمير روسيا ويقول إنه يساعد أوكرانيا في الدفاع عن نفسها في مواجهة استيلاء على أراضيها.

وقال ميدفيديف: "أوكرانيا جزء من روسيا"، مضيفاً أن أغلب أراضيها الحالية كانت جزءاً من الإمبراطورية الروسية.

وذكر في وقت سابق أن "العقد القادمة لن تكون هادئة لأن الغرب لا يريد روسيا ولا الصين".

الإحتلال الإسرائيلي يهدد حياة
الرحال كالمسجد الأقصى خلال رمضان

القدس المحتلة

دعا مجلس الإفتاء الأعلى في فلسطين، الفلسطينيين إلى شد الرحال خلال شهر رمضان إلى مدينة القدس المحتلة، والمسجد الأقصى المبارك في ظل ما يتعرض له من حملة شرسة تستهدف وجوده وقديسيته ووحده باتلنيس والعدوان.

وأكد المجلس في بيان صحفي الخميس، ضرورة تمتين وحدة الصف، وإشاعة الصلح بين أبناء الشعب الفلسطيني، والبعد عن أسباب التناحر والنزاع.

وطالب التجار بالابتعاد عن احتكار السلع ورفع الأسعار، وبيع منتجات المستوطنات، والسلع الفاسدة، في ظل الظروف الاقتصادية الصعب الذي يعيشه قطاع كبير من الفلسطينيين.

وأهاب المجلس بمسلمي هذه الديار المباركة أن يستقبلوا شهر رمضان الكريم بقلوب يعمرها الإيمان، والعزم على أداء فريضة الصيام، وسنة القيام، وأداء الزكاة، والحفاظ على حرمة في كل مواقعهم، باجتنب كل ما يتنافى مع حرمة، والتزام ما ينسجم مع روحه وأحكامه.

الإحتلال يهدد حياة
رحال كالمسجد الأقصى

القدس المحتلة

قررت بلدية الاحتلال في مدينة القدس المحتلة، بناء حي استيطاني جديد جنوب المدينة، تقع أجزاء كبيرة منه خلف الخط الأخضر، ويمنع التواصل الجغرافي بين القدس، وبيت لحم في الضفة الغربية.

وأكدت هيئة البث الإسرائيلية العامة "كان ١١" في تقرير نشرته الخميس، أن بلدية الاحتلال في المدينة، تسرع البناء في الحي الاستيطاني الجديد، مشيرة إلى أن ذلك يشكل أهمية سياسية كبيرة للجانب الإسرائيلي، لأنه يعارض مع التواصل (الجغرافي) بين القدس الشرقية وبيت لحم، ويمنع في الواقع تواصلاً جغرافياً في دولة فلسطينية المستقبلية.

وأشار التقرير إلى أن الحي الاستيطاني الجديد، سيضم أكثر من ١٢٠٠ وحدة استيطانية، وسيربط بين مستوطنة "غفعات هاماتوس" قرب بيت صفا، و"هار حوما" بجبل أبو غنيم.

ووفقاً لإحصاءات حركة "السلام الآن"، فإنه يوجد نحو ٦٦٦ ألف مستوطن و١٤٥ مستوطنة كبيرة و١٤٠ بؤرة استيطانية عشوائية، بالضفة الغربية والقدس المحتلتين.

الأردن يشارك في معرض
وخطاب للكتاب في دمشق

الدوحة

يشارك الأردن في معرض رمضان للكتاب بنسخته الثانية الذي تستضيفه الدوحة خلال الفترة من ٣٠ آذار الحالي وحتى ٥ نيسان المقبل، بمشاركة ٧٩ دار نشر ومكتبة من داخل قطر وخارجها.

ويشارك الأردن في المعرض ممثلاً بعدد من دور النشر المتخصصة في مجالات كتب الأطفال والروايات والكتب الأكاديمية والترائية والثقافية والعلمية وغيرها.

وقال وزير الثقافة القطري، الشيخ عبد الرحمن بن حمد آل ثاني وفقاً لبيان صادر الخميس، إن وزارة الثقافة حرصت على اختيار دور النشر المتميزة التي تشارك في المعرض من خارج قطر والمتخصصة في مجالات المعرفة المختلفة، علاوة على اختيار أفضل ناشري كتب الأطفال والناشئة.

وأشار إلى أن معرض رمضان للكتاب يعد حلقة جديدة في موسم ثقافي عامر بالفعاليات على مدار العام، مضيفاً أن المعرض يستلهم أهدافه من رؤية وزارة الثقافة الرامية إلى تعزيز جهود توطين الكتاب وصناعة النشر في قطر، وإبراز إبداعات الكتاب في شتى المجالات والاحتفاء بأصحابه، وفتح مجالات أرحب للتعاون بين الكتاب والناشرين بما يدعم تسويق الكتاب وتوسيع دائرة القراء.

وأوضح أن معرض رمضان للكتاب يستهدف استثمار أجواء الشهر الفضيل في تنمية المعارف الدينية والثقافية والاجتماعية، وإتاحة الفرصة لزوار المعرض لاختيار الكتب المناسبة لجميع الأعمار في مختلف فروع المعرفة.

كما اختار المعرض، دول السعودية وتركيا والكويت ومصر والإمارات والعراق وسوريا ولبنان وتونس والجزائر وكندا والمملكة المتحدة وأستراليا.

ويتضمن المعرض مجلساً رمضانياً لشخصيات عامة ومؤثرة تروي سيرها وتاريخها، إضافة إلى تنظيم سلسلة ندوات ثقافية ودينية بالتعاون مع وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية في قطر، ضمن برنامج دعوي يستهدف مواكبة أجواء الشهر الفضيل وتعظيم استفادة الزوار.

بالبحر بطالب الكونغرس
بإحرام حرية الإبداء في أميركا

واشنطن

دعا وزير الخارجية الأميركي أنتوني بلينكن الكونغرس للموافقة على تمويل بقيمة ١٥٠ مليون دولار لانضمام الولايات المتحدة مجدداً إلى اليونسكو، قائلاً إن غياب بلاده عن هذه المنظمة الأممية ترك الصين تستفرد بوضع قواعد الذكاء الاصطناعي.

ويعتقد بلينكن أن الانضمام إلى اليونسكو، عندما كان الحزب الديمقراطي لا يزال مهيمناً عليه، الطريق أمام واشنطن لاستعادة عضويتها باليونسكو التي تم تعليقها عام ٢٠١١ بسبب منح المنظمة الأممية دولة فلسطين عضوية كاملة. واقترح الرئيس جو بايدن في ميزانيته الجديدة تمويل بقيمة ١٥٠ مليون دولار للعودة إلى منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة.

وقال بلينكن أمام لجنة في مجلس الشيوخ خلال تقديم الميزانية "اعتقد بشدة أننا يجب أن نعود إلى اليونسكو مرة أخرى، ليس لأنها هدية لليونسكو، ولكن لأن الأشياء التي تحدث هناك مهمة حقاً".

قلق أميركي من قانون اسرائيلي
يعيد بناء مستوطنات أخليت سابقا

عام ٢٠٠٥.

يذكر أن نتنياهو أعلن يوم امس الأربعاء، أنه ليس لدى حكومته "أي نية" بإعادة بناء المستوطنات التي أخليت في ٢٠٠٥.

وجاء ذلك غداة إلغاء البرلمان الإسرائيلي جزءاً من قانون يمنع المستوطنين من الإقامة في مستوطنات شمال الضفة الغربية المحتلة أخلتها الحكومة الإسرائيلية عام ٢٠٠٥، والقانون الذي أقر في ٢٠٠٥ منع الاسرائيليين من البقاء في تلك المناطق، لكن التعديل الذي تم تمريره في الكنيست ليل الإثنين-الثلاثاء يسمح لهم بالعودة إلى تلك المستوطنات القريبة من مدينة نابلس في شمال الضفة.

وخلال جلسة الاستماع في مجلس

واشنطن

قال وزير الخارجية الأميركي أنتوني بلينكن أنه أخذ علماً بإعلان رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو أنه ليست لدى حكومته "أي نية" لإعادة بناء مستوطنات في شمال الضفة الغربية المحتلة أخلتها الدولة منذ سنوات.

وخلال جلسة استماع في مجلس الشيوخ قال بلينكن: "مما فهمته، فقد قال رئيس الوزراء نتنياهو إنه ليست لديهم أي نية للمضي قدماً في التصاريح التي على ما يبدو أنهم حصلوا عليها.."

وكان المتحدث باسم وزارة الخارجية الأميركية فيدانت باتيل، قال أول امس الثلاثاء، إن الولايات المتحدة قلقة بشدة حيال تبني الكنيست الإسرائيلي قانوناً يلغي أجزاء مهمة من قانون فك الارتباط

حركة الأسيرة تعلق الإضراب
عن الطعام بعد انتزاع حقوقها من الاحتلال

إرام الله

علقت الحركة الفلسطينية الأسيرة في سجون الاحتلال، خطوة الإضراب، بعد انتزاع حقوقها من سلطات الاحتلال الإسرائيلي.

وقال نادي الأسير الفلسطيني وهيئة شؤون الأسرى والمحررين الفلسطينيين في بيان لهما اليوم الخميس، إنه "بعد وقف الإجراءات العقابية والتصفية بحق الأسرى، تم الاتفاق على تعليق خطوة الإضراب".

وأشارا إلى أنه ومنذ ١٤ شباط الماضي يواصل الأسرى "العصيان" في ظل تعنت إدارة سجون الاحتلال عن التراجع عن إجراءاتها القمعية التي أعلنت عنها بتوصية من وزير الأمن القومي في حكومة الاحتلال المتطرف إيتار بن غفير.

وفي إطار خطواتهم النضالية، قرر ٢٠٠٠ أسير خوض إضراب عن الطعام

أول أيام شهر رمضان المبارك والإجراءات التكتيلية التي فرضتها إدارة سجون الاحتلال على الأسرى، تتمثل بالتحكم في كمية المياه التي يستخدمونها، وتقليص مدة الاستحمام بحيث يسمح للأسرى بالاستحمام في ساعة محددة، كما تم وضع الأقفال على الحمامات المخصصة للاستحمام في الأقسام الجديدة في سجن (نقحة).

ومن ضمن الإجراءات أيضاً، تزويد الأسرى بحبز ردي، وفي بعض السجون زودتهم الإدارة بالجمد، وضاعت من عمليات الاقتحام والتفتيش بحقهم مستخدمة القنابل الصوتية، والكلاب البوليسية خلال عمليات القمع والاقتحامات.

ومن بين الإجراءات التعسفية أيضاً، المصادقة بالقراءة التمهيدية على مشروع قانون حرمان الأسرى من العلاج، أسيرة، و١٦٠ طفلاً.

معتقلات الاحتلال حتى نهاية كانون الثاني الماضي ٤٧٨٠ أسيراً، منهم ٢٩ أسيرة، و١٦٠ طفلاً.

ديان صالح يعود لتدريب معان



وكالات

وافق المدرب ديان صالح على تولي مهمة المدير الفني لفريق معان خلال المرحلة المقبلة. وسيؤدي ديان قيادة معان في الموسم المقبل الذي ينطلق في مايو/ أيار المقبل. وسبق لديان أن أشرف على تدريب معان قبل موسمين واستطاع البقاء معه في دوري المحترفين. وكان معان في الموسم الماضي قريباً من الهبوط، لكن إدارة النادي استنجدت بالمدرّب إسلام جلال الذي أثبت براعته الفنية، وأبعد الفريق عن شبح الهبوط. وينتظر أن يعلن معان في اليومين المقبلين هوية الجهاز المعاون لديان صالح. ويعتبر معان من الفرق الحديثة التي صعدت قبل ٣ مواسم لدوري المحترفين. ويعاني من صعوبات مالية كبيرة ساهمت في تذبذب نتائجه وحدت من قدراته في تعزيز الفريق بلاعبين مميزين.

مسعود أوزيل يعلن اعتزال كرة القدم.. ويوجه رسالة لتابعيه



وكالات

أعلن الدولي الألماني السابق مسعود أوزيل لاعب نادي باسك شيرك التركي، اعتزاله كرة القدم الأربعة عن عمر يناهز ٣٤ عاماً. وأكد لاعب الوسط الذي انتقد بعد مونديال ٢٠١٨ عملية اختيار تشكيلة المنتخب الألماني على خلفية اتهامات بالاعتزال الفوري من كرة القدم الاحترافية " رسالة نشرها عبر حسابيه على تويتر وانستغرام.

ماذا جاء في رسالة أوزيل؟

بعد الكثير من التكفير، أعلن اعتزاله كرة القدم الاحترافية. لقد عشت ١٧ عاماً من الحياة الاحترافية في كرة القدم، وأنا محظوظ جداً لأنني أتيت في هذه الفرصة. في الأشهر والأسابيع الأخيرة، بعد المعاناة من إصابات عدة، أصبح واضحاً بشكل متزايد أن وقتي قد حان لمغادرة عالم كرة القدم الرائع هذا.

كانت رحلة رائعة مليئة بالذكريات والمشاعر التي لا تُنسى. أود أن أشكر سالكو ٠٤ وفيردر برين وريال مدريد وأرسنال وياشاك شهر، وزملائي في الفريق لدعمهم لي. وشكر خاص لأفراد عائلتي وأصدقائي المقربين. لقد أصبحوا جزءاً من حياتي في هذه الرحلة. أتطلع إلى المستقبل مع زوجتي وأولادي. سأظهر على المواقع الاجتماعية الخاصة بي من وقت لآخر. أراكم قريباً.

نهاية حزينة وصعبة

واجه اللاعب السابق لفيردر برين الألماني وريال مدريد الإسباني وأرسنال الإنجليزي، صعوبة في السنوات القليلة الماضية مع الأندية.

وقع في يوليو الماضي مع باسك شهر لموسم واحد بعد فترة صعبة قضاها مع فنربخشة.

وبعدما وصل إلى إسطنبول في بداية العام ٢٠٢١، استُبعد الرقم ١٠ في مارس ٢٠٢٢ من نادي فنربخشة بعد الدخول في صراع مع إدارته.

كان أوزيل قد انتهى به الأمر مهمشاً بالفصل مع ناديه السابق أرسنال.

تعرّض اللاعب الذي بدأ مسيرته الاحترافية في الدوري الألماني مع نادي شالكه، إلى سيل من الانتقادات في ألمانيا. بعدما التقط صورة مع الرئيس التركي رجب طيب أردوغان في مايو ٢٠١٨، قبل وقت قصير من مونديال روسيا.

ومع تنديده بما وصفها بالهجمات "العنصرية"، أعلن أوزيل اعتزاله دولياً بعد مونديال ٢٠١٨.

البطولات الرمضانية بكرة القدم وجهة مفضلة للشباب في الشهر الفضيل

وكالات

يتم متفصلاً ههنا، ومكاناً مناسباً لتفريغ طاقاتهم في اللعب، وسط منافسات قوية ومثيرة. وأكد رئيس نادي عجلون رجائي الصمادي، لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن البطولات الرمضانية باتت تشكل وجهة مفضلة للاعبين الشباب والقادمين، والذين ينتظرون بفارغ الصبر تنظيم مثل هذه البطولات التي تلقى رواجاً كبيراً خاصة في المحافظات. وأضاف، أن الجميع يستمتع بسهرات كروية رمضان، ونحن نؤيد ونشجع تنظيم مثل هذه البطولات التي تشكل متنفساً للشباب لتفريغ طاقاتهم وإبراز مواهبهم.

من جهته، اعتبر اللاعب بدر محمود أن بطولات رمضان تشكل بالنسبة له ولزملائه اللاعبين حدثاً محبباً وممتعاً، مشيداً بالجهات والمؤسسات التي تنظم في إقامة مثل هذه البطولات الرمضانية.

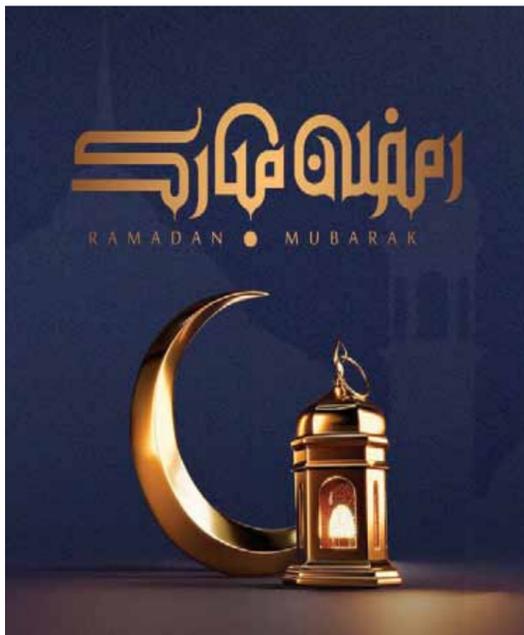
والتجهت وزارة الشباب منذ رمضان الماضي، سياسة تنظيم بطولة بخماسيات كرة القدم في مختلف محافظات المملكة، حيث حققت البطولة في العام الماضي نجاحاً كبيراً، الأمر الذي دفع الوزارة لإعادة تنظيم البطولة في رمضان الحالي.

يُشهد شهر رمضان المبارك، إقبالاً من الشباب على المشاركة في بطولات خماسي كرة القدم التي تقام خلال الشهر الفضيل في مختلف مناطق المملكة. وتنشط الهيئات والمؤسسات والأندية والجمعيات، خلال رمضان الحالي في تنظيم بطولات بخماسيات كرة القدم، بمشاركة فرق مختلفة تحرص على اللعب في هذه البطولات التي تقام أغلبها في سهرات رمضان، وتحظى بحضور جماهيري كبير. ويحرص الشباب على المشاركة في هذه البطولات الرمضانية التي تشكل بالنسبة لهم متنفساً ههنا، ومكاناً مناسباً لتفريغ طاقاتهم في اللعب، وسط منافسات قوية ومثيرة.

وأكد رئيس نادي عجلون رجائي الصمادي، لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن البطولات الرمضانية باتت تشكل وجهة مفضلة للاعبين الشباب والقادمين، والذين ينتظرون بفارغ الصبر تنظيم مثل هذه البطولات التي تلقى رواجاً كبيراً خاصة في المحافظات.

وأضاف، أن الجميع يستمتع بسهرات كروية رمضان، ونحن نؤيد ونشجع تنظيم مثل هذه البطولات التي تشكل متنفساً للشباب لتفريغ طاقاتهم وإبراز مواهبهم.

هكذا هنا رونالدو جمهوره بشهر رمضان



وكالات

هنا الدولي البرتغالي كريستيانو رونالدو، المحترف بنادي النصر السعودي، جهوده بحلول شهر رمضان. وغرد "الدون" على حسابه الرسمي بموقع تويتر قائلاً "رمضان كريم على كل المسلمين.. وأرشف نجم ريال مدريد ويوفنتوس ومانشستر يونايتد السابق، التهنية الرمضانية بصورة تضمنت فانوساً وهلالاً مع: "رمضان مبارك".

وانتقل رونالدو إلى الدوري السعودي في الميركاتو الشتوي الماضي بعقد مدته عامين ونصف.

من الرمي إلى الرمي.. هدف على أعتاب غينيس

انتشر على نطاق واسع، خلال الأيام الماضية، هدف غريب من نوعه أحرزه حارس مرمى فريق يلعب في الدوري التشيلي في مرمى الفريق المنافس، ومن مسافة بعيدة جداً.

والى جانب جمالية الهدف وغرابيته وانتشاره على نطاق واسع، فإن صاحبه يستعد لدخول التاريخ، من بوابة الأرقام القياسية.

وأحرز الحارس الأرجنتيني، لياندرو ركوينا، هدفاً بدأ مستحياً، عندما ركل كرة بينما كان أمام مرمى ناديه كوبريسال باتجاه مرمى الفريق المنافس كولو-كولو، ضمن منافسات الدوري التشيلي.

وكان من المفترض أن تصل الكرة على أبعد تقدير إلى منتصف الملعب أو بعده بقليل، لكنها شقت طريقها إلى مرمى الفريق المنافس حتى هزت شبكته، وكان الأمر الذي ساعد في إحراز الهدف هو خروج حارس مرمى كولو-كولو من منطقتة.

وعبثاً حاول ذلك الحارس اللحاق بالكرة التي تجاوزت خط الرمي.

حظر محتمل من أبطال أوروبا.. برشلونة يواجه تهديداً جديداً



وكالات

يواجه برشلونة تهديداً قانونياً جديداً من جانب الاتحاد الأوروبي لكرة القدم (يويفا). بما يتضمن حظراً محتملاً من المشاركة في دوري أبطال أوروبا، بسبب مدفوعات مزعومة للنادي بـ ٧ ملايين دولار إلى شركة مرتبطة بمسؤول تحكيم إسباني. وطلب يويفا، يوم الخميس، إجراء تحقيق في القضية التي يتابعها بالفصل الادعاء العام في إسبانيا.

وتسمح لوائح دوري أبطال أوروبا السارية منذ أبريل ٢٠٠٧ بـ ٢٠٠ يورو ببيع الفرق من المنافسة موسم واحد إذا كانت متورطة في تلاعب بمباريات.

وقال يويفا، يوم الخميس، إنه طلب من مسؤولي الانضباط "إجراء تحقيق بشأن انتهاك محتمل للإطار القانوني للاتحاد الأوروبي لكرة القدم من قبل نادي برشلونة فيما يتعلق بما تسمى قضية فيريرا".

وتظهر وثائق قضائية أن برشلونة دفع ٧,٣ ملايين يورو (٧,٧ ملايين دولار) بين عامي ٢٠١١ و ٢٠١٨ لشركة خوسيه ماريا إنريكييز فيريرا، النائب السابق لرئيس لجنة التحكيم في اتحاد كرة القدم الإسباني.

واتهم مدعون في إسبانيا برشلونة رسمياً بالفساد في الرياضة والإدارة الاحترافية وتزوير الوثائق التجارية.

ومن المنتظر أن يقر قاضي التحقيق ما إذا كان ذلك سيؤدي إلى توجيه اتهامات رسمية للبارسا. ولم يتم نشر أي دليل حتى الآن على تأثر الحكام أو المباريات بتلك الواقعة. وينفي برشلونة باستمرار ارتكاب أي مخالفات أو وجود تضارب في المصالح، قائلاً إنه دفع ثمن التقارير الفنية عن الحكام، لكنه لم يحاول مطلقاً التأثير على قراراتهم في المباريات. يشار إلى أن أي دليل على التلاعب

الوحدات يعلن تشكيل الجهاز الفني والإداري

وكالات

أعلن نادي الوحدات عن الجهاز الفني والإداري للفريق الأول، استعداداً للموسم الجديد الذي ينطلق في مايو/أيار المقبل. وخلا الجهاز الفني والتدريب من أي مدرب من أبناء نادي الوحدات وهو ما يحدث لأول مرة منذ سنوات، حيث كانت الترشيحات تتجه إلى إمكانية تعيين رافت علي أو محمود شبلي أو حسن عبد الفتاح، لكن لم يتم الاتفاق مع أي أحد منهم.

وسيقود الوحدات، المدير الفني البوسني داركو نيستوروفيتش، ومواطنه دييجان فوتيك مدرباً عاماً، وتم تعيين رافت العاملي مساعداً للمدرب ومحللاً للأداء.

واتجهت بوصلة إدارة نادي الوحدات إلى سوريا، حيث تم التعاقد مع بشار يازيد مدرباً لحراس المرمى، فيما سيتولى مهمة مدرب اللياقة أحمد طلبة.

وتقرر تعيين الدكتور مؤيد عمر طبيباً للفريق، وياسل يونس معالجا، ومحمد الطهراوي مدكلاً، محمد جمال مديراً للفريق، محمد دغمش مساعداً إدارياً، طارق الطريقي سكرتيراً للفريق، علاء أبو جالود مساعداً للمنسق الاعلامي، وعامر نجم مسؤول اللوازم.

وينتظر أن يعلن البوسني داركو موعداً لتدريبات فريق الوحدات الذي سيشترك في ملحق أبطال آسيا وسيكون مطالباً باستعادة لقب الدوري الذي غاب عنه في الموسمين الأخيرين.

عرض قطري جديد لشراء مانشستر يونايتد

وكالات

قدم الشيخ القطري جاسم بن حمد بن جاسم بن جبر آل ثاني عرضاً ثانياً لشراء نادي مانشستر يونايتد الانكليزي العريق لكرة القدم، وفق ما كشف مصدر مقرب من اللف لوكالة فرانس برس.

وكان الشيخ جاسم، نجل رئيس الوزراء القطري السابق حمد بن جاسم، قدّم منتصف فبراير الماضي عرضاً أولياً للاستحواذ على بطل إنجلترا ٢٠ مرة (رقم قياسي)، على غرار مجموعة "إينيس" للبيروكيمياويات برئاسة مالكة الملياردير البريطاني جيم راتكليف. وحددت عائلة غلايزر الأميركية المالكة الحالية للنادي، الساعة التاسعة بالتوقيت المحلي وغرينيتش من الأربعة كاهلة قصوى للاعبين بشراء النادي لتحسين عروضهم التي قدموها منتصف فبراير الماضي.

وكشف المصدر لفرانس برس بأن الشيخ جاسم "وائق" بأنه تقدم "بأفضل عرض".

رحيل فيريرا.. من يخلف "البروفيسور" في قيادة الزمالك؟



وكالات

رحل المدرب البرتغالي جيسوالدو فيريرا عن تدريب الزمالك المصري بعد إنهاء التعاقد بالتراضي مع النادي الأبيض عقب سلسلة من النتائج السلبية محلياً وقارياً.

وكان مرتضى منصور رئيس نادي الزمالك الذي يقضي عقوبة السجن لمدة شهر قد أقال فيريرا قبل أسابيع قليلة قبل أن يعيده مجدداً لمنصبه بعد أيام قليلة ليستمر حتى خروج الزمالك رسمياً من دوري أبطال أفريقيا.

الأبيض غادر البطولة الأفريقية من مرحلة المجموعات بعد الخسارة ذهاباً وإياباً من شباب بلوزداد الجزائري، والتعادل مع المريخ خارج الديار والخسارة من الترجي في تونس ثم الفوز عليه في مصر. الموقع الرسمي لنادي الزمالك أكد أن فيريرا الملقب بين جماهير الفريق الأبيض بـ "البروفيسور" تنازل عن قيمة الشرط الجزائي البالغ ٣٢٠ ألف دولار بالإضافة إلى مكافأة الفوز بالدوري المصري الموسم الماضي والبالغة ٢٠٠ ألف دولار.

بدليل فيريرا

قال أمين صندوق نادي الزمالك، خالد لطيف، في تصريحات عبر التلفزيون المصري، إن بدليل المدرب البرتغالي يجب أن يكون أجنبياً، نظراً لذلك ما تردد حول تعيين مدير فني مصري حتى نهاية الموسم. لطيف قال إن إدارة النادي الأبيض تعكف على دراسة السير الذاتية للمدربين المرشحين لخلافة فيريرا، لكن حتى نتجج في التعاقد مع أحدهم سيتم إسناد المهمة لأحد المدربين من أبناء النادي. من جانبه، قال حسام حسن المدير الفني للنادي المصري، وأحد المرشحين بقوة لتدريب النادي الأبيض، في تصريحات تلفزيونية إن بدليل فيريرا يجب أن يكون أجنبياً.

أشار حسام حسن الذي سبق له قيادة الزمالك من قبل في أكثر من ولاية، إلى أن النادي الأبيض تحكمه ميزانية مالية هي التي توجهه باتجاه مدرب وتمنعه من التفاوض مع آخر، وهو ما يقلص الخيارات المتاحة في المدربين الأجانب.

أكدت مصادر لـ "سبق" سكاي نيوز عربية " أن إدارة الزمالك تتجه لتعيين مدير فني مصري مؤقتاً لحين الاستقرار على بدليل فيريرا، ويتصدر خالد جلال مدرب الفريق السابق قائمة المرشحين، وينافسه أسامة نبيه المدرب العام المساعد للبرتغالي فيريرا الذي تقدم باستقالته منذ أيام.