

لامبارد: حاولت ضم هالاند إلى تشيلسي في 2019.. ولكن!

كشف مدرب تشيلسي فرانك لامبارد، أنه حاول التعاقد مع إيرلينج هالاند خلال فترته الأولى في ستامفورد بريدج. وفي مؤتمر صحفي اليوم الجمعة، قال لامبارد، الذي قاد «البلوز» بين يوليو/تموز 2019 ويناير/كانون الثاني 2021، «حاولت التعاقد معه عندما كان لاعباً في سالزبورج، حين واجهناه في مباراة ودية عام 2019». وأضاف: «كنت مهتما للغاية، لكن الأمر لم يفض على هذا النحو. كان مستواه في ذلك الوقت بالفعل واضحاً للغاية، عندما لعبنا ضد سالزبورج».

أوقات الصلاة

الغبر	04:06
التغرب	12:32
العصر	04:13
	07:26
العشاء	08:58

30 شوال 1444 هـ الموافق 20 أيار 2023 م

السبت

السنة التاسعة

العدد (3099)

الملك يلقي كلمة في القمة العربية بجدة

الملك: لن نتخلى عن سعينا لتحقيق السلام العادل والشامل

- لا بد من تكثيف اللقاءات العربية الدورية لتحقيق التكامل الاقتصادي.
- لا مجال للتباطؤ في انتهاز الفرص أمامنا، تحقيقاً لمصالح بلداننا وشعبونا.
- لن يتحقق السلام إذا لم يحصل الشعب الفلسطيني على حقه في الدولة الفلسطينية المستقلة.
- ليس هناك أهم بالنسبة لنا من احترام الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس.
- نكرس كل إمكانياتنا من أجل حماية المدينة المقدسة والحفاظ على هويتها.
- نرحب بعودة سوريا إلى الجامعة العربية ونأمل أن تسهم في جهود إنهاء الأزمة.
- الملك: استقرار العراق لمنطقتنا وأمنه جزء من أمننا القومي والأمني.



جدة - وأمنية. ورحب جلالة الملك بعودة سوريا إلى الجامعة العربية، وقال «خطوة مهمة تأمل أن تسهم في جهود إنهاء الأزمة». وفي معرض حديثه عن الأزمة السورية، أكد جلالاته أهمية تعزيز المسار السياسي الذي انطلق من اجتماع عمان، وبنى على المبادرة الأردنية والجهود السعودية والعربية لإنهاء الأزمة ومعالجة تداعياتها الإنسانية والأمنية والسياسية. كما أكد جلالاته الملك الدعم للخطوات التي تقوم بها الحكومة العراقية، بما يعيد للعراق دوره ومكانته ضمن محيطه العربي، ويعزز استقراره وازدهاره وسيادته على أراضيه. تابع ص2

المفتي والحقّادين يؤدّيان اليمين القانونية أمام رئيس الوزراء

عمان

أدى اليمين القانونية أمام رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاونة، عضواً مجلس مفوضي هيئة الأوراق المالية المدوّرة منى المفتي والدكتور راضي الحمادين. ويأتي أداء اليمين القانونية للمفتي والحمادين بعد صدور الإرادة الملكية السامية بالموافقة على قرار مجلس الوزراء بتعيينهما عضوين منقرّعين في مجلس مفوضي هيئة الأوراق المالية؛ استناداً لأحكام المادة 18 من قانون الأوراق المالية لسنة 2017م. وحضر أداء اليمين رئيس مجلس مفوضي هيئة الأوراق المالية الدكتور ليث العجلوني.

محنة يابانية لتعزير الالتحاق بالتعليم المدرسي للفئات المستضعفة

عمان

قررت حكومة اليابان تقديم منحة قدرها 730 ألف دولار من أجل دعم (الوصول) التسجيل والالتحاق بالتعليم في المدارس الابتدائية والثانوية للفئات الأخرى احتياجاً في إربد. ووقع عقد المنحة السفير الياباني لدى الأردن أوكوياما جيرو، ومديرة المشروع في مكتب منظمة وورلد فيجن اليابان في الأردن، وهي منظمة يابانية غير حكومية. وذكرت السفارة اليابانية في بيان صحفي، أن هذه المنحة تهدف إلى دعم تحسين البيئة التعليمية خاصة للأطفال الأكثر احتياجاً، بما في ذلك الأطفال المنقطعين عن الدراسة والأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة والأطفال اللاجئين. كما تهدف إلى تعزيز قدرة المعلمين وموظفي المدرسة لضمان التعليم الشامل في المدارس الحكومية في محافظة إربد من خلال توفير حصص دعم تعلم اللغة الإنجليزية والمهارات الحياتية، وتأمين مرافق مدرسية خالية من العوائق بالإضافة إلى المواد التعليمية بناءً على خبرة المنظمة الواسعة في هذا المجال.

ويؤكد مركزية القضية الفلسطينية إعلان جدة يدعم الوصاية الهاشمية على مقدسات القدس

جدة

في وجه المساعي المدانة للاحتلال الإسرائيلي الهادفة إلى تغيير ديموغرافيتها وهويتها والوضع التاريخي والقانوني القائم فيها. وجدد البيان التأكيد على مركزية القضية الفلسطينية، باعتبارها أحد العوامل الرئيسية لاستقرار في المنطقة، مدينة بأشد العبارات والممارسات والانتهاكات التي تستهدف الفلسطينيين بأرواحهم وممتلكاتهم ووجودهم. ودعا البيان إلى تكثيف الجهود للتوصل إلى تسوية شاملة وعادلة للقضية الفلسطينية، وإيجاد أفق حقيقي لتحقيق السلام على أساس حل الدولتين وفقاً للمرجعيات الدولية وعلى رأسها مبادرة السلام العربية والقرارات الدولية ذات الصلة ومبادئ القانون الدولي، بما يضمن إقامة الدولة الفلسطينية المستقلة ذات السيادة على الأراضي الفلسطينية بحدود عام 1967 وعاصمتها القدس الشرقية. كما دعا البيان المجتمع الدولي للاضطلاع بمسؤولياته لإنهاء الاحتلال، ووقف الاعتداءات والانتهاكات المتكررة التي من شأنها عرقلة مسارات الحلول السياسية وتقويض جهود السلام الدولية. تابع ص2

250 مليون دولار تمويل أميركي لمشروع خفض الفاقد المائي

عمان

المراد المائية وتحسين البنية التحتية لمنظومة التزويد المائي، خاصة في المناطق الخدمية ضمن اختصاص شركة مياه الأردن (مياهنا) وبما يتماشى مع الرؤى الاستراتيجية في تخفيض الفاقد. وأوضح أنه في ظل الطلب المتزايد وشح المصادر المائية، سيعمل المشروع على تعزيز كفاءة قطاع المياه لتحسين القدرة التشغيلية لأنظمة إنتاج ونقل وتوزيع المياه ورفع مستوى الخدمة للمواطنين وزيادة متوسط حصة الفرد اليومية من الماء، وتعزيز أنظمة الشركات من خلال مواكبة التطورات التكنولوجية الجديدة وتقديم التدريب والمساعدة الفنية لموظفي قطاع المياه وأصحاب المصلحة العاملين في هذا المجال. وأعرب النجار عن امتنان الوزارة للدعم الأميركي الكبير والمتواصل لأثره في تعزيز جهود مواجهة التحديات المائية التي تعانها المملكة لضمان استمرار توافر المياه وتحسين البنية التحتية للشبكات وزيادة قدرة نظام

القبض على مجموعة مسلحة من تجار المخدرات

عمان

تمكن العاملون في إدارة مكافحة المخدرات بعد جهود استخبارية وعملية من إلقاء القبض على مجموعة مسلحة مكونة من أربعة أشخاص من تجار المخدرات. وفي التفاصيل، قال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن فريقاً تحقيقياً خاصاً من الإدارة تولى متابعة معلومات عن مجموعة من الأشخاص المسجونين بعد ورود معلومات حول نشاطاتهم الجرمية بتجارة المخدرات. وأكد الناطق الإعلامي، أن الفريق تمكن من جمع المعلومات كافة حول الأشخاص واستخدامهم لخمسة وسط الصحراء في البادية الجنوبية لتخزين المخدرات والاتجار بها، إذ جرت بعد ذلك مدهمتهم وألقي القبض على أربعة أشخاص في أماكن مختلفة بعد أن أبدى بعضهم مقاومة للقوة ومحاولة استخدام السلاح وبتفتيش الخيمة ومحيطها عُثر على ما مجموعه 25 ألف حبة مخدرة و 15 كغ من مادة الحشيش وثلاثة أسلحة نارية.

وفي سياق متصل وفي لواء الرمثا دوهم مكان أحد مستوردي مادة الكريستال القاتلة وألقي القبض عليه وضُبط بحوزته 2 كغ من تلك المادة.

فيما جرى ضبط كميات كبيرة من أشغال الماريجون المخدرة بعد مدهمة منزل أحد الأشخاص في محافظة المفرق وإلقاء القبض عليه، وضمن محافظة الكرك جرى إيقاف تاجر للمخدرات داخل مركبته أثناء نقله لكمية من المخدرات وألقي القبض عليه وضُبط بحوزته 7 كغوف من مادة الحشيش وسلاح ناري.

وذكرت إحالة القضايا كافة للمدعي العام لمحكمة أمن الدولة.

الزراعة تعلق استيراد الأغنام

عمان

قرر وزير الزراعة خالد الحنيفات وقف رخص استيراد الأغنام الحية الصادرة عنها، وتعليق شحن الأغنام الحية التي لم يتم شحنها اعتباراً من تاريخ أمس وحتى إشعار آخر. وقال الناطق الإعلامي باسم الوزارة لورانس المجالي، إن القرار جاء في إطار سياسة الوزارة للحفاظ على المنتج المحلي من الأغنام الحية واستدامة الدخل لمربي الأغنام والمحافظة على قطاع الثروة الحيوانية، ونظراً لتوفر كميات كافية من الأغنام المستوردة والتي تغطي احتياج السوق المحلي لعيد الأضحي المبارك.

الملك يلقي كلمة في القمة العربية بجدة

الملك: لن نتخلى عن سعينا لتحقيق السلام العادل والشامل

لا بد من تكثيف اللقاءات العربية الدورية لتحقيق التكامل الاقتصادي
لا مجال للتباطؤ في انتهاز الفرص أمامنا، تحقيقا لمصالح بلداننا وشعبونا
لن يتحقق السلام إذا لم يحصل الشعب الفلسطيني على حقه في الدولة الفلسطينية المستقلة
ليس هناك أهم بالنسبة لنا من احترام الوضع التاريخي والقانوني القائم في القدس
نكرس كل إمكانياتنا من أجل حماية المدينة المقدسة والحفاظ على هويتها
نرحب بعودة سوريا إلى الجامعة العربية ونأمل أن تسهم في جهود إنهاء الأزمة
الملك: استقرار العراق لمنطقتنا وأمنه جزء من أمننا القومي

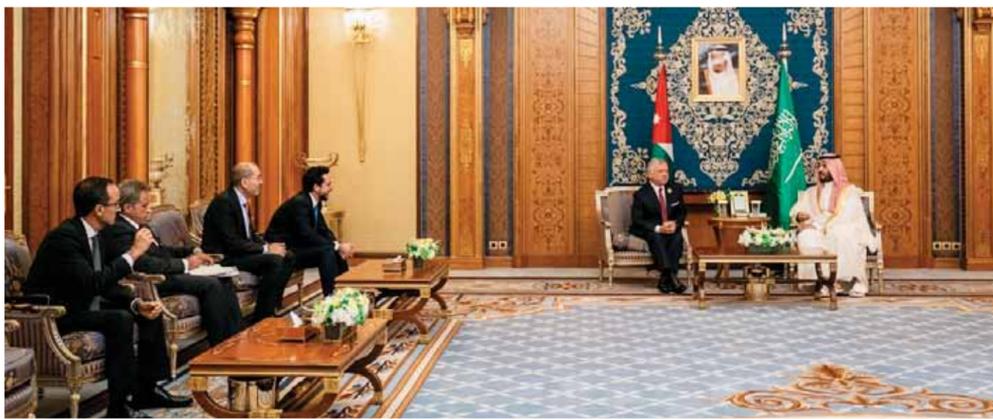


رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون
المغتربين أيمن الصفدي، ومدير مكتب جلالة
الملك، الدكتور جعفر حسان، ومدوب الأردن
الدائم لدى جامعة الدول العربية السفير أمجد
العضايلة.
ووصل جلالة الملك برفقة سموه في العبد
إلى مطار الملك عبدالعزيز الدولي بجدة، اليوم
الجمعة، وكان في استقبالها نائب أمير منطقة
مكة المكرمة سمو الأمير بدر بن سلطان بن
عبد العزيز آل سعود.

وتالياً نص كلمة جلالتة:
بسم الله الرحمن الرحيم
والصلاة والسلام على سيدنا محمد النبي
العربي الهاشمي الأمين،
أخي صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن
سلمان بن عبدالعزيز آل سعود،
أصحاب الجلالة والفخامة والسمو،
معاني الأمين العام لجامعة الدول العربية،
أصحاب المعالي والسعادة،
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،
أتوجه في البداية، بعميق الشكر والتقدير،
لأخي خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان
بن عبد العزيز آل سعود، وصاحب السمو
الملك الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز
آل سعود، على استضافة هذه القمة، وعلى
حرص المملكة العربية السعودية الشقيقة
على تعميق التعاون العربي.
كما أشكر الأشقاء في الجزائر على
استضافة القمة السابقة.
إخواني القادة،
الحضور الكرام،
إن منظومة العمل العربي المشترك،
بحاجة دوماً إلى التطوير والتجديد، وهنا
يأتي دور جامعة الدول العربية في العمل
على تعظيم التعاون وخاصة الاقتصادي بين
دولنا، لمواجهة تحديات الأزمات الدولية.
وأشير هنا إلى آلية التعاون الثلاثي بين
الأردن والأشقاء في مصر والعراق، والشراكة
الصناعية التكميلية لتنمية اقتصادية

جدة
أكد جلالة الملك عبدالله الثاني أن لا مجال
للتباطؤ في انتهاز الفرص أمام القادة العرب،
تحقيقاً لمصالح البلدان العربية وشعبها.
وشدد جلالة الملك، في كلمته بالقمة العربية
بدورتها العادية 32 بجدة، على أن القضية
الفلسطينية لا تزال محور اهتمامنا، ولا يمكن
أن نتخلى عن سعينا لتحقيق السلام العادل
والشامل.
وأكد جلالتة، بحضور سمو الأمير
الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، ضرورة
تكثيف اللقاءات العربية الدورية، وعلى
أعلى المستويات، لتحقيق التكامل الاقتصادي
بالمنطقة وتوحيد الجهود العربية السياسية
والأمنية.
ورحب جلالة الملك بعودة سوريا إلى
الجامعة العربية، وقال «خطوة مهمة نأمل أن
تسهم في جهود إنهاء الأزمة».
وفي معرض حديثه عن الأزمة السورية،
أكد جلالتة أهمية تعزيز المسار السياسي الذي
انطلق من اجتماع عمان، وبنى على المبادرة
الأردنية والجهود السعودية والعربية لإنهاء
الأزمة ومعالجة تداعياتها الإنسانية والأمنية
والسياسية.
كما أكد جلالة الملك الدعم للخطوات التي
تقوم بها الحكومة العراقية، بما يعيد للعراق
دوره ومكانته ضمن محيطه العربي، ويعزز
استقراره وازدهاره وسيادته على أراضيه.

الملك وولي العهد السعودي يعقدان لقاء في جدة



عقد جلالة الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير
محمد بن سلمان بن عبدالعزيز آل سعود وفي
العهد، رئيس مجلس الوزراء في المملكة العربية
السعودية لقاء في جدة، اليوم الجمعة.
وتناول اللقاء، بحضور سمو الأمير الحسين
بن عبدالله الثاني وفي العهد، العلاقات الأخوية
الراسخة التي تجمع البلدين والشعبين
الشقيقين، وسبل توطيدها في المجالات كافة.
وتم التأكيد خلال اللقاء، الذي عقد على
هامش أعمال القمة العربية، على ضرورة
توسيع آفاق التعاون، وإدامة التنسيق
والتشاور بين البلدين حيال القضايا ذات
الاهتمام المشترك، تحقيقاً لمصالحهما وخدمة
للأمتين العربية والإسلامية.
وتمن جلالتة جهود المملكة العربية
السعودية بقيادة أخيه خادم الحرمين
الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود
في استضافة القمة، وحرصها المستمر على

جدة
تعزيز منظومة العمل العربي المشترك ووحدة
الصف.
وتطرق اللقاء إلى آخر المستجدات الإقليمية
وتشدها المنطقة.

وزير التربية يبحث مع مساعدة وزير الخارجية الأميركية التعاون بالبرامج التعليمية



جدة
بحث وزير التربية والتعليم والتعلم
العالي والبحث العلمي الدكتور عزمي
محافظ بحضور وزيرة الثقافة الدكتورة
هيفاء النجار، مع مساعدة وزير الخارجية
الأميركي للشؤون التعليمية والثقافية في
سائر فيلاد، التعاون بين الأردن والولايات
المتحدة الأميركية في المشاريع المتعلقة
بالبرامج التعليمية وحفظ التراث
الحضاري والثقافي.
وعرض الدكتور محافظ جدة خلال
اللقاء الذي جرى في الوزارة، لخطة
التربية والتعليم التطويرية بمختلف
المجالات، مبيّناً أنها قطعت شوطاً كبيراً
في مجال تطوير التعليم المهني، من حيث
تشجيع الطلبة، وتوفير البيئة المدرسية
المناسبة، وإعداد البرامج التدريبية
للمعلمين والمدرسين في المدارس والمشارف
المهنية، إضافة إلى توقيع اتفاقية

عمان
شراكة مع شركة بيرسون لإدراج مناهج
وتخصصات (BTEC) ضمن مسار
التعليم المهني في المدارس الأردنية.
وأكد محافظة، حرص وزارة التربية
والتعليم على بناء شراكات فاعلة مع
مؤسسات القطاعين الحكومي والخاص
ذات العلاقة لتقديم التدريب الملائم
للطلبة لضمان تخرير أجيال ذات كفايات

اتفاقية تعاون بين المجلس الطبي
والعربي للاختصاصات الصحية

عمان

وقّع المجلس الطبي الأردني والمجلس العربي للاختصاصات الصحية،
مذكرة تفاهم واتفاقية تعاون تنفيذية، برعاية وزير الصحة رئيس المجلس
الطبي الأردني، رئيس الهيئة العليا للمجلس العربي للاختصاصات
الصحية بالنيابة الدكتور فراس الهوارى، وتأتي مذكرة التفاهم واتفاقية
التعاون التي جرى توقيعها في الأمانة العامة للمجلس الأردني من
أجل دعم رسالتين التعليميتين، وبما يخدم أهدافهما في مختلف
مجالات التعاون المشترك، ووقع المذكرة والاتفاقية أمين عام المجلس
الطبي الأردني الدكتور محمد العبدلات وأمين عام المجلس العربي
للاختصاصات الصحية الدكتور عمر الرواس، بحضور رئيس المكتب
التنفيذي للمجلس العربي للاختصاصات الصحية الدكتور عادل عدوي.
وأكد العبدلات بديمومة التنسيق بين المجلس الطبي الأردني والعربي
للاختصاصات الصحية، بما يدعم تنفيذ الاعتماد المؤسسي واعتماد
البرامج التدريبية، وإجراء الامتحانات بما يتفق مع لوائح وأنظمة
المجلسين. وبين أن المذكرة والاتفاقية توضحان أهم بنود ومجالات
التعاون بين المجلسين فيما يخص الاعتماد للمؤسسات التدريبية، إضافة
إلى البرامج التدريبية داخل الأردن وكذلك تبادل الخبرات في مجال التعليم
والتدريب والتقييم والتطوير المهني المستمر والبحوث، وتنظيم امتحانات
المجلس العربي في مقر المجلس الطبي الأردني، وتخطيط وتنفيذ الدورات
التدريبية وتبادل الكفاءات البشرية، حسب آليات معتمدة بينهما. وأوضح
العبدلات أن التوقيع جاء خطوة تجديدياً وتحديث لاتفاقية مبرمة سابقاً
عام 2013 لخدمة المصالح العامة للمجلسين ورفعة سوية مهنة الطب
على الصعيد العربي، ولما وكبة التطورات الجديدة فيما يخص أسس
الاعتماد للمؤسسات والبرامج التدريبية، وإجراءات تنفيذ الامتحانات،
وتضمن بنوداً تتعلق بالتطوير المهني المستمر والدراسات والبحوث،
بما يخدم عمل المجلسين. من جهته، أشار الرواس إلى الدعم الذي يتلقاه
المجلس العربي من الأردن منذ احتضانه مقر أعماله، مشيداً بالتسهيلات
التي تقدمها مختلف الجهات المعنية في المملكة لعقد أنشطته.
وبين أن توقيع مذكرة التفاهم واتفاقية التعاون التنفيذية مع المجلس
الطبي الأردني تأتي في إطار سعي المجلس العربي للفتاح على المؤسسات
المناطرة عربياً وإقليمياً وعالمياً لتحقيق رسالته التي خطتها له وزراء
الصحة العرب في تحسين الخدمات الصحية في الدول العربية عن طريق
تأهيل اختصاصيين في المجالات الصحية ذوي كفاءة مهنية وعلمية عالية،
ووفق المعايير العالمية.

بدرورها، أكدت ساترفيلد، أهمية
الشراكة القائمة بين الجانبين، وحرص
الجانب الأميركي على دعم جهود
الحكومة الأردنية في مجالات التعليم
وحفظ التراث الحضاري والثقافي.
وشددت ساترفيلد على ضرورة
تشجيع الطلبة على التفكير في اختيار
مسارات تعليمية متنوعة في الجامعات
والمدارس المهنية المناسبة لهم، وتهيئة
بيئة تعليمية تشجع الفنون والعلوم
الإنسانية والتخصصات التي من شأنها
توفير فرص العمل التي تدعم الاقتصاد
الإبداعي.
وأشارت ساترفيلد إلى أن هناك
ما يزيد على 4000 مؤسسة للتعليم
الجامعي، والمدارس المهنية في الولايات
المتحدة، يستطيع الطلبة البحث عما
يتناسبهم من تخصصات، وهي مكان متاح
لتعلم الجميع.

2023-2027)، التي أقرها مجلس
الوزراء في شهر نيسان الماضي، وتتضمن
خطة عمل تنفيذية يتم صياغتها بمشاركة
جميع المؤسسات والجهات والمنظمات
والأفراد المعنيين بالشأن الثقافي في
الأردن.
وأوضحت، أن الاستراتيجية تسعى
إلى جُملة من المحاور، منها التمكين
والاستثمار في المبدعين والفنانين،
واستثمار الموارد الثقافية، والترويج
للصناعات الإبداعية، والاستفادة من
الثقافة بصفتها محركاً لرؤية التحديث
الاقتصادي في الأردن.
كما تحدثت عن أهمية الربط بين
الثقافة والسياحة والتعليم، وتحويل
الصفوف إلى فضاءات ثقافية؛ لما للثقافة
من دور في تهذيب وفضل الشخصية
ورفع الذائقة الفنية، وغرس الأفكار
المبدعة والإيجابية بين أفراد المجتمع.

شركة كهرباء محافظة اربد المساهمة العامة المحدودة
Irbid Electricity
إعلان فصل التيار الكهربائي
ستقوم شركة كهرباء محافظة اربد يوم الثلاثاء الموافق 2023/05/24 بإجراء أعمال
صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن النعيمية الحي
الشرقي، حي القبرة، منطقة مركز صحي النعيمية، منطقة مسجد عثمان بن عفان وذلك
من الساعة التاسعة صباحاً وغاية الساعة الرابعة مساءً وعن زحزح، كفرحنا من الساعة
السابعة والنصف صباحاً وغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة اربد.
وعن شارع الغنصاء، شارع ابو مطر، شارع مالك بن انس، شارع ابو حنيفة، حي الحسين،
شارع عطالله غصاب، شارع الترمذي، شارع الفوازري، شارع عمر المختار، شارع فراس
العلوي، الجاويين لركز صحي حي الحسين في مدينة المرق من الساعة الثامنة صباحاً
وغاية الساعة الثالثة عصراً. وعن زملة الطريقي بجانب عمل البلوك من الساعة الثامنة
صباحاً وغاية الساعة الرابعة والنصف مساءً في محافظة المرق.
وعن اورود، الروه من الساعة التاسعة والنصف صباحاً وغاية الساعة الثالثة عصراً في
محافظة عجلون.
قسم العلاقات العامة

دراسة: الصيام المتقطع يمكن أن يؤدي للتعافي من داء السكري من النوع ٢



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

هل يتلقى الرجال والنساء نصائح متشابهة للحفاظ على صحة القلب؟



والذين يعتبرون مؤهلين لتلقي الأدوية الخافضة للدهنيات من عائلة الستاتينات (Statins) وقد بلغ عددهم ٢٩٢٤ مريضاً. نتائج المقارنة وقام الباحثون بعد ذلك بمقارنته احتمالية تلقي كل من الرجال والنساء للستاتينات بالمجموعة التي أظهر التحليل أن أصحابها مؤهلون لتلقي الستاتينات. وقاموا كذلك بحساب احتمالية تلقيهم نصائح تتعلق 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 او السعرات الحرارية بنسبة ١١٪. وتابعت الدكتورة ولانداري والتحليل 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. وتُصح النساء وفقاً للدراسة بأن يحسّن من النظام الذي يتبعنه في حياتهن، في حين ينصح الرجال بأخذ أدوية تُخفّض الدهون من عائلة الستاتينات (Statins).

عُرِضت نتائج الدراسة بمؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب/آسيا (ESC Asia) والذي تم عقده في ستغافورة مطلع ديسمبر/كانون الأول الحالي، بتنظيم من الجمعية الأوروبية لأمراض القلب (European Society of Cardiology) وجمعية آسيا والمحيط الهادي لأمراض القلب (The Asian Pacific Society of Cardiology) (APSC) واتحاد دول جنوب شرق آسيا لأمراض القلب (The Asean Federation of Cardiology) وجمعية (AFC). وكتب عن الدراسة موقع "يوريك ألرت" (EurekaAlert).

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 الهادي لأمراض القلب (The Asian Pacific Society of Cardiology) (APSC) واتحاد دول جنوب شرق آسيا لأمراض القلب (The Asean Federation of Cardiology) وجمعية (AFC). وكتب عن الدراسة موقع "يوريك ألرت" (EurekaAlert).

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 والنصح من النظام الغذائي الذي يتبعه لتقليل خطورة الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، بينما يطلب من الرجال تناول أدوية خافضة للدهون. يأتي ذلك رغم أن التوصيات الطبية نفسها تنطبق على الجنسين. وقد أظهرت دراسات سابقة أن العلاج المقدم 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. واستخدمت الدراسة بيانات المرضى المتوافرة من المسح الوطني الأمريكي لفحص الصحة والغذاء (the US National Health and Nutrition Examination Survey) (NHANES) الفترة ما بين ٢٠١٧ و٢٠٢٠. واشتملت على أكثر من ٨ آلاف رجل وامرأة لا يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية، وتتراوح أعمارهم بين ٤٠ و٧٩ عاماً. وقد صنّف المرضى بأنهم في عرضة متزايدة لأمراض القلب والأوعية الدموية -وفقاً لقياس الخطورة-

شراب سحري يساعدك على خسارة يلوغرامات إضافية

وكالات
العلاج المبكر هو عبارة عن رذاذ بخاخ للأنف يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل
أظهرت تجربة أولية على البشر نتائج واعدة لعلاج مبكر لانقطاع التنفس أثناء النوم، هو عبارة عن رذاذ أنفي. وعلى الرغم من أن هذا العلاج لا يزال بعيداً عن الاستخدام السريري، لكن النتائج المبكرة تشير إلى أن استخدام رذاذ الأنف السريع قبل النوم يمكن أن يبقى مجرى الهواء مفتوحاً بشكل فعال طوال الليل، وفقاً لما نشره موقع New Atlas نقلاً عن دورية Chest.
أوضح داني إيكارت، كبير الباحثين في الدراسة الجديدة التي أجرتها جامعة فليندرز، أنه "في الوقت الحالي، لا توجد علاجات دوائية معتمدة لانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم OSA، لكن مع التقدم الذي تم إحرازه فيما يتعلق بفهم الأسباب المختلفة لإصابة الأشخاص بانقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم، تزداد إمكانية الحصول على أدوية جديدة فعالة بشكل أقوى كل عام".
علاج تقليدي غير مريح
والعلاج الأكثر شيوعاً لانقطاع التنفس أثناء النوم هو جهاز ميكانيكي يسمى CPAP وهو اختصار لـ(ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر)، ويستخدم هذا الجهاز بشكل أساسي الهواء المضغوط لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم.

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

ويتمكن أن تكون أجهزة الضغط الإيجابي المستمر في المسالك الهوائية أداة فعالة للغاية لإدارة انقطاع النفس أثناء النوم، لكنها معروفة بأنها ضيقة وغير مريحة. ويتوقف ما يقرب من واحد من كل ١٠ أشخاص عن استخدام أجهزته بعد ليلة واحدة فقط، في حين أن حوالي ٥٠٪ لا يستخدمون العلاج لأكثر من عام. العضلة الموسعة للبلعوم وهناك الكثير من العمل الجاري للبحث عن علاجات عقاقير لمكافحة توقف التنفس أثناء النوم، لكن لم تتم الموافقة رسمياً على أي دواء منها حتى الآن. وتهدف الدراسة الجديدة إلى اختبار عقار جديد مصمم لزيادة نشاط العضلة الموسعة للبلعوم. وقالت الباحثة الرئيسية في الدراسة أمل عثمان إن "العقار الذي اختبرناه مصمم لاستهداف مستقبلات معينة يتم التعبير عنها على سطح الشعب الهوائية العلوية، مما يؤدي إلى تنشيطها بسهولة أكبر للعضلات المحيطة لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً أثناء النوم". وكانت النتائج الأولية للتجارب واعدة، حيث أدى الدواء الجديد إلى فتح مجرى الهواء بشكل مستمر خلال نوم ليلة كاملة. كما كانت النتائج متسقة بغض النظر عن طريقة التطبيق، مما يعني أن بخاخ الأنف البسيط يمكن أن يكون أسهل طريقة لتقديم العلاج لتوقف التنفس أثناء النوم. وأضاف 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".

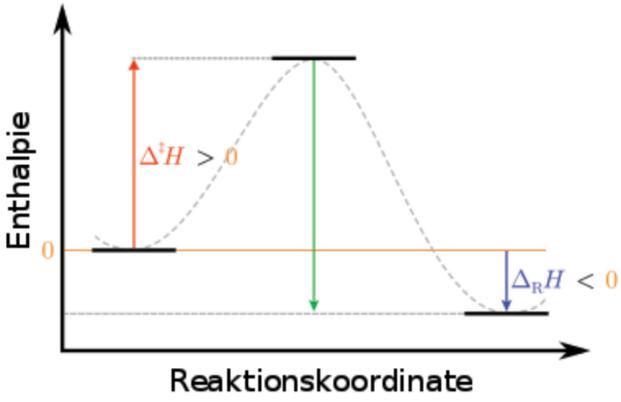
تناول كميات أقل من الطعام ونشاط بدني أكثر.. لن ينقص وزنك!

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 يدعمها 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 وزنه، 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 ترينبليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلد لعلوم 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 ترينبليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلد لعلوم التغذية والمعالجين الفيزيائيين المسجلين، بدلاً من الأطباء الممارسين العامين أو غير المتخصصين في التغذية والعلاج الفيزيائي إلى إرشادات واضحة حول كيفية التحدث بشكل مفرط مع المرضى، الذين يعانون من السمنة حول فقدان الوزن بغرض تقديم مساعدة فعالة للمرضى الذين يريدون إنقاص الوزن.

تقول بروفيسور مادلين ترينبليت، الباحثة الرئيسية في الدراسة والباحثة النوعية في قسم نافيلد لعلوم التغذية والمعالجين الفيزيائيين المسجلين، بدلاً من الأطباء الممارسين العامين أو غير المتخصصين في التغذية والعلاج الفيزيائي إلى إرشادات واضحة حول كيفية التحدث بشكل مفرط مع المرضى، الذين يعانون من السمنة حول فقدان الوزن بغرض تقديم مساعدة فعالة للمرضى الذين يريدون إنقاص الوزن.

الامتزاز الكيميائي



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

النمذجة

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 كافتراق في الموقع: حيث أن القيمة الذاتية المتعلقة

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

القوي بين الماز وسطح الركيزة يخلق نوعاً جديداً من الروابط الإلكترونية. على النقيض من الامتزاز الكيميائي، الامتزاز الفيزيائي يترك الأنواع الكيميائية من المادة 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 الامتصاص). العملية العكسية هي شكل لفظ المادة المُمتزة من سطح الماز فتسمى تلك العملية بالعربية الانتزاز.

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

أو من الممكن أن يمر بإعادة هيكلية 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 هيكلية 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، وآلية إي-ريدبيل 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 وظهر تشوهات متطورة في ذريتهم . ٢٣﴿ في عام ٢٠٠٥ اكتشفت Diamond Pet Food السموم الفطرية ال Aflatoxin في المنتجات المصنعة في غاستون،ساوث كارولينا ٢٥﴿ ٢٤﴿ في ٢٣ ولاية أشارت Diamond Pet Food السموم الفطرية ال Aflatoxin في المنتجات المصنعة في غاستون،ساوث كارولينا ٢٦﴿ قائمة من النقشي مصادر دولية من زبدة الفول السوداني التجارية ، زيت الطبخ (مثل الزيتون والفول السوداني وزيت السمسم) ومستحضرات التجميل عرفت كملائة في السموم الفطرية ال Aflatoxin . ٢٧﴿ ٢٨﴿ ٢٩﴿ في بعض الحالات كاشف السائل اللوني (liquid chromatography) الى جانب قياس الطيف الكتلي mass 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﴿ ٢٩﴿ ٢٨﴿ ٢٠٣ كينيا : التسهم الحاد ، ١٢٠ شخص توفي ٣٢﴿ ٣١﴿ شهر ٢ - شهر ٣ من عام ٢٠١٣ : رومانيا ، صربيا ، كرواتيا الموردة الى اوروبا الغربية_ التلوث بالسموم الفطرية Aflatoxin ٢٠١٣ شهر ٢ من عام ٢٠١٣ : منطقة لوا تلوثة ٣٣﴿ عام ٢٠١٤ (سارية للان) : نيبال وبنغلادش ، التعرض لحديتي الولادة حيث وجدت في الحبل السري ٣١﴿

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 وفيتامين ب ، وحمية غذائية عالية البروتين ومحتوى كاف من الكربوهيدرات . اصابة الانسان هناك نوعين من التقنيات التي استخدمت في معظم الاحيان للكشف عن مستويات ال AFLATOXIN في الانسان. الطريقة الاولى ... هي في قياس ال AFB١-guanine adduct - في عينة البول . ووجوده يشير لتعرض ال AFB١ في AFB١-albumin في مسيل الدم . وقياسه يوفّر قياس أكثر تكاملاً للاصابة على مدى عدة أسابيع أو أشهر . اصابة الحيوان في الكلاب ال Aflatoxin لديه القدرة أن يؤدي الى امراض الكبد . يتطلب التعرض لمستويات منخفضة من السموم الفطرية ال Aflatoxin لغذرات مستمرة لعدة أسابيع أو أشهر لتظهر علامات فشل وظائف الكبد . ١٩﴿ بعض الحالات ابدت اقتراحتها في مستوى السمية في طعام الكلاب هي ما بين ١٠٠-٣٠٠ ppb (جزء في البليون) ويطلب التعرض المستمر أو استهلاك لبضعة أسابيع الى أشهر لتطور السموم الفطرية ال Aflatoxin . ٢٠﴿ لا معلومات تشير الى توقعات تغطي أن الكلاب ستخضع لاحقا الى مرض ناجم عن ال Aflatoxin الديدك الرومسي للغاية معرضة للتسمم الفطري ال Aflatoxin . كشفت الدراسات الحديثة أن هذا يعود الى السايكوتروم P٤٥٠ وهو التمثيل الغذائي الوسيط Mediated metabolism للمسمم الفطري Aflatoxin B١ في كبد الديدك الرومي ونقص glutathione-S- ال

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 بزييف وذمة 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﴿

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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 الاكثر سمية وتتجه كلا من Aspergillus and B١ flavus parasiticus M١ Aflatoxin تظهر في مرقق التخمير ال Aspergillus parasiticus M٢ لكن هي والنوع B١ and B١ Aflatoxin B١ ينتجها Aspergillus flavus and parasiticus M٢ Aflatoxin G١ and Aflatoxin G٢ تنتجها ال Aspergillus parasiticus M١ Aflatoxin مستقل من Aflatoxin B١ (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب ال ام) Aflatoxin M٢ المستقلية من Aflatoxin ب١ Aflatoxin Q١ (AFQ) المستقل من AFB١ خارج الكبد استعدادا للفقايات الاعلى ١٠﴿ شروط الاصابة السموم الفطرية تنتجها ال Aspergillus flavus and parasiticus وهي

مأم منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد ال ايبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مستق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿ وقد صيغ ذلك في حواليا عام ١٩٦٠ بعد اكتشافه كسبب لمرض تركيا " Turkey X disease" والسموم الفطرية Aflatoxin ٢﴿ في بعض التجمعات الرئيسية للسموم الفطرية Mycotoxin ٤﴿ ٥﴿ الانواع الرئيسية للسموم الفطرية وعمليات استقلابها على الاقل هناك ١٤ صنف مختلف

السموم الفطرية سامة ومسرطنة بسبب الكيماويات التي تنتجها والتي 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 للاصابة 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



الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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 الاكثر سمية وتتجه كلا من Aspergillus and B١ flavus parasiticus M١ Aflatoxin تظهر في مرقق التخمير ال Aspergillus parasiticus M٢ لكن هي والنوع B١ and B١ Aflatoxin B١ ينتجها Aspergillus flavus and parasiticus M٢ Aflatoxin مستقل من Aflatoxin B١ (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب ال ام) Aflatoxin M٢ المستقلية من Aflatoxin ب١ Aflatoxin Q١ (AFQ) المستقل من AFB١ خارج الكبد استعدادا للفقايات الاعلى ١٠﴿ شروط الاصابة السموم الفطرية تنتجها ال Aspergillus flavus and parasiticus وهي

مأم منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد ال ايبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مستق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿ وقد صيغ ذلك في حواليا عام ١٩٦٠ بعد اكتشافه كسبب لمرض تركيا " Turkey X disease" والسموم الفطرية Aflatoxin ٢﴿ في بعض التجمعات الرئيسية للسموم الفطرية Mycotoxin ٤﴿ ٥﴿ الانواع الرئيسية للسموم الفطرية وعمليات استقلابها على الاقل هناك ١٤ صنف مختلف

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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 الاكثر سمية وتتجه كلا من Aspergillus and B١ flavus parasiticus M١ Aflatoxin تظهر في مرقق التخمير ال Aspergillus parasiticus M٢ لكن هي والنوع B١ and B١ Aflatoxin B١ ينتجها Aspergillus flavus and parasiticus M٢ Aflatoxin مستقل من Aflatoxin B١ (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب ال ام) Aflatoxin M٢ المستقلية من Aflatoxin ب١ Aflatoxin Q١ (AFQ) المستقل من AFB١ خارج الكبد استعدادا للفقايات الاعلى ١٠﴿ شروط الاصابة السموم الفطرية تنتجها ال Aspergillus flavus and parasiticus وهي

مأم منها . السموم الفطرية هي من بين اكثر المواد المعروفة المسببة لسرطان بعد دخول السموم الفطرية للجسم تتم عملية استقلابها في الكبد ال ايبوكسيد او الهيدروكسيل لتصبح السموم الفطرية اقل ضرارا m١ السموم الفطرية بلعها اكثر شيوعا لكن النوع الاكثر سمية الفطر b١ حيث يتخلل من خلال الجلد ٥﴿ ٦﴿ ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FDA) حددت مستوى نشاط السموم الفطرية التي تظهر في الغذاء والاعلاف هي ٣٠٠-٢٠٠ ppb ادارة الغذاء والدواء الولايات المتحدة (FAD) اعلنت عن مناسبة لتذكير كارجاء وقائي لمنع تعرض كل من غذاء الانسان والحيوان للاصابة . اسم السموم الفطرية aflatoxin مستق من اسم احد انواع الفطريات mold التي تنتجها Aspergillus flavus ٥﴿ وقد صيغ ذلك في حواليا عام ١٩٦٠ بعد اكتشافه كسبب لمرض تركيا " Turkey X disease" والسموم الفطرية Aflatoxin ٢﴿ في بعض التجمعات الرئيسية للسموم الفطرية Mycotoxin ٤﴿ ٥﴿ الانواع الرئيسية للسموم الفطرية وعمليات استقلابها على الاقل هناك ١٤ صنف مختلف

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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 الاكثر سمية وتتجه كلا من Aspergillus and B١ flavus parasiticus M١ Aflatoxin تظهر في مرقق التخمير ال Aspergillus parasiticus M٢ لكن هي والنوع B١ and B١ Aflatoxin B١ ينتجها Aspergillus flavus and parasiticus M٢ Aflatoxin مستقل من Aflatoxin B١ (التعرض في مستويات NG قد تأتي من حليب ال ام) Aflatoxin M٢ المستقلية من Aflatoxin ب١ Aflatoxin Q١ (AFQ) المستقل من AFB١ خارج الكبد استعدادا للفقايات الاعلى ١٠﴿ شروط الاصابة السموم الفطرية تنتجها ال Aspergillus flavus and parasiticus وهي

الاخصاب المضاعف (double fertilization)

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

الاشعاع شيوعا من فطريات " الاعشاب الضارة " وهي واسعة الانتشار في الطبيعة . لكن وجود هذا النوع من الفطريات لا يشير الى وجود مستويات ضارة من السموم الفطرية Aflatoxin لكنها تشير الى وجود خطر كبير. الفطريات mold تستطيع تشكيل مستكراتها وتهاجم الاطعمة قبل حصادها أو خلال تخزينها وخاصة بعد تعرضها لفترات طويلة للبيئة ذات الرطوبة العالية أو لظروف ضاغطة مثل الجفاف . الموطن الاصلي لل Aspergillus في التربة ، تدهور الغطاء النباتي ، والتين والحجوب 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 Aspergillus 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

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

إذن، ما هو الجديد؟ فيما تظن أن 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 التغيرات الأيضية
- ضعف الميتوكوندريا
- تراكم خلايا خاملة ضارة تؤدي لالتهاب الخلايا السليمة
- استنفاد الخلايا الجذعية
- اضطراب الاتصالات بين الخلايا وإنتاج الجزيئات الالتهابية

تفاصيل معقدة

ربما تكون هذه التفاصيل معقدة بعض الشيء ولذا 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 البريبيجينية 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 هارفرد، 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

ويما 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 الفطور
إن تناول بعض الأطعمة المصنعة على الفطور يعتبر من أسوأ العادات التي تبدأ بها يومك، حيث إنها قد تدمر أي نظام غذائي لإنقاص الوزن. فالأطعمة المصنعة غنية بالدهون والسكريات والملح، وبالتالي فهي تعيق أي محاولات لإنقاص الوزن، كما أنها تزيد من الشهية. ويمكن استبدال هذه الأطعمة المصنعة بالفواكه أو الشوفان أو المكسرات مثلاً.

ضمادة ذكية تكشف الالتهابات البكتيرية.. بهذه الطريقة



طور فريق علمي ضمادة ذكية تساعد في تشخيص الالتهابات البكتيرية عن طريق تغيير اللون عندما تستشعر وجود بكتيريا في موضع الإصابة بالجسم وتقوم بإفراز الدواء اللازم للقضاء عليها، وفق صحيفة "دايلي ميل" البريطانية. ويقول فريق العلماء من الأكاديمية الصينية للعلوم إن معلمهم ربما يساعد على 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 استشعار وعلاج الالتهابات البكتيرية بسرعة يمكن أن يساعد في تحسين تعافي المرضى، إضافة إلى كبح انتشار الميكروبات المقاومة للمضادات الحيوية.

تكايف زهيدة ونتائج سريعة

وكتب الباحثون في دورية ACS Central Science: "يعد استشعار الالتهابات البكتيرية ومراقبة مقاومة الأدوية أمراً مهماً للغاية في اختيار خيارات العلاج. ويطور هذا البحث أسلوباً جديداً من أجل الاستخدام الرشيد للمضادات الحيوية".

كما يرى الفريق أن ضماداتهم الذكية تعد خياراً منخفض التكلفة بالمقارنة مع الأساليب الشائعة لاستشعار المقاومة، خاصة وأن الأساليب التقليدية محدودة لأنها تستغرق وقتاً طويلاً وتتطلب أدوات باهظة الثمن.

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 مهيمناً، حيث يقول الأطفال إنهم يقضون في المتوسط نحو ساعتين ونصف الساعة يومياً في متابعة مواد على موقع "يوتوب".

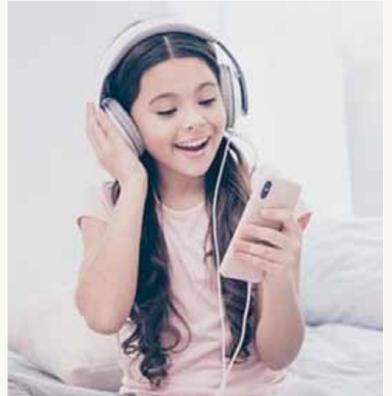
الذين يمتلكون هواتف يتصلون أيضاً بالإنترنت. وبشكل عام، يقضي الأطفال في المتوسط نحو ثلاث ساعات و٢٠ دقيقة كل يوم في المراسلة والعباب ومتابعة مقاطع فيديو على موقع "يوتوب".

محتوى إعلامي يواكب التطور
وأشار سايمن 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 تختلف من بلد لآخر بحسب عوامل متعددة، وصدت الدراسة أيضاً أنه بحلول عمر ١١ عاماً، يكون لدى تسعة من كل ١٠ أطفال جهازهم الخاص.

على مستوى العالم

كما أوضحت الدراسة أيضاً أن ملكية الهاتف المحمول أصبحت حالياً على مستوى العالم تقريباً، منتشرة بمجرد أن يلتحق الأطفال بالمدارس الثانوية، وفقاً لنتائج



هذه مخاطر وأسباب ارتفاع ضغط الدم.. وطرق الوقاية والعلاج



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

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

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

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

لتجنب الإرهاق في العمل.. إليك هذه النصائح

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

٢- قلل فترات 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

بدء أعمال القمة العربية الثانية والثلاثين في جدة



جدة

بدأت في جدة بالمملكة العربية السعودية، الجمعة، أعمال الدورة الثانية والثلاثين لمجلس جامعة الدول العربية على مستوى القمة، بمشاركة جلالة الملك عبد الله الثاني الذي يترأس الوفد الأردني إلى أعمال القمة، وعدد من الزعماء والقادة ورؤساء الوفود العربية.

ورافق جلالته الملك إلى أعمال القمة، سمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني، ولي العهد، وسلم الوزير الأول الجزائري أمين بن عبد الرحمن رئاسة القمة إلى سمو ولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز.

الرئيس الجزائري وألقى الوزير الأول كلمة الرئيس الجزائري عبدالمجيد تبون، قال فيها إن العالم يعيش تحديات تستدعي توحيد الصف العربي. ثمنا كل الجهود المبذولة لتسوية الأزمة اليمنية. وأضاف "يجب تعزيز التضامن مع أشقائنا في الصومال وجيبوتي، لتفادي كارثة إنسانية يهدد الشعبين الشقيقين.

وأشار إلى أن الجزائر تهنئ جهود السعودية لإعادة سوريا إلى الجامعة العربية، مرحبا باستعادة سوريا مقعدها في الجامعة العربية.

وقال "سخرنا دبلوماسيتنا لحشد الدعم للقضية الفلسطينية، وحرصنا على إعادة توحيد الصف الفلسطيني، مطالبا المجتمع الدولي بتحمل مسؤولياته تجاه الشعب الفلسطيني، ووضع حد لسياسة الاستيطان الإسرائيلي.

كما طالب المجتمع المدني وخاصة مجلس الأمن الدولي لوقف الاعتداءات المستمرة وضمان حماية الشعب الفلسطيني وتمكينه من استرجاع حقوقه المشروعة، وعلى رأسها إقامة دولته المستقلة وعاصمتها القدس الشريف وفقا لمبادرة السلام العربية.

ويعد تسلمه رئاسة القمة العربية، أعلن ولي العهد السعودي سمو الأمير محمد بن سلمان عن افتتاح القمة.

ولي العهد السعودي

ورحب ولي العهد السعودي، بالقادة العرب الحاضرين والرئيس الأوكراني فلوديمير زيلينسكي.

وقال "نؤكد للدول الصديقة في الشرق والغرب بأننا ماضون في السلام"، مشددا على أننا لن نسجم بأن تتحول منطقتنا إلى منطقة صراعات.

وقال إن القضية الفلسطينية كانت ولا زالت قضية العرب المحورية.

وأضاف "نأمل أن تشكل عودة سوريا إلى الجامعة العربية نهاية لأزماتها، مبريا عن أمه أن تكون لفة الحوار في الأساس في السودان.

أمين عام جامعة الدول العربية وقال أمين عام جامعة الدول العربية أحمد أبو الفيط، في كلمة ألقاها، إن المشهد الدولي يمر بواحدة من أشد الفترات خطورة في التاريخ المعاصر، وأراه زمن استقطاب وتنافس هائل بين القوى الكبرى على حساب القوى الأضعف أو المنحدرة، داعيا الدول العربية في هذه المرحلة التاريخية أن تلتزم بالتنسيق فيما بينها والعمل الجماعي سبيلا أكيدا، لتعزيز الكتلة العربية في مواجهة ضغوط الاستقطاب.

وأضاف أن أزمات منطقتنا العربية لم تجد للحل طريقا بعد عقد أو أكثر من المعاناة والدماء والألام فملايين العرب ما زالوا لاجئين ونازحين، واليوم أضيف إلى أحزان هذه الأمة حزن جديد في السودان يدفع المدنيين ثمنا ضخما لمواجهة المسلحة داعيا فرضه البعض على هذا البلد العزيز، داعيا إلى توقف المواجهات والصود دماء الشعب وحفاظا على السودان ومقدراته ووحداته الترابية وسلامه مؤسساته الوطنية.

ورحب بعودة سوريا إلى مقعدها في هذا المجلس تهديدا لمعالجة الأزمة التي تعاني منها البلاد ما يربو على العقد سواء في أسبانيا وأصولها والتي يظل الجهل السياسي السبيل الوحيد لتسويتها أو تبعاتها التي تجاوزت حدود الوطن السوري.

وقال لقد عانت المنطقة العربية زمنا، ولا تزال من التدخلات الإقليمية في شؤونها ولم تنتج هذه التدخلات سوى التمزق والفرقة والدم، مرحبا بالاتفاق الذي وقع بين السعودي وإيران في آذار الماضي. وشدد على أن العلاقات مع الجيران كافة يجب أن تناسس دوما على أساس احترام مبادئ حسن الجوار وعدم التدخل في الشؤون الداخلية للدول.

وحمل حكومة الاحتلال الإسرائيلي التصعيد المروع في منسوب العنف والقتل في الشهر الأخيرة، وحياسمود الفلسطينيين في كل مكان.

الرئيس الأوكراني

وأعرب الرئيس الأوكراني فلوديمير زيلينسكي في كلمته ألقاها عن أمه بأن تكون قمة جدة دعما، ومساندا، في حماية شعب بلاده، ولا سيما السلمين منهم.

وقال التزام الموقف العربي منذ بدء الأزمة في أوكرانيا بموقف داعم للحل السلمي دون الانحياز لطرف على حساب الآخر، واليوم هو اليوم ٤٥٠ للحرب الشاملة من قبل روسيا، ولكننا صامدون لأن الحق إلى جانبنا، ولم يختار الأوكرانيون الحرب ولكنهم لن يخضعوا أبدا.

وأشار إلى العلاقات العربية الأوكرانية، وأن آلاف الطلبة العرب يدرسون في جامعات أوكرانيا.

رئيس مفوضية الاتحاد الإفريقي ودعا رئيس مفوضية الاتحاد الإفريقي موسى فقهي، القمة العربية المنعقدة في جدة اليوم، لتخاذ قرارات حاسمة لحل الأزمة في السودان، مشددا على ضرورة تشكيل كتلة دولية تحقق السلام في السودان.

وقال "ليس من مصلحة السودان استمرار الصراع والاحتلال، مؤكدا أن مغامرة العنف باسودان تهدد المنطقة.

ورحب بجهود السعودية والولايات المتحدة للتوصل إلى اتفاق لوقف إطلاق النار وإيصال المساعدات الإنسانية.

وأشار إلى أن الحرب الروسية الأوكرانية تهدد مصادر الطاقة والأمن الغذائي في العالم. أمين عام منظمة التعاون الإسلامي وأكد أمين عام منظمة التعاون الإسلامي حسن إبراهيم طه في كلمة ألقاها، عمق الترابط بين منظمة التعاون الإسلامي وجامعة الدول العربية، معبرا عن رغبته في زيادة هذه الروابط.

وقال "يواجه العالم الإسلامي تحديات تتطلب التضامن وتكثيف الجهود فيما يتعلق بالقضية الفلسطينية ووقف الاعتداءات الإسرائيلية الفاشمة على الشعب الفلسطيني ومقدساته وخصوصا المسجد الأقصى المبارك.

ودعا إلى تعزيز الجهود على الساحة الدولية لتوفير الحماية الدولية للشعب الفلسطيني وإقامة دولته المستقلة على حدود عام ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشريف، حسب قرارات الشرعية الدولية ومبادرات الدول الإسلامية والعربية، كما تطرق إلى الأزمة السودانية ودعوة المنظمة لوقف إطلاق النار والحوار لحل الخلافات.

ولفت إلى ترحيب المنظمة بالمبادرة السعودية الأمريكية بشأن السودان، داعيا السوادنيين إلى قلب المصلحة الوطنية وحماية وحدته ومؤسساته.

وأكد على وحدة الأراضي في اليمن وليبيا واليمن وسلامة شعوبها أولوية، والتضامن مع الصومال الشقيق.

الرئيس المصري

وقال الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي، إن منطقتنا تمر بخروف عصيبة تهدد حاضرها ومستقبلها، مشيرا إلى أن الحفاظ على الدولة الوطنية ضرورة للحفاظ على مصالح الشعوب العربية، وتطبيق مبدأ العمل العربي المشترك في التعامل مع الأزمات الدولية.

وحذر من أعمال التصعيد غير المسؤولة من قبل إسرائيل في الأراضي الفلسطينية، والتي كان آخرها ما شهد قطاع غزة. وقال إن مصر مستمرة في جهودها لتثبيت التهدئة، محذرا من أن استمرار إدارة الصراع عسكريا وأمنيا سيؤدي إلى عواقب وخيمة على الشعبين الفلسطيني والإسرائيلي.

وأكد التمسك بالخيار الاستراتيجي لتحقيق السلام الشامل والعاذل من خلال مبادرة السلام العربية على أساس قرارات الشرعية الدولية، ومطالبة إسرائيل بإنهاء الاحتلال وإقامة الدولة الفلسطينية على حدود ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية.

وقال إن الأزمات في السودان وليبيا تؤكد ضرورة تفعيل العمل العربي المشترك. وأوضح أن عودة سوريا إلى الجامعة العربية بداية لحل الأزمة.

ملك البحرين

وقال ملك البحرين حمد بن عيسى آل خليفة أرحب بالساعي العربية الجادة التي نجد فيها بوادر مبشرة لبلورة نظام إقليمي متجدد ومتوازن، والمتملة باستئناف العلاقات الدبلوماسية بين السعودية وإيران، واستمرار الهدنة الإنسانية في اليمن والجهود الجادة لحل أزمتها، والعود الحميد للشقيقة سوريا إلى بيت العرب الكبير، وأكد ضرورة وقف الاشتباكات المسلحة في السودان وعودة أمنه واستقراره وحفظ حقوقه المشروعة إلى جانب حقوق الشقيقة مصر في مياه النيل، والعمل على استكمال مسيرة السلام للوصول لحل عادل للقضية الفلسطينية، وهو حل الدولتين وفق مبادرة السلام العربية، وبما يضمن حق الشعب الفلسطيني الشقيق في إقامة دولته المستقلة، وعاصمتها القدس الشرقية. وأعرب عن الأمل بنجاح الجهود المشتركة في تحقيق السلام بين روسيا وأوكرانيا، لعودة الأمن والسلم لشعب البلدين والدول المجاورة، وليستعيد العالم عافيته الاقتصادية والبيئية التي تنهكتها آلة الحرب.

الرئيس الفلسطيني

ودعا الرئيس الفلسطيني محمود عباس، القادة العرب إلى دعم تنفيذ قرار الجمعية العامة الأخير، وتقديم المرافعة المكتوبة من قبل دولهم أمام محكمة العدل الدولية، لإصدار رأيها الاستشاري، وفتواها، حول قانونية وشكل وأهلية النظام الذي أقامته إسرائيل.

وأكد في كلمته أمام القمة العربية، رفض استمرار استباحة سلطات الاحتلال الإسرائيلي للأرض والمقدسات، مطالبا المجتمع الدولي بمحاسبة إسرائيل على جرائمها بحق شعبنا وتوفير الحماية الدولية له. وأشار الرئيس عباس إلى أن إسرائيل تتنكر للاتفاقات الموقعة والقرارات الأممية وتتمسك بمشروع استعماري بديل يقوم على استمرار الاحتلال والتطهير العرقي والفضل العنصري.

وأعرب عن فخره بأن القمة العربية ستنتج في مواجهة التحديات الإقليمية والعالمية التي تواجه أمنا، مؤكدا استعداد دولة فلسطين للعمل معها، بقيادة السعودية لإيجاد الجهود العربية والإقليمية والدولية، في إطار من الشراكة والتعاون، وإيجاد حلول لأزمات المنطقة، وصولا لتحقيق الأمن والسلام والازدهار لشعبونا.

وأكد مواصلة العمل من أجل وحدة شعبنا وأرضنا وتحقيق المصالحة الوطنية على أساس الالتزام ببرنامج منظمة التحرير والشرعية الدولية.

وحول قرار الأمم المتحدة إحياء ذكرى النكبة الـ٧٥ للمرة الأولى منذ عام ١٩٤٨، قال، إن هذا القرار الأممي يشكل دحضا للرواية الصهيونية الإسرائيلية التي تنكرت على مصالح الشعوب العربية، وتطبيق مبدأ العمل العربي المشترك في التعامل مع الأزمات الدولية.

الرئيس الموريتاني

ودعا الرئيس الموريتاني محمد ولد الشيخ الغزواني في كلمته إلى رص الصف العربي المشترك لتحسين القدرة الجماعية على الصمود في وجه مختلف التحديات وفعالية الجهود لتحقيق ما نطمح به من استقرار.

وأشار إلى أن العمل العربي المشترك يعزز الحضور العربي على الساحات الدولية سياسيا واقتصاديا وبيئيا وثقافيا.

وأكد إدانة بلاده للاعتداءات الإسرائيلية، والتأكيد على حق الفلسطينيين في إقامة دولتهم المستقلة على حدود ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية وفقا لقرارات الشرعية الدولية ومبادرة السلام العربية.

كما دعا إلى بذل الجهود الممكنة لوقف الأعمال القتالية بشكل دائم وفعال في السودان، والتأسيس لحل سياسي شامل فيه.

ورحب بعودة سوريا إلى الحوض العربي

على طريق استعادة دورها التاريخي في تعزيز العمل العربي المشترك.

الرئيس التونسي

وقال الرئيس التونسي قيس بن سعيد إن تونس ثابتة على مواقفها واستقلال قرارها الوطني، وعلى عدم الانخراط في أي تحالف ضد آخر، وشعبها مصر على مبدأ المساواة بين الدول.

وأضاف "إذا كانت العولة التي ظهرت في بداية التسعينيات قد بلغت مداها وانقلبت على عاقبها، فنحن نرفض أن تكون مرة أخرى ضحايا لنظام عالمي جديد لا يشارك في إرسانه وترتيبه.."

ولفت سعيد إلى أن التحديات التي نواجهها كبيرة، ولا شك أننا نشترك في نفس الإرادة من أجل رفعها وتحطيمها، وأولى هذه التحديات الحفاظ على دولنا لأن هناك من يعمل على إسقاطها حتى تقبيل المؤسسات ونعم الفوضى بالافتتالات الداخلية.

ورحب بعودة سوريا إلى أحضان جامعة الدول العربية، بعد أن دفع الشعب العربي السوري الثمن باهظا حتى تبقى سورية دولة واحدة.

وقال يجب وضع حد للانتهاكات ضد الشعب الفلسطيني والصمت الدولي تجاهها.

الرئيس السوري

وقال الرئيس السوري بشار الأسد، إن علينا منع التدخلات الخارجية في شؤون الدول العربية، وإن العمل العربي المشترك بحاجة إلى رؤى واستراتيجيات وأهداف مشتركة، متمنيا أن تشكل القمة بداية مرحلة جديد للعمل العربي للتضامن بيننا لتحقيق السلام في منطقتنا والتنمية والازدهار بدلا من الحرب والدمار.

وأضاف أن جامعة الدول العربية هي المنصة الطبيعية لمناقشة قضايانا المختلفة، وعليها تطوير منظومة عملها لتتماشى مع العصر، فامانا فرصة تاريخية لإعادة ترتيب شؤوننا العربية، وضرورة منع التدخلات الخارجية في الشؤون العربية.

وبين أن نبحت عن الضاوين الكبرى التي تهدد مستقبلنا وتنتج أزماتا كي لا نفرق ونفترق الأجيال القادمة بمعالجة النتائج لا الأسباب.

رئيس جيبوتي

وطالب رئيس جيبوتي إسماعيل عمر جيلة، بإلزام إسرائيل احترام القانون الدولي الإنساني ووقف جرائم الحرب التي ترتكبها وتوفير الحماية للشعب الفلسطيني، وتكثيف الجهود من أجل إقامة دولة فلسطينية قابلة للحياة، وعاصمتها القدس الشريف.

وقال "قوتنا تكمن في وحدتنا وتماسكنا في دعم القضايا العاجلة لامتنا، وفي مقدمتها القضية الفلسطينية في ظل إمعان الاحتلال الإسرائيلي في التتكيل بالشعب الفلسطيني الأعزل.."

وأضاف أنه لا سبيل لمواجهة التحديات إلا من خلال مواقف عربية موحدة ومتماسكة، ترتكز على آليات عمل جدية وفعالة.

ورحب بعودة سوريا إلى جامعة الدول العربية، مشيدا بالجهود التي أسهمت في عودتها. وجدد التأكيد على الموقف الثابت إلى جانب اليمن الشقيق.

الرئيس الصومالي

وقال الرئيس الصومالي حسن شيخ محمود إن بلاده تهنئ عودة سوريا للجامعة العربية، وللمارسه دورها التاريخي في مختلف القضايا العربية.

وأضاف أن الاشتباكات الأخيرة في السودان بين الجيش وقوات الدعم السريع، أمر مؤلم ومحزن، ويتطلب منا جميعا بذل كل الجهود، لوضع نهاية لتلك الأحداث، التي تحول دون تحقق ما يتطلع له الشعب السوداني من الأمن والاستقرار والأزدهار.

وأكد العزم على بذل كل الجهود لخدمة

قضايانا وقضايا بلداننا، وأعمالنا المشتركة.

ولي العهد الكويتي

وعبر ولي العهد الكويتي سمو الشيخ مشعل الأحمد الجابر الصباح عبر عن تفاؤله لبوادر لانفراجات الحاصلة في المنطقة، ومنها البيان بين السعودية وإيران برعاية الصين، مؤكدا أن هذه التفاهات ستعكس بشكل إيجابي على استقرار المنطقة وازدهارها وتحقيق تطورات شعبية.

كما عبر عن قلقه باستمرار بعض التحديات التي تؤثر في المنطقة العربية، وتنعكس على أمنها واستقرارها، ومنها الحرب الدائرة في أوكرانيا وتأثيرها على الأمن والسلم الدوليين، ما يتطلب وضع تصورات وآليات مناسبة للتعامل مع هذه التحديات.

وأكد تجديد تأييد دولة الكويت لما جاء في قرار جامعة الدول العربية رقم ٨٩١٤ وترحيبها بالبيان الصادر عن اجتماعي جدة وعمان، وأن تكون عودة سوريا إلى "بيت العرب" بداية لانتهاء الأزمة ومعاناة الشعب السوري، ودعم الكويت لوحدة الأراضي السورية.

كما أكد موقف دولة الكويت الثابت والداعم للشعب الفلسطيني في مواجهة الاحتلال الإسرائيلي وعدوانه وجرائمه التي تمس الوضع التاريخي لمدينة القدس، مشيرا إلى دعوة الكويت للمجتمع الدولي إلى القيام بدوره في إعادة إحياء عملية السلام وصولا إلى حل عادل وشامل وفق ما نصت عليه مبادئ الشرعية الدولية والمبادرة العربية، وبما يضمن حق الشعب الفلسطيني في إقامة دولته المستقلة على أرضه وعاصمتها القدس الشرقية.

دعا في ختام كلمته إلى بذل المزيد من الجهود وتنسيق المواقف العربية لضمان مستقبل أمن ومستقر في الوطن العربي في ظل التحديات الجسام التي تحيط به.

رئيس الوزراء العراقي

وأكد رئيس الوزراء العراقي محمد شياع السوداني أن موقف العراق ثابت في دعم الحق الفلسطيني في الأرض والسيادة.

ودعا الجامعة العربية لبناء كتل اقتصادية يستغل موارد الدول العربية لصالح الشعوب العربية.

ورحب بعودة سوريا إلى مكانها الطبيعي، وكذلك بالتقارب السعودي الإيراني بما يعود على أمن واستقرار المنطقة..

وطالب بالعمل من أجل منع انزلاق السودان للتناحر مرحبا بمبادرات الحل. ولفتح إلى تطلعه لحضور الزعماء العرب قمة ٢٠٢٥ لتستضيفها العاصمة العراقية بغداد.

رئيس الوزراء اللبناني

واعتبر رئيس الوزراء اللبناني نجيب ميقاتي أن طول أمد الأزمة في لبنان، وتعثر معالجتها، وتزايد أعداد النازحين السوريين، يجعل من أزمة النزوح أكبر من قدرة لبنان على التحمل.

وأشار إلى أن العودة لا يمكن أن تتحقق إذا لم تتضافر الجهود العربية، وبدون مؤازرة من المجتمع الدولي والحوار مع سورية، لوضع خريطة طريق لعودة الإخوة السوريين لديارهم.

ورحب ميقاتي بعودة سورية للقيام بدورها كاملا في الجامعة العربية.

نائب رئيس الوزراء العماني

وأكد نائب رئيس الوزراء لشؤون العلاقات والتعاون الدولي لسلطنة عمان أسعد بن طارق آل سعيد، أن عجز المجتمع الدولي عن إيجاد تسوية عادلة للقضية الفلسطينية هو منبع التوترات التي تصعب بالمنطقة والعالم.

ودعا إلى تطبيق قرارات الشرعية الدولية تجاه القضية الفلسطينية، ومنح حق الشعب الفلسطيني بإقامة دولته المستقلة وعاصمتها القدس الشرقية، على حدود الرابع من حزيران ١٩٦٧، وفقا لقرارات

مجلس الأمن الصادرة في هذا الشأن، ومبادرة السلام العربية، ومبدأ الأرض مقابل السلام. وأشار آل سعيد إلى أن الحفاظ على الجامعة العربية وتطويرها، سيعزز التعاون والتكامل وتبادل المنافع بين دولنا، وبين مختلف دول العالم، مستلهمين الموروث الحضاري للأمة العربية، وما قدمته للبشرية في مختلف العلوم والمعارف، ولنوكد حقنا بأننا قادرون على أن نخطو بأنفسنا والرفي بدولنا إلى آفاق أرحب، والمضي بشعبونا إلى مكائنها الانلاقة بين الأمم.

ورحب بمشاركة سورية الفاعلة في الجامعة العربية، وقال: والقون من استعادة سورية لمكانتها كحاضرة تاريخية ومنازة عربية.

رئيس المجلس الرئاسي الليبي وأكد رئيس المجلس الرئاسي الليبي محمد يونس المنفي أن بلاده تسعى لإجراء الانتخابات قبل نهاية العام والتنسيق مع بعثة الأمم المتحدة لتوحيد القوات المسلحة الليبية، والتأكيد على توظيف الحوار الليبي وفق خارطة طريق تحافظ على مؤسسات الدولة.

ودعا إلى تبني موقف عربي موحد في ليبيا بخصوص رحيل القوات الأجنبية، ووقف التدخلات الخارجية السلبية وغير البنائة. كما دعا الدول العربية إلى تبني موقف موحد تجاه الأوضاع في ليبيا، وعلى رأسها رحيل المقاتلين الأجانب والقوات الأجنبية عن الأراضي الليبية، ووقف التدخلات السلبية وغير البنائة ودعم المسار الديمقراطي والتداول السلمي للسلطة.

وطالب بتوظيف أي حوار لاستكمال تنفيذ خارطة الطريق المنبثقة عن الحوار السياسي وتحقيق هدفها إلى تعزيز الشرعية السياسية عبر انتخابات برلمانية ورئاسية والابتعاد عن كل ما من شأنه زيادة الانقسامات في ليبيا.

وقال إن الشعب الليبي ارتبط بالقضية الفلسطينية وجدانيا منذ نفضة الشعوب العربية لمواجهة الاستعمار، داعيا إلى تنفيذ قرارات الجامعة العربية الداعمة للشعب الفلسطيني وقيام دولته المستقلة وفق القرارات الدولية ذات الصلة.

وأكد أن الدولة الليبية ستظل داعمة لفلسطين، ورافضة لأي تغيير لوضع القدس، وادانتها لما يتعرض له المسجد الأقصى من تعديلات.

كما حث على حل الأزمة السودانية، مبديا استعداد ليبيا للانخراط في جهود حل السودان بما ينهي الاقتتال بين الأخوة ويحفظ الاستقرار في المنطقة.

رئيس مجلس القيادة اليمني وأعرب رئيس مجلس القيادة اليمني، رشاد العليمي، عن شكره للأردن ومصر لفتحهما أبواب بلديهما أمام مئات الآلاف من أبناء الشعب اليمني، من الباحثين عن ملاذ آمن من بطش الميليشيات، وتسهيل فرص حصولهم على العلاج والتعليم والعيش الكريم.

ودعا إلى تحرك عربي إلى جانب الشعب اليمني لدعم الشرعية ووقف الانتهاكات "الفظيعة" للقانون الدولي وقيم الإسلام والحرية والمساواة، ودعم جهود الحكومة اليمنية للنهوض بالاقتصاد وتحسين الخدمات الأساسية والتدخلات الإنسانية المنقذة للحياة..

مبعوث رئيس المجلس السيادي السوداني وقال مبعوث رئيس المجلس السيادي السوداني السفير دفع الله الحاج، إن التحول الديمقراطي هو المطلب الرئيس للثورة السودانية.

وأضاف أن قوات الدعم السريع إذا وضعت السلاح، سيتم العفو عنها ودمجها في الجيش. وأوضح أن السودان سيتجاوز هذه المحنة بمساندة الجامعة العربية التي رفضت التدخل الأجنبي في شؤون السودان.

بدء فعاليات دورة
لياقة بدنية للحكام ومدربيهم

وكالات

بدأت اليوم الخميس، في مقر الاتحاد الأردني لكرة القدم، الدورة الدولية للياقة البدنية لمدربي الحكام والحكام، بالتعاون مع الاتحاد الدولي "فيفا".

وتشتمل الدورة التي تقام على مدار أربعة أيام، على محاضرات نظرية وتدريبية عملية، بإشراف المحاضر البولندي جريجوروز جيزي.

وتهدف الدورة إلى رفع سوية المدربين وتقديم آخر المستجدات في التدريب البدني الخاصة بإعداد الحكام وتطويرهم، ضمن تطلعات الاتحاد الأردني لكرة القدم، لرفع قدرات وكفاءة الحكم المحلي، والارتقاء ودعم واستثمار الكوادر العاملة كافة في المنظومة محليا.

انطلاق رالي الأردن
في منطقة البحر الميت

وكالات

منذ يوم عن سمو الأمير فيصل بن الحسين رئيس هيئة المديرين للأردنية لرياضة السيارات، أنطى عامر البشير في فندق الماريوت بالبحر الميت، شارة انطلاق منافسات رالي الأردن - الجولة الثالثة من بطولة الشرق الأوسط (فيا ميرك).

وشهدت منطقة البحر الميت احتفالية انطلاق الرالي الذي تبدأ منافساته يوم غد وتستمر حتى يوم السبت المقبل.

وإجماع مشاركون في الرالي على أهمية رالي الأردن الدولي وثقتهم بنجاحه في ظل الخبرة الطويلة التي تمتلكها الأردنية لرياضة السيارات في تنظيم مثل هذه السباقات القوية.

وأشاد المتحدثون، خلال المؤتمر الصحفي الذي عقد خلال احتفالية الانطلاق، بمستوى رالي الأردن الذي يحظى بمشاركة واسعة.

ويعد الرالي واحدا من أكثر أنشطة رياضة السيارات الدولية شهرة في تقويم الاتحاد الدولي للسيارات.

ويستقطب رالي الأردن مشاركة ٢٥ متسابقا من ٧ دول.

كما يشارك في الرالي الوطني الثاني ١٩ متسابقا ويقام بدعم من شركة "زين الأردن" و"هلا" و"بليس أف إم".

أنشطة متنوعة تنفذها المراكز
الشبابية في العاصمة

وكالات

نفذت مديرية شباب محافظة العاصمة أنشطة ثقافية واجتماعية ومهنية ورياضية، ضمن خطة المراكز الشبابية للعام الحالي.

ويحسب بيان للمديرية، زار مركز شباب سحاب متحف الديابات الملكي، ضمن محور المواطنة الفاعلة بحضور ٢٥ مشاركا، بهدف تعريف المشاركين بالديابات والآليات والمعدات التابعة للقوات المسلحة التي خدمت بالجيش العربي، والبطولات التي شاركت بها للدفاع عن الوطن والأمة العربية.

ونفذ مركز شباب ناعور دورة تجميل للفتاة العمرية ١٨ - ٣٠ عاما لثلاثة أيام، بمشاركة ٢٥ مشاركة، بهدف توجيه المشاركات إلى العمل المهني، وتدريبهن بأدوات التجميل وكيفية استخدامها، لتوفير مصدر دخل ثابت.

كما نظم مركز شباب لواء ماركا فعاليات اليوم المفتوح "مسابقات رياضية" في مدرسة ريفية الأساسية، بحضور ٣٠٠ مشاركة، لتعريفهن بخطى المركز وغرس المفاهيم الصحيحة للنشاط الرياضي، ونشر الوعي والثقافة الرياضية، في حين نفذ مركز شباب الجيزة دورة تدريبية ضمن برنامج مهاراتي بعنوان "الثقة بالنفس وتعزيز الذات"، بهدف تزويد المشاركات بالمهارات الأساسية التي تمكنهن من اكتساب الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة المشكلات والتغلب عليها.

تين هاج؛ راشفورد مريض ..
ويجب أن نتأهل للأبطال

وكالات

تحدث إريك تين هاج، مدرب مانشستر يونايتد، عن مواجهة بورنموث السبت، ضمن الجولة ٣٧ من الدوري الإنجليزي الممتاز.

واستهل تين هاج المؤتمر الصحفي الخاص باللقاء الذي أجراه اليوم الجمعة، بالحديث عن أبناء الفريق؛ "الأخبار إيجابية، فاران متاح بكل تأكيد، وسكوت (ماكتوميناوي) ليق بالتحديات.

وأضاف: "عندما نرى أن تدريب (ماكتوميناوي) كان جيدا سينضم إلينا، راشفورد تدرّب بصورة جيدة طوال الأسبوع، لكنه عانى من المرض اليوم، وسترى كيف يتعافى على مدار اليوم..

وعن قدرة اليوناييتد على الوصول لمستوى مانشستر سيتي، علق: "عندما أنظر إلى هذا المشروع، أولا يجب أن نتأهل لدوري الأبطال، اليوم لا أنظر إلى ذلك المعيار، فقط أنظر للمباراة التالية وهي بورنموث.

وتابع: "علينا الفوز باللقاء لتأهل لدوري الأبطال، المباراة المقبلة هي الأهم دائما..

وزاد: "بورنموث ناد رائع يتواجد في البريميرليج، وقبل نهاية الموسم ب٣ مباريات تأكد تواجدهم في البطولة الموسم المقبل، هم يبلون البلاء الحسن..

وعلق على فيل جونز: "نعم شاهدته يتدرب ٢٠ دقيقة، هذا أول تدريب له هذا العام، إنه يملك مسيرة هائلة، توج بكأس الاتحاد والدوري الأوروبي وتواجد في نسختين من كأس العالم، يملك مسيرة مميزة ورفقة اليوناييتد، كل الأشادة بمسيرته..

أما عن إمكانية التعاقد مع مارسيل سايبترز المعار حاليا للشياطين الحمر (من بايرن ميونخ)، ختم: "سنرى، لكن هذا ليس تركيزنا الأساسي، تركيزنا ينصب على بورنموث".

أسلوب أليجيري يثير استياء
ثلاثي يوفنتوس

كشف تقرير صحفي عن استياء عدد من نجوم يوفنتوس، من الطريقة التي يلعب بها الفريق تحت قيادة ماسيميليانو أليجيري، المدير الفني. يوفنتوس ودع بطولة الدوري الأوروبي، بعد خسارته أمام إشبيلية، بنتيجة (3-2) في مجموع المباراتين، حيث انتهى لقاء الذهاب (1-1)، بينما خسر البوية الأياب (2-1). وذكرت صحيفة "لاريوبليكا"، الإيطالية، أن الثلاثي خوان كوادرادو، أنخيل دي ماريا وفيدريكو كييزا، غيرراضين عن تكتيكات المدرب أليجيري أمام إشبيلية. وأضافت أن الأسلوب الدفاعي الذي ظهر به يوفنتوس ضد إشبيلية أمس الخميس، هو أمر لم يعجب بعض النجوم بالفريق. كان كوادرادو قد صرح قبل المباراة، وقال: "يجب أن نضغط بقوة إذا سمح لنا المدرب، وهو ما لم يظهر على الفريق الذي ظل جالسا في منطقتنا الخلفية لأكثر الوقت.

الوحدات والحسين إربد يرتضيان التعادل

وكالات

سيطر التعادل الإيجابي (١-١) على قمة الوحدات والحسين إربد، مساء الخميس على ملعب الأمير محمد الزرقاء، بالجولة الثانية لبطولة درع الاتحاد الأردني.

وتقدم الوحدات عن طريق مدافعه دانيال عفانة في الدقيقة الأولى، وأحرز التعادل للحسين إربد مهاجمه عبد الله العطار بالدقيقة ١٦.

ورفع فريق الوحدات رصيده إلى ٤ نقاط، مقابل نقطتين للحسين إربد.

ومن أول هجمة سجل الوحدات في الثانية ٤٣، من ضربة ركنية أرسلها محمود شوكت، أسكنها دانيال عفانة في مرمى عبد الله الزعبي.

وتعادل الحسين إربد حين نفذ الحام الضربة الركنية ليرتقي لها عبد الله العطار ويسدها برأسه لتضرب القائم وتستقر في الزاوية اليمنى للفالوجي.

وكاد الحسين إربد أن يحرز هدفه الثاني من كرة طويلة داخل منطقة الجزاء، غمزها محمد الداود برأسه لكنها



ضربت العارضة. وكاد الوحدات أن يتوج بأفضليته بالهدف الثاني من كرة عرضية ارتقى لها أبو طه برأسه، فتألق عبد الله الزعبي في إبعدها.

وأطلق رجائي عايد تسديدة قوية مرت من فوق مرمى الفالوجي، ثم تم طرد يوسف أبو الجزر لحصوله على بطاقتين صفراوين.

جوارديولا: أحببت لقطتي مع دي
بروين .. وهذه ليست المرة الأولى!

وكالات

تحدث بيب جوارديولا، مدرب مانشستر سيتي، عن إمكانية حسم لقب البريميرليج عند مواجهة تشيلسي يوم الأحد المقبل، ضمن الجولة ٣٧ من المسابقة.

وقال جوارديولا، في مؤتمر صحفي اليوم: "لا مجال للتوفاق، بالطبع نشعر بالرضا بلوغ نهائي دوري الأبطال، لكن الآن يأتي الأمر الأصعب..

وأضاف: "يوم الأحد أمامنا مباراة بأيدينا للفوز بأهم المسابقات بعد ١٠ أو ١١ شهرا، نحن محظوظون بامتلاك الفرصة لإنهاء المسابقة على أرضنا وأمام جماهيرنا.

ولدي بعض الذكريات الجيدة المتعلقة بالتتويج، عندما واجهنا مانشستر يونايتد وتقدمنا (٢-٠) بنهاية الشوط الأول في ٢٠١٨، ومن ثم خسرنا (٣-٢). وفي الموسم الماضي كنا على بعد ٢٠ دقيقة من الخسارة أمام أستون فيلا.

وزاد: "لا يجب أن نشعر بالثقت، حينها لن نسمع أنفسنا، علينا التركيز على كل مباراة حتى نهاية الموسم لإنهاء بصورة جيدة.. وعن تألق السيتي في اللحظات

الكبرى، "نحننا في ذلك كثيرا لا يمكن أن ننكر ذلك، في نصف نهائي دوري الأبطال واجهنا أفضل فريق في تلك المسابقة، تواجد بنصف النهائي ١١ مرة في آخر ١٣ عاما..

وواصل: "أن نتجح في التأهل أمامهم فهذا يمنحنا الثقة والإشادة، وقمنا بذلك أمام آرسنال وليفربول واليوناييتد وباقي الفرق الكبرى على أرضنا، نشعر بالقوة والثقة باللعب أمام جماهيرنا..

وأردف: "أحببت لقطتي مع دي برون وسراخنا لبعض، أحب تلك الطاقة، هذه ليست المرة الأولى، لكنه يصرخ في وجهي بالتحديات، وهذا ما نحتاج إليه، بعد ذلك يصبح الأفضل".

واستطرد: "جوندوجان خسر الكرة وكذلك كيفين، لا نحتاج لذلك في مثل هذا اللقاء، تحدثت بين الشوطين عن السيطرة على المباراة ولم نقم بذلك، كيفين تحلى بالهدوء وصنع هدفا رائعا، أما جاك فكان قادرا على الركض وساعد الفريق بالانضمام للتمرير..

وأتم: "لا تعرف في بداية الموسم كيف تسير الأمور، لكن الآن نحن على بعد ٣ مباريات للفوز بكل الألقاب، وكل مباراة نفوز بها تساعدنا في اللقاء التالي، الفوز بابريمبرليج مبركا سيساعدنا في كأس الاتحاد ودوري الأبطال".

وأتم: "لا تعرف في بداية الموسم كيف تسير الأمور، لكن الآن نحن على بعد ٣ مباريات للفوز بكل الألقاب، وكل مباراة نفوز بها تساعدنا في اللقاء التالي، الفوز بابريمبرليج مبركا سيساعدنا في كأس الاتحاد ودوري الأبطال".

هل صدر قرار بإيقاف محمد عادل؟
لجنة الحكام تكشف لكوورة ..

وكالات

كشف توفيق السيد، عضو لجنة الحكام في الاتحاد المصري لكرة القدم، حقيقة إيقاف الحكم الدولي محمد عادل، والذي أدار لقاء الزمالك والإسماعيلي الأخير بالدوري المصري الممتاز.

وقال السيد في تصريحات خاصة لكوورة، إن ما تردد عن إيقاف محمد عادل أو مفضى مدحت (حكم الفيديو)، غير صحيح على الإطلاق.

وأضاف "لجنة الحكام لم تقر إيقاف حكم الساحة أو الفار في لقاء الزمالك والإسماعيلي، ولم يبدل أحد بتصريحات تتضمن وجود أي قرارات من هذا النوع..

وحدد بالذکر أن الإسماعيلي فاز على الزمالك بنتيجة (١-٢) في المباراة التي جمعت الفريقين على ملعب ستاد الإسماعيلية. وأشار الحكم جدلا لبعض القرارات خلال المباراة، حيث أكد بعض خبراء التحكيم وجود خطأ على الإسماعيلي في هدفه الأول، وكذلك عدم احتساب الحكم ركلة جزاء للدراويش وطرد محمد صبحي حارس الزمالك.

مدافع الوحدات
يحرز أسرع هدف في «درع الأردن»

وكالات

أحرز دانيال عفانة، مدافع الوحدات، أسرع هدف في بطولة درع الاتحاد الأردني، خلال مباراة فريقه التي يخوضها حاليا أمام منافسه الحسين إربد، ضمن الجولة الثانية للمسابقة.

وسجل عفانة هدف السبق للوحدات في الثانية ٤٣، عندما استمر الضربة الركنية التي نفذها محمود شوكت، ليضع الكرة في مرمى عبد الله الزعبي.

وجاء الهدف مفاجئا لفريق الحسين إربد، خصوصا أن الكفة تميل لصالحه على عكس فريق الوحدات الذي يعتمد على وجود شابة. وكان الوحدات قد فاز في الجولة الأولى على سحاب بهدف دون رد، فيما تعادل الحسين إربد مع السلط بدون أهداف.

مغير السرحان
يقبل الطاولة على معان

وكالات

قلب مغير السرحان، تأخره أمام معان بهدف، إلى انتصار ثمين بنتيجة ١-٢، الخميس، على ملعب الأمير محمد بالزرقاء، في الجولة الثانية لبطولة درع الاتحاد الأردني لكرة القدم.

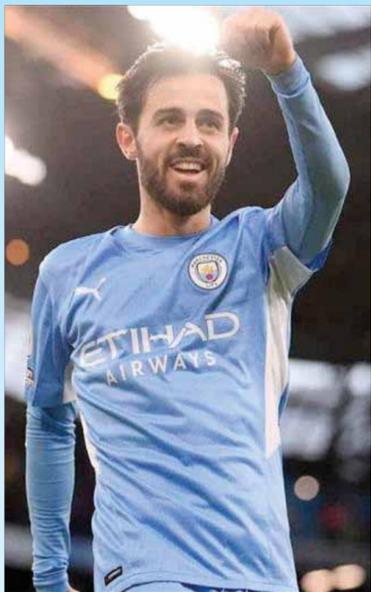
وتقدم معان بهدف السبق في الدقيقة (٤٥+٢) من ركلة ركنية، وجدت محمد الشترا يسدها برأسه داخل المرمى.

وفي الشوط الثاني، حافظ معان على أفضليته دون نجاحه في تسجيل هدف التعزيز.

ونجح مغير السرحان في تحقيق الانتفاضة، بعدما أطلق صهيب أبو هشيش، ذئيفة من مسافة بعيدة استقرت في أقصى الزاوية اليمنى لحارس رشيد رفيد في الدقيقة ٨٩.

وفي الدقيقة (٩٠+٢)، تمكن اللاعب البديل أحمد المزودة من تسجيل هدف الانتصار لمغير السرحان، بعدما سد مقصية، استقرت على يسار رشيد رفيد.

ورفع مغير السرحان رصيده إلى ٣ نقاط، فيما استمر معان بلا نقاط.

نجم سان جيرمان السابق؛ برناردو
سيكون غيبا إذا انضم إلى باريس

وكالات

أبدى جيروم روشين، نجم باريس سان جيرمان السابق، عدم تحمسه لاهتمام النادي الفرنسي بالتعاقد مع برناردو سيلفا نجم مانشستر سيتي.

ويرتبط سيلفا بعقود مع مانشستر سيتي عقب نهاية الموسم الجاري، وسط أنباء تربطه بالانضمام إلى برشلونة وباريس سان جيرمان.

وقال روشين في تصريحات لإذاعة «RMC Sport» الفرنسية: "لا ينبغي أن يهتم الرئيس أو الأمير بيضاء فريق، إنها مجرد مسألة صورة النادي، إنها أموالهم..

وأضاف "هم قرروا أن يتعاقدوا مع أسماء كبرى، يريدون برناردو سيلفا، خصوصا بعد المباراة التي خاضها ضد ريال مدريد..

وتابع روشين "المال ليس مشكلة بالنسبة لهم، هم لا يريدون ضم برناردو من أجل الفريق، وسيلفا سيكون غيبا إذا انضم لهم فقط، لأجل أسباب مالية أو أسلوب الحياة، هناك أيضا أجواء وهيكل للفريق..

وأتم "أنا متفتح بأنه سيأتي لأنه نجم، الاسم كاف بالنسبة لهم، وهو يجعل علامة باريس التجارية تلعب".

تشافي سعيد بإذلال
ريال مدريد على يد السيتي

وكالات

اعترف تشافي هيرنانديز، المدير الفني لبرشلونة، بأن فريق مانشستر سيتي هو الأفضل في العالم بالفترة الحالية.

السيتي نجح في إذلال ريال مدريد بنتيجة عريضة (٤-٠) في لقاء الأياب الذي جمعهما الأربعاء الماضي، ينصف نهائي دوري أبطال أوروبا، ليتأهل الفريق السماوي للمباراة النهائية.

وخلال مؤتمر صحفي قبل مواجهة سوسيداد، علق تشافي على خسارة الريال: "السيتي كان متفوقا ورائعا خاصة بالشوطين الأول واستغلوا ذلك، إنهم الفائزون وبالنسبة لي هم أفضل فريق في العالم..

ولم يخف تشافي سعادته بخسارة الريال، وقال: "بالنسبة لجماهير الكوبيز، كان من السورور إقصاء ريال مدريد، وعاد مدرب الباريسا

للإحتفاء بلقب الليجا، وعلق: "المتفوقون يعطون أهمية كبيرة لليجا، بصرف النظر عن المنافسين..

وختم: "القيمة ليست في أن مدريد خسر، القياس هو أن الجماهير فرحة (في برشلونة). عندما ترى الناس بهذا الحماس فهذا لا يقدر بثمن، كان مهمنا أن نقبل السيتي على الريال".

