

بريطانيا تستضيف أول قمة عالمية للذكاء الاصطناعي

لندن

أعلن رئيس الوزراء البريطاني ريشي سوناك أن المملكة المتحدة ستستضيف هذا العام أول قمة عالمية للذكاء الاصطناعي، في محاولة للتوصل إلى مقاربة مشتركة بين الدول للحد من المخاطر المتصلة بهذه التقنية الحديثة. وقال بيان لرئاسة الحكومة البريطانية إن القمة التي من المتوقع أن تنظم هذا الخريف ستجمع «دولا ذات توجهات فكرية متشابهة» وشركات تكنولوجيا رائدة وباحثين من أجل الاتفاق على تدابير السلامة لتقييم ومراقبة أهم المخاطر الناجمة عن الذكاء الاصطناعي.

أوقات الصلاة

الفجر	03:51
الظهر	12:34
العصر	04:15
المغرب	07:40
العشاء	09:18

20 ذو القعدة 1444 هـ الموافق 9 حزيران 2023 م

الجمعة

السنة التاسعة

العدد (3119)

أبناء الأردن وبناته يحيون ذكرى الجلوس الملكي على العرش

عمّان

يُحيي أبناء الأردن وبناته اليوم الجمعة، الذكرى الرابعة والعشرين لجلوس جلالة الملك عبدالله الثاني على العرش، متطلعين للمضي قدماً في مسارات التحديث الشامل والتطوير. ويقف الأردنيون خلف قيادة جلالة الملك في تحقيق الإنجاز تلو الإنجاز، إذ حرص جلالتهم ومنذ اعتلائه العرش على أن يكون الأردن نموذجاً في المنطقة والعالم؛ فعلى مدار 24 عاماً، كرّس جلالتهم جهوده في تعزيز مسيرة بناء الوطن ورفعته، وترسيخ العلاقات المتينة مع الدول الشقيقة والصديقة، ودعم جهود تحقيق السلام، وخدمة قضايا الأمتين العربية والإسلامية. كما يمضي الأردن قدماً، بقيادة جلالة الملك، بتنفيذ مسارات التحديث السياسي والاقتصادي والإداري. ويولي جلالة الملك، القائد الأعلى للقوات المسلحة، الجيش العربي والأجهزة الأمنية جُل اهتمامه من خلال مواصلة التطوير ورفع الجاهزية، والعمل على تحسين أوضاع منتسبيها العاملين والمتقاعدين. ويحرص جلالتهم على لقاء المواطنين في مواقعهم، واستقبالهم في الديوان الملكي الهاشمي بيت الأردنيين للاستماع لمطالبهم واحتياجاتهم. ويحظى الشباب باهتمام جلالتهم، الذي يحرص على التواصل معهم وتنمية قدراتهم ورياستهم ودعمهم. وتتكامل المبادرات الملكية التي تشمل جميع محافظات المملكة مع الخطط والإجراءات الحكومية، وتستهدف إقامة المشروعات الإنتاجية والتشغيلية لتوفير فرص العمل للمجتمع المحلي. تابع ص2

بيان خليجي أميركي: أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات

عمّان

أكد بيان صادر عن اجتماع دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية والولايات المتحدة، الخميس، أهمية الوصاية الهاشمية على المقدسات، وضرورة الحفاظ على الوضع التاريخي القائم في الأماكن المقدسة في القدس. وبحسب وكالة الأنباء السعودية «واس»، شدّد البيان الصادر عن الاجتماع الوزاري المشترك للشراكة الاستراتيجية بين دول مجلس التعاون والولايات المتحدة الذي عقد في الرياض، على «ضرورة الامتناع عن جميع التدابير أحادية الجانب التي تقوض حل الدولتين، وترفع من وتيرة التوتر، والحفاظ على الوضع التاريخي القائم في الأماكن المقدسة في القدس»، مؤكداً «الدور الخاص للمملكة الأردنية الهاشمية في هذا الصدد».

وأكد البيان عقب الاجتماع الذي حضره وزراء خارجية عُمان والإمارات والسعودية والبحرين وقطر والكويت إضافة إلى وزير الخارجية الأميركي أنتوني بلينكن، الالتزام بـ «التوصل إلى سلام عادل ودائم وشامل في الشرق الأوسط وفقاً لحل الدولتين، على أساس حدود عام 1967 وأي اتفاق بين الجانبين على تبادل الأراضي، وفقاً للمعايير المعترف بها دولياً ومبادرة السلام العربية».

الخصاوة يستقبل عدداً من وزراء السياحة العرب وأمين عام منظمة السياحة العالمية

عمّان

استقبل رئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاوة، الخميس في دار رئاسة الوزراء، وزراء السياحة العرب وأمين عام منظمة السياحة العالمية زراب بولوليكاشفيلي المشاركين في الاجتماع التاسع والأربعين للجنة الإقليمية لمنظمة السياحة العالمية للشرق الأوسط الذي يستضيفه الأردن. وأكد رئيس الوزراء خلال اللقاء الذي حضره وزير السياحة والآثار مكرم القيسي، أهمية انعقاد اجتماع اللجنة الإقليمية لمنظمة السياحة العالمية في الأردن؛ لبحث آليات تعزيز التعاون والتكامل بين الدول العربية في القطاع السياحي، ورسم خارطة طريق لصناعة السياحة في الشرق الأوسط. ولفت الخصاوة إلى الإرث السياحي والثقافي الكبير والإمكانات الهائلة التي تمتلكها الدول العربية، والتي من الممكن أن تسهم في تعليم المنتج السياحي العربي وتوظيفه في خدمة الاقتصادات العربية والإقليمية. وقال رئيس الوزراء «تجمعنا قواسم مشتركة ومصير مشترك وقضايا ومصالح مشتركة نستطيع البناء عليها لتحقيق منافع ومكاسب من شأنها أن تخدم اقتصاداتنا» تابع ص2

الخارجية تدين الاعتداء على السفارة السعودية في الخرطوم

عمّان

دانت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، الخميس، الاعتداء الذي تعرضت له سفارة المملكة العربية السعودية الشقيقة، والمحلقات التابعة لها وسكن وممتلكات الموظفين السعوديين العاملين في السفارة في العاصمة السودانية الخرطوم. وأعرب الناطق الرسمي باسم الوزارة السفير سنان المجاني، عن تضامن المملكة الأردنية الهاشمية مع المملكة العربية السعودية الشقيقة، وإدانتها واستنكارها الشديدين لجميع أشكال العنف والتخريب، خاصة التي تستهدف المباني الدبلوماسية وتنتهك حرمتها. وأكد ضرورة احترام قواعد القانون الدولي والاتفاقيات الدولية ذات الصلة، وخاصة اتفاقية فيينا للعلاقات الدبلوماسية.

الملك يتلقى برقيات تهنئة بعيد الجلوس وذكرى الثورة العربية ويوم الجيش



عمّان

كما تلقى جلالتهم برقيات تهنئة بهذه المناسبة الوطنية، وبمناسبة ذكرى الثورة العربية الكبرى ويوم الجيش من رئيس الوزراء، ورئيس مجلس الأعيان، ورئيس مجلس النواب، ورئيس المجلس القومي، وعدد من المسؤولين وممثلي الفعاليات الرسمية والشعبية. وتلقى سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، برقيات مماثلة بهذه المناسبات الوطنية.

تلقى جلالة الملك عبدالله الثاني برقيات تهنئة بعيد الجلوس الملكي الرابع والعشرين من قادة دول شقيقة وصديقة. وعبر مرسلو البرقيات عن خالص التحاني، بهذه المناسبة، سائلين المولى العلي القدير أن يعيدها على جلالتهم بالخير والبركات، وعلى الشعب الأردني بال مزيد من التقدم والازدهار.

نائب الملك يرعى احتفال تقليد الأوسمة بذكرى الثورة العربية ويوم الجيش



عمّان

وكان في استقبال سموه في موقع الاحتفال، الذي حضره سمو الأمير هاشم بن عبدالله الثاني، وسمو الأمير راشد بن الحسن مستشار جلالة الملك، ورئيس الوزراء الدكتور بشر الخصاوة، رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف أحمد الحنيطي. ولدى وصول سموه حينئذ ثلة من حرس الشرف،

فيما عزفت الموسيقى السلام الملكي. ووضع سموه وكثيراً من الزهور على ضريح الجندي المجهول، وقرأ والحضور الفاتحة على أرواح الشهداء الأبرار، الذين رووا بدمائهم الزكية ثرى الوطن وثرى فلسطين، فيما دعا مفتي القوات المسلحة بالرحمة للشهداء.

رعى نائب جلالة الملك، سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد في صرح الشهيد، الخميس، احتفال تقليد الأوسمة بمناسبة ذكرى الثورة العربية الكبرى ويوم الجيش.

فاجعة دار الأيتام في السودان... قرار دولي يسيطر نهاية المأساة

وكالات

وقال ريكاردو بيريس، المتحدث باسم يونيسف، إن حوالي 300 طفل في دار المايقوما للأيتام بالخرطوم نقلوا إلى «موقع أكثر أمناً» بعد حوالي 130 كيلومتراً جنوب شرق الخرطوم. وأضاف سراج، الذي قادت منظمته الخيرية الجهود الإنسانية لمساعدة دار الأيتام ودور رعاية المسنين الأخرى في الخرطوم، إن 71 طفلاً على الأقل لقوا حتفهم في دار المايقوما منذ بدء الحرب في السودان في 15 أبريل. وكان بين القتلى أطفال لا تتجاوز أعمارهم 3 أشهر، وفقاً لشهادات الوفاة التي اطّلع عليها الأوسهيتيدبرس. وأدرجت الشهادات الهبوط الحاد في الدورة الدموية كسبب للوفاة، لكنها ذكرت أيضاً عوامل أخرى، مثل الحمى والجفاف وسوء التغذية.

وأعلنت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسف) وجمعية خيرية محلية، الأربعاء، إنه تم إخلاء دار الأيتام في العاصمة السودانية التي مزقتها الحرب بعد وفاة أكثر من 700 شخصاً وطفلاً بسبب الجوع والمرض خلال الشهرين الماضيين. تصدرت مأساة دار المايقوما للأيتام عناوين الصحف وأخر الشهر الماضي مع احتدام القتال خارج الدار بين الجيش السوداني وقوات الدعم السريع. وسلطت الوفيات الضوء على الخسائر الفادحة في صفوف المدنيين منذ منتصف أبريل عندما اندلعت الاشتباكات بين القوات الموالية للفريق أول عبد الفتاح البرهان وقوات الدعم السريع بقيادة الفريق محمد حمدان دقلو.

مجلس التعليم العالي ينسب بتعيين عدد من رؤساء الجامعات

عمّان

قرر مجلس التعليم العالي في جلسته التي عقدها الخميس برئاسة وزير التعليم العالي والبحث العلمي الدكتور عزمي محافظة التنسيب بتعيين عدد من رؤساء الجامعات. وشمل التنسيب تعيين الدكتور سلامة صالح سليمان النعيمات رئيساً لجامعة مؤتة، والأستاذ الدكتور أسامة خالد إبراهيم نصير، رئيساً لجامعة آل البيت، والأستاذ الدكتور بسام زعل عبدربه المحاسنة رئيساً لجامعة الطفيلة التقنية لمدة أربع سنوات اعتباراً من تاريخ صدور الإرادة الملكية السامية بالموافقة على هذا القرار. وجاء قرار التنسيب استناداً إلى نص المادة (8/1/6) من قانون التعليم العالي والبحث العلمي رقم (17) لسنة 2018 وتعديلاته، ونص المادة (11/ب) من قانون الجامعات الأردنية رقم (18) لسنة 2018 وتعديلاته.

الأرصاد تحذر من خطر تدني الرؤية بسبب الغبار

عمّان

حذرت إدارة الأرصاد الجوية من احتمال تشكل عواصف غبارية ورميلية، ولا سيما في جنوب وشرقي المملكة. وقال مدير إدارة الأرصاد الجوية راند آل خطاب، إن هناك احتمالية كبيرة لتشكل عواصف غبارية ورميلية نهاية الأسبوع، خاصة في جنوب وشرق المملكة، والتي تتشامع تشكل الغيوم الرعدية، ولاسيما في تلك المناطق التي تشهد تساقط زخات من المطر قد تكون مصحوبة بالرعد. وبين أن زخات المطر المتوقعة قد تظل معظم مناطق المملكة، والمناطق الجنوبية والشرقية من المملكة قد تشهد زخات من البرد، موضحاً أن هذه الأجواء غير المستقرة ستنتهي مع مساء يوم السبت. وأهاب بالسائقين أخذ الحيطة والحذر عند التنقل على الطرقات الخارجية من خطر تدني مدى الرؤية الأفقية بسبب الغبار المثار بفعل الرياح الجنوبية الغربية النشطة، والتي قد تصل الهبات المرافقة لها إلى 60كم/الساعة.

صندوق الملك عبدالله الثاني للتنمية يفتتح باب التسجيل بمشروع الزمالة البرلمانية

عمّان

أطلق صندوق الملك عبدالله الثاني للتنمية الدورة الرابعة من مشروع الزمالة البرلمانية، من خلال فتح باب التسجيل للمشروع اعتباراً من الخميس. وأشار الصندوق في بيان، إن المشروع يأتي ترجمة لرؤى جلالة الملك في مجال التمكين السياسي للشباب من خلال برامج عملية، والإطلاع على الدور التشريعي والرقابي لمجلس النواب. ويقوم المشروع على تركيز الخدمة المقدمة في إطار دمج الشباب في الحياة السياسية من خلال تقديمهم كمساعدين بحثيين للنواب يتولون مهمة البحث وتقديم المعلومات الداعمة حول مشروعات القوانين أو القضايا التي يتم طرحها للنقاش خلال جلسات المجلس. ويهدف المشروع أيضاً إلى إيجاد قيادات شبابية قادرة على إحداث التغيير من خلال زيادة درجة الوعي لديهم بمختلف القضايا والتحديات الوطنية وتوسيع قاعدة المشاركة الشبابية وإتاحة الفرصة امامهم للتدريب العملي في المؤسسات التشريعية والرقابية. ويستهدف المشروع، بحسب البيان، الشباب ضمن الفئة العمرية من (20 - 30 عاماً) حيث سيتم فتح باب التقدم للمشاركة في المشروع من خلال (<https://join.kafd.jo>) خلال الفترة ما بين 8 - 23 حزيران الحالي. وسيتم اختيار الشباب والشابات من محافظات المملكة كافة، بعد إجراء المقابلات الشخصية وإخضاعهم لتدريبات نظرية في موضوعات: الحياة السياسية والبرلمانية في الأردن، البحث السياسي والقانوني، حقوق الإنسان، إعداد أوراق السياسات، الإعلام السياسي ومهارات الاتصال، العمل الحزبي والبرلماني، إضافة إلى التدريب العملي داخل مجلس النواب في دورته العادية المقبلة. يذكر أن مشروع الزمالة مع مجلس النواب الذي تم إطلاقه في مرحلته الأولى عام 2019 وتم تطوير مجال اختصاصه في دورته الثانية (الزمالة البرلمانية) شارك فيه 320 شاباً وشابة في التدريبات النظرية، إضافة إلى انخراط (229) شاباً وشابة بالتدريب العملي داخل مجلس النواب، وتطوير دليل تدريبي للمشروع، وإيداعه لدى المكتبة الوطنية.

37 طائرة حربية صينية تتوغل بمنطقة الدفاع التايوانية

عمّان

دخلت أكثر من 30 طائرة حربية صينية الخميس، منطقة الدفاع الجوي التايوانية. ونقلت وكالة الأنباء المركزية التايوانية عن الناطق باسم وزارة الدفاع التايوانية سون لي-فانغ، أنه بدءاً من فجر اليوم دخلت «37 طائرة عسكرية صينية منطقة الدفاع الجوي التايوانية»، مشيراً إلى أن بعضها أكمل مساره باتجاه غرب المحيط الهادئ لتلقي تدريبات استطلاعية بعيدة المدى. وكتبت الوزارة على (تويتر) أن الجيش التايواني «يراقب الوضع من كثب» مضيفة أنه تم نشر طائرات دوريات وسفن بحرية وأنظمة صواريخ برية رداً على ذلك لكنها لم توضح ما إذا كانت عمليات التوغل ما تزال مستمرة أم انتهت. ويقول محللون إن زيادة التوغلات الجوية للصين في منطقة الدفاع التايوانية هي جزء من تكتيكات «المنطقة الرمادية» الأوسع التي تُبقي الجزيرة تحت الضغط، وتأتي هذه التوغلات الجديدة بعد يوم على إكمال الولايات المتحدة والفلبين واليابان تدريبات خفر السواحل المشتركة الأولى في منطقة بحر الصين الجنوبي الذي يعتبره بكين تابعاً لها.

الزنجبيل علاج طبيعي فعال للصداع النصفي



مجموعة من الأعراض المصاحبة للصداع النصفي، والتخلص من الصداع نفسه في أسرع وقت. ويحسب دراسة نُشرت في "جورنال أوف فيزيوتيرابي"، توجد أدلة على أن الزنجبيل يقلل من الإحساس بالصداع النصفي. ويمكنك مضغ شريحة من الزنجبيل للحصول على عصارته بشكل سريع، أو غلي الزنجبيل وتناول الشاي، مع تحسين مذاق بإضافة العسل. لكن تذكر أن شاي الزنجبيل غير مناسب للحوامل ولن يتناولون أدوية مذيبة لجلطات الدم.

وكالات
يصاحب الصداع النصفي مجموعة من الأعراض تزيد الألم سوءاً، مثل الدوخة والقىء والحساسية للضوء والصوت. كما يمكن أن تستمر نوبة الصداع النصفي لساعات، وفي بعض الأحيان لعدة أيام متتالية! ولا يُنصح بالاعتماد على المسكنات دائماً، خاصة أن نوبات هذا الصداع تتركز كل أسبوعين أو أكثر. لذلك، جرب الزنجبيل للتغلب على الألم وأعراض هذا الصداع. ويمتاز الزنجبيل بأنه غني بمضادات الالتهابات، ما يساعد على تخفيف

اتباع نظام غذائي نباتي يحد من التهاب اللثة

وكالات
كشفت دراسة ألمانية حديثة، أن المواظبة على اتباع نظام غذائي نباتي غني بمضادات الالتهابات الطبيعية يساعد في تقليل التهاب اللثة. الدراسة أجراها باحثون بكلية طب الأسنان جامعة فرايبورغ الألمانية، ونشروا نتائجها في دورية (Journal of Clinical Periodontology) العلمية. وتعد أمراض اللثة، من أكثر أمراض الفم انتشاراً، وتتمثل أعراضها في الاحترقان والانتفاخ ونزف الدم لأقل سبب، وفي مرحلة لاحقة تشكل الجيوب اللثوية ما يسبب رائحة الفم الكريهة. وللوصول إلى نتائج الدراسة، راقب الباحثون ٣٠ مريضاً بالتهاب اللثة، وأخضعوهم لنظام غذائي نباتي، مقارنة بمجموعة أخرى تناولوا النظام الغذائي المعتاد لهم لمدة ٤ أسابيع. وخضع المشاركون في المجموعة الأولى لنظام غذائي منخفض الكربوهيدرات المعالجة والبروتينات الحيوانية وغني بالمصادر النباتية التي تحتوي على أحماض "أوميغا ٣" الدهنية مثل بذور الكتان ومكسرات الجوز، وفيتامين "سي" مثل الفلفل الأحمر والجاوافة والبرنقال، وفيتامين "د" مثل رقائق الحبوب المدعمة والفواكه والخضروات عند حدوث الالتهابات المتكررة.

الصحة المهنية والبيئية، أن ٧٤٠ امرأة أُجهزت من بين ١٠٠٤٧ امرأة عملن لبعض النوبات الليلية في الفترة بين الأسبوع الثالث والحادى والعشرين من الحمل. أما باقي النساء في الدراسة، اللاتي لم يعملن في نوبات مسائية، وعددهن ١٢٦٩٧، فقد تعرضت ١١٤٩ منهن للإجهاد. وبعد الأخذ في الحسبان لعوامل السن ومؤشر كتلة الجسم والتدخين وعدد الولادات والإجهاد السابقة والوضع الاجتماعي والاقتصادي. وجد الباحثون أن العمل لثوبتين مسائيتين أو أكثر في أسبوع واحد في الفترة من الأسبوع الثامن حتى الثاني والعشرين من الحمل مرتبط بزيادة نسبتها ٣٢ في المئة في خطر التعرض للإجهاد في الأسبوع التالي. لكن زيف وليامز، رئيس قسم طب الغدد الصماء والتناسلية والعقم بمركز إيرفينغ الطبي التابع لجامعة كولومبيا في نيويورك، يرى أن الارتباط الذي خلص إليه الباحثون ليس دليلاً على أن العمل ليلاً يسبب الإجهاد.

دراسة: 'استنشاق السكر' يعالج أمراضاً خطيرة

أوضح البروفيسور ماك دونالد أن "أمراض الجهاز التنفسي تسبب معاناة رهيبية في كل من العالم النامي والمتقدم، حيث يتم إدخال مئات الأشخاص إلى المستشفى يومياً في بريطانيا، على سبيل المثال، جراء نوبات الربو، في حين أن الإصابات الطفيلية المعينة المحتملة في الرئتين منتشرة في معظم أنحاء إفريقيا وآسيا". وأضاف "إن فكرة أن تعديل مستويات الجلوكوز في الرئتين قد يكون، يوماً ما، عاملاً حاسماً في علاج هذه الحالات.. أنها فكرة مثيرة للغاية.. من الواضح أننا نحتاج الآن إلى دراسة تأثير الجلوكوز على بلاعم الرئة البشرية".

مانشستر أن البلاعم في الرئتين تحتاج إلى مستوى مناسب من الجلوكوز أو "الوقود" لكي تعمل بشكل صحيح، كما وجدو أن التحفيز المفرط بالسكر يؤدي إلى التهاب يرتبط غالباً بالحالات المرضية المزمنة، مثل الربو. ويشير البحث كذلك إلى أن حجب مستقبلات السكر على بلاعم الرئة يمكن أن يساعد في كبح العديد من أمراض الرئة. من ناحية أخرى، فإن تحفيز الخلايا التي تحتوي على المزيد من السكر قد يساعد جهاز المناعة على محاربة التهاب الشعب الهوائية المسؤولة عن نوبات السعال والالتهاب الرئوي.

للفضول، بحسب الباحثين، مفادها أن استنشاق السكر قد يحفز جهاز المناعة في الرئة على محاربة العدوى أو الأمراض. وقال كبير العلماء، الأستاذ في جامعة مانشستر أندرو ماك دونالد إن "العلاج بواسطة استنشاق السكر على المدى القصير قد ينجح ذات يوم". وبحثت الدراسة، التي أجريت على الفئران، في خلايا دم بيضاء متخصصة يطلق عليها اسم "البلاعم"، وهي خلايا تعمل مثل "مكائن تنظيف" لنظام المناعة، وتقوم بتنظيف و"كنس" الكائنات الضارة، والمخلفات في الجهاز المناعي. ووجد الفريق العلمي في جامعة

وكالات
كشفت دراسة علمية حديثة أن استنشاق السكر يمكن أن يساعد في علاج أمراض الرئة، وفقاً لما ذكرته صحيفة "إندبندنت" البريطانية. وقالت الصحيفة إن العلماء توصلوا إلى هذه النتيجة بعد دراسة لأثر الجلوكوز على خلايا نظام المناعة في الجهاز التنفسي. ووجد العلماء أن حجب البروتينات "المستقبلية" الحساسة للسكر يمكن أن يثبط الالتهاب، الذي يلعب دوراً رئيسياً في حالات الحساسية والربو وغيرها. غير أن الدراسة كان لها جانب مثير

تحذير للحوامل من نوبات العمل المسائية

وكالات
نبهت دراسة طبية، إلى أن العوامل اللاتي يعملن نوبتي عمل مسائيتين على الأقل في أسبوع واحد قد يصبحن أكثر عرضة للإجهاد في الأسبوع التالي. وأوضحت الباحثة لويز مولتبرج بيغتراب التي أشرفت على الدراسة، أن "النساء اللاتي يعملن في نوبات مسائية يتعرضن لضوء في الليل يؤثر على الساعة البيولوجية ويقلل إفراز هرمون الميلاتونين". وأضافت "بيّنت أهمية هذا الهرمون في نجاح الحمل، ربما يرتبط بحماية وظيفة المشيمة". وقامت بيغتراب، وهي باحثة في قسم طب الصحة المهنية والبيئية في مستشفى سيسبيير وفريدريكسبير في كوبنهاجن، وزملائها، برسد الحمل لدى ٢٢٧٤٤ موظفة في القطاع العام، معظمهن يعملن في مستشفيات دنماركية. وأفاد الباحثون في تقرير نشر بمجلة طب

منظمة الصحة العالمية مرض الإيبولا ينتشر بأسرع وتيرة له حتى الآن في جمهورية الكونغو الديمقراطية، وذلك بعد ثمانية أشهر من ظهور للمرة الأولى. وظهر خلال الأسبوعين الماضيين عدد قياسي من الحالات الجديدة مما يمثل انتكاسة حادة لجهود التصدي لثاني أكبر تفشٍ للمرض على الإطلاق في الوقت الذي أدى فيه العنف الذي تمارسه الميليشيات ورفض السكان التعاون مع المسعفين إلى عرقلة الوصول إلى المناطق المعزولة. كانت منظمة الصحة العالمية أعلنت قبل أقل من

لهذا السبب عليك الاحتفاظ بأسنان طفلك اللبنية



السرطان، ومرض السكري، وإنتاج أنسجة جديدة للعين، والمساعدة على نمو العظام. ويمكن أن يكون استخراج الخلايا الجذعية من نخاع العظام إجراءً مؤثراً للغاية للمرضى، ولكن مع أسنان الأطفال، يمكن الوصول إليه بسهولة أكبر، والأهم من ذلك، أنها قابلة للاستخدام حتى بعد مرور ١٠ أعوام. وتمتاز أسنان الأطفال اللبنية بأنها غير معرضة للتلف البيئي، ما يعني أن الخلايا الجذعية التي تستخرج في حالة جيدة بعد وقت طويل، ويمكن استخدامها أيضاً لإصلاح الأسنان التالفة، حسب صحيفة ميرور البريطانية.

وكالات
رغب البعض في الاحتفاظ بأسنان أطفالهم اللبنية بعد سقوطها للذكرى التي يمكن أن يعود لها الأطفال في المستقبل. لكن الأبحاث تشير إلى فوائد غير متوقعة للاحتفاظ بهذه الأسنان. وإذا كان الاحتفاظ بأكثر من سن لبني للطفل أمراً مبالغاً به حسب البعض، إلا أنه يمكن إنقاذ حياته في يوم من الأيام، حسب ما يقول الباحثون. وتعتبر أسنان الأطفال مخزناً هاماً لنخاع العظم، ويمكن استخدام الخلايا الجذعية المستخرجة منها لعلاج

منظمة الصحة العالمية: وباء الإيبولا يعاود الانتشار بسرعة

وكالات
قالت منظمة الصحة العالمية إن مرض الإيبولا ينتشر بأسرع وتيرة له حتى الآن في جمهورية الكونغو الديمقراطية، وذلك بعد ثمانية أشهر من ظهور للمرة الأولى. وظهر خلال الأسبوعين الماضيين عدد قياسي من الحالات الجديدة مما يمثل انتكاسة حادة لجهود التصدي لثاني أكبر تفشٍ للمرض على الإطلاق في الوقت الذي أدى فيه العنف الذي تمارسه الميليشيات ورفض السكان التعاون مع المسعفين إلى عرقلة الوصول إلى المناطق المعزولة. كانت منظمة الصحة العالمية أعلنت قبل أقل من

ثلاثة أسابيع احتواء حمى الإيبولا النزفية إلى حد كبير، قائلين أن من الممكن القضاء عليه بحلول سبتمبر. وأشارت إلى أن عدد حالات الإصابة الأسبوعية تراجع إلى نصف ما كان عليه في وقت سابق هذا العام وبلغ نحو ٢٥ حالة. لكن عدد الإصابات وصل إلى رقم قياسي هو ٥٧ حالة في الأسبوع التالي ثم قفز إلى ٧٢ الأسبوع الماضي وفقاً لما قاله كريستيان ليندمير المتحدث باسم المنظمة. وجرى تسجيل قفزات سابقة في أعداد المصابين بالمرض بنحو ٥٠ حالة أسبوعياً في أواخر يناير ومنتصف نوفمبر.

ما علاقة الدورة الشهرية بإصابة النساء بالخرف؟

بالخرف مقارنة بمن لم يخضعن لهذا الإجراء. وعلى الرغم من أن أفراد فريق البحث ما يزالون غير قادرين على فهم الرابط بين سنوات الإنجاب الأقصر وزيادة خطر الإصابة بالخرف، إلا أنهم يعتقدون أن مستويات الهرمونات قد تلعب دوراً في ذلك. وأظهرت الأبحاث السابقة أن الإستروجين لديه خصائص مضادة للالتهابات، ما قد يزيد من خطر الإصابة بالخرف.

في أكثر من ٦ آلاف مشاركة، خضعن لفحوصات طبية وأكملن الاستبيانات التي تتعلق بأول دورة حيض، وما إذا كن قد مررن بمرحلة انقطاع الطمث، أو إذا كن ما خضعن لاستئصال الرحم أو جزء منه. ووجدت النتائج أن النساء اللاتي بدأن دورة الحيض الأولى في سن ١٦ عاماً أو أكثر، كن عرضة للإصابة بالخرف بـ ٢٣٪ أكثر من أولئك اللاتي بدأن دورة الحيض في سن ١٣ عاماً أو أقل. ووجد الفريق أيضاً أن النساء اللاتي دخلن مرحلة انقطاع الطمث قبل سن

وكالات
أظهرت دراسة جديدة أن النساء اللاتي يبدأن الدورة الشهرية في عمر متأخر، أو يتعرضن لانقطاع الطمث المبكر، يزيد لديهن خطر الإصابة بالخرف. وتقول المعدة الرئيسية للدراسة، الدكتورة باولا جيلز، وهي عالمة في قسم الأبحاث في كايزر بيرمينغهم، "من المهم دراسة أي عوامل خطر خاصة بالنساء، حيث أنها قد تتقودنا في نهاية المطاف إلى نقاط تدخل محتملة". ونظر الفريق خلال هذه الدراسة،

هل شرب عصير الرمان أثناء الحمل آمن؟

وكالات
تحتوي فاكهة الرمان على مغذيات عديدة تزود الحامل باحتياجات هامة لنمو الطفل وسلامة الحمل. ويعتبر أكل الرمان آمناً تماماً للحامل، لكن وفقاً لدراسة صدرت عام ٢٠١١ ربما من الأفضل عدم شرب عصير الرمان خلال أشهر الحمل قبل التحدث مع الطبيب. الاليفاف، يحتوي مقدار نصف الكوب من حب الرمان عند أكله على ٥ غرامات من الاليفاف، وتعتبر الاليفاف ضرورية لتفادي الإمساك الذي تشكو منه نصف الحوامل تقريباً. وتحت توصيات الحمل على تناول ما بين ٢٥ و ٣٠ غراماً من الاليفاف. الحديد و"فيتامين سي". تمتاز فاكهة الرمان

بأنها تجمع ما بين الحديد و"فيتامين سي" اللازم لامتناس المعدن الهام. وتقيد التقارير الطبية بأن ١٨ بلانما من الحوامل في المجتمعات المتقدمة تعاني من الأنيميا، ويلعب الحديد دوراً هاماً في توصيل المغذيات للجنين. لذلك من المفيد أكل الرمان أثناء الحمل. وتقيد دراسات أجريت عام ٢٠٠٥ بأن تناول فاكهة الرمان أثناء الحمل يعزز من نمو خلايا دماغ الجنين، ويحميها من تشوهات النمو. لكن وفقاً لدراسات أخرى من جامعة ميريلاند عند تناول الحامل عصير الرمان والذي تعرّضت بذوره للعصر تتزايد احتمالات انقباضات الرحم، ما يهدد بولادة مبكرة. لذلك من الأفضل الحصول على فوائد الرمان من أكله وليس شرب عصيره.

ماذا تعرف عن البيات الشتوي لعضلة القلب؟

حدث لأي عضو بالجسم أن يقطع عنه الشريان المغذي له فإنه يكون مثل ورقة الشجر التي تقطع عنها الماء فتجفوت، لكن القلب يعيش بما وهبه الله له من قدرة على تخزين الانقباض وتخزين الأكسجين، فلو كانت عضلة القلب تشبه أي عضو بالجسم لما عاش الإنسان بعد الإصابة بالجلطة، فمع منع الغذاء والدم عن عضلة القلب فإنها تظل تعمل ولكن ليس بنفس الكفاءة، إلا بعد إعادة كفاءة لها بالدعامات أو الجراحة أو الأدوية.

وأوضح شعبان أنه إذا أخذنا عينة من الوريد التاجي سنجد أن نسبة الأكسجين فيها أقل نسبة فالحظ دون أن يبدل الإنسان أي مجهود يسحب حوالي ٧٠٪ من الأكسجين الموجود في الدم الشرياني، وبحث لو بذل الإنسان مجهود لا يجد له احتياطي من الأكسجين لكن هناك احتياطي موجود بالشريان التاجي. وتابع شعبان إلى أن عضلة القلب تقوم بما يسمى الانقباض الاستراتيجي أو ما يطلق عليه البيات الشتوي، حيث يصاب الإنسان بجلطة في الشريان التاجي، ولو

بالقدم أو الذراع أن تم استهلاكها في المشي، فيظهر على الإنسان الإرهاق، ولا بد أن يريح عضلة رجليه أو يده لاستئناف السير مرة أخرى. وأكد شعبان إلى أن القلب على عكس باقي الأعضاء فهو لا يسمح بالراحة فلا بد أن يعمل على مدار الساعة في شكل أوتوماتيكي حتى لو قطع عن هذه العضلة مصدر الطاقة، وذلك لأن لديها مصدر بديل ستظل تعمل حتى مع انقطاع الدم عنها وإن كانت تعمل بشكل بطيء فإنها تظل تعمل ومع عودة الدم لها تعود لتعمل بنفس كفاءتها.

وكالات
قال الدكتور جمال شعبان استشاري قلب وأوعية دموية معيد معهد القلب السابق، إن هناك ما يعرف بالبيات الشتوي لعضلة القلب حيث إن لعضلة القلب خاصية حيوية تساعد القلب على الانقباض والانبساط. وأضاف شعبان في منشور له عبر صفحته الرسمية على فيس بوك، إلى أنه من إعجاز الخالق سبحانه أن عضلة القلب قد تظل تعمل حتى مع منع الغذاء عنها أما باقي عضلات الجسم الموجودة

دراسة: إعادة استخدام الزيت يسبب سرطان الثدي

وكالات
حذرت دراسة جديدة من إعادة استخدام الزيت الذي سبق قلي الطعام فيه لأنه يزيد من نمو وانتشار خلايا سرطان الثدي. وينطبق ذلك على كل أنواع الزيوت بما فيها الأنواع التي تتحمل الحرارة العالية. وأظهرت تجارب الدراسة التي أجريت في جامعة إلينوي باستخدام عينات من سرطان الثدي

الذين يعانون من إعتام عدسة العين بحماية الفواكه والخضروات التي تتميز باحتوائها على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، يخضع تكاليف علاجهم إلى النصف، ويقول الباحثون إن "النتائج التي حصلنا عليها تؤكد على أن الحمضيات والقليل الحار والجزر والطماطم والخضروات الخضراء الداكنة، تؤخر بداية إعتام عدسة العين لعدة سنوات مقارنة منه. وتحتوي هذه المواد على فيتامينات A و C و E وبيتا كاروتين، وكذلك مضادات الأكسدة لوتين وزياكسانثين، تعمل كمواد فعالة في حماية البصر".

١٠ أنواع 'سحرية' من الفاكهة لخفض الوزن

علاج مشكلات الهضم والانتفاخ. الجريب فروت أظهرت دراسات أن تناول نصف حبة من ال"جريب فروت" قبل الطعام يقلل من دهون البطن ويخفف مستوى الكوليسترول السيء. الليمون يعرف عن الليمون فوائده في إزالة السموم من الجسم وخصوصاً من الكبد، مما يعني التمتع بالقدرة على هضم الطعام وحرق الدهون بكفاءة عالية. التوت يتبع التوت بغناه بمضادات الأكسدة ذات التأثير السحري على الدهون، وتسريع عملية "الأيض"، وحرق السعرات الحرارية. الأفوكادو يحتوي الأفوكادو على نسبة عالية من أحماض "أوميغا" الدهنية ذات التأثير الإيجابي على الدهون، والتي تسرع من عمليات التمثيل الغذائي لتحويل الدهون إلى طاقة. الموز يدفع شمار جوز الهند الشهية الجسم على الشعور بأنه لا يحتاج للطعام، كما أنها غنية بالدهون الثلاثية متوسطة السلسلة التي تعزز كفاءة التمثيل الغذائي.

تمتلك الفواكه باحتوائها على سرعات حرارية منخفضة، كما أنها تبعث شعوراً بالاشبع، فضلاً عن قدرتها على حرق السعرات الحرارية، مما يجعلها غذاء مثالياً بـ"مفعول سحري" للباحثين عن الرشاقة. ويشير موقع "فود ورلد" إلى قائمة من الفواكه ذات الفوائد العديدة من ناحية إنقاص الوزن وحرق شحوم الجسم، هي:

وكالات
تمتلك الفواكه باحتوائها على سرعات حرارية منخفضة، كما أنها تبعث شعوراً بالاشبع، فضلاً عن قدرتها على حرق السعرات الحرارية، مما يجعلها غذاء مثالياً بـ"مفعول سحري" للباحثين عن الرشاقة. ويشير موقع "فود ورلد" إلى قائمة من الفواكه ذات الفوائد العديدة من ناحية إنقاص الوزن وحرق شحوم الجسم، هي:

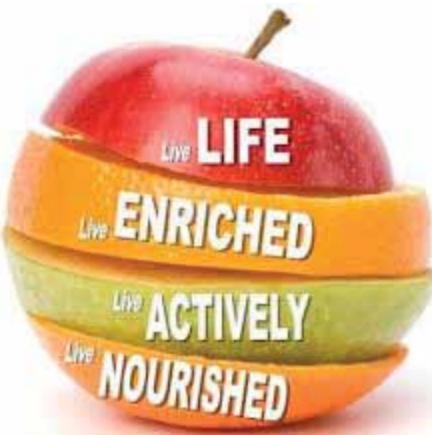
وكالات
يعد التفاح من أنواع الفاكهة الغنية بالألياف، التي تلعب دوراً مهماً في تخفيض نسبة الدهون بالجسم وخصوصاً بمنطقة البطن. ويحسب دراسات فإن تناول التفاح على نحو يومي منتظم لفترة تمتد لخمس سنوات قد قلص نسبة الدهون في البطن بمعدل ٣,٧ في المئة.

مواد غذائية تحمي من إعتام عدسة العين

وكالات
كشفت دراسة حديثة أن تناول مواد غذائية غنية بمضادات الأكسدة، يساعد على تأجيل الإصابة بإعتام عدسة العين لعدة سنوات، ويمنع تطور الإصابة بالمرض. وأظهرت نتائج علمية أجراها علماء جامعة شيان جياوتونغ الصينية وعلما جامعة جنوب أستراليا، وجود علاقة مباشرة بين تناول مواد غذائية غنية بمضادات الأكسدة، وحظر تطور مرض إعتام عدسة العين المرتبط بالعمر. وتوصل الباحثون إلى أن التزام

الذين يعانون من إعتام عدسة العين بحماية الفواكه والخضروات التي تتميز باحتوائها على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، يخضع تكاليف علاجهم إلى النصف، ويقول الباحثون إن "النتائج التي حصلنا عليها تؤكد على أن الحمضيات والقليل الحار والجزر والطماطم والخضروات الخضراء الداكنة، تؤخر بداية إعتام عدسة العين لعدة سنوات مقارنة منه. وتحتوي هذه المواد على فيتامينات A و C و E وبيتا كاروتين، وكذلك مضادات الأكسدة لوتين وزياكسانثين، تعمل كمواد فعالة في حماية البصر".

نصائح حول المكملات الغذائية للحوامل من منظمة الصحة العالمية



تلعب الحالة التغذوية للأم في الفترة السابقة للحمل وأثناء الحمل دوراً أساسياً في نمو الجنين ونمائه. فسوء الحالة التغذوية للمرأة في الفترة السابقة للحمل وفي بداية الحمل (حتى ١٢ أسبوعاً من الحمل)، قد تزيد من مخاطر حصول الحمل الضائرة. ولذا فإن الفترة المحيطة بالحمل تُعد فترة مهمة للتدخلات التي تنهض بصحة الأم وبالتالي تزيد من احتمالات الحصول الإيجابية للحمل.

والحجوب الولاوية والتشوهات الخلقية هي شذوذات بنوية أو وظيفية موجودة منذ الولادة ويمكن أن يتسبب فيها عدد من العوامل بما في ذلك عوز المغذيات الدقيقة. وتُعد عيوب الأنبوب العصبي مثل السنسنة المشقوقة ضمن التشوهات الأكثر شيوعاً.

وتشير البيانات الحالية إلى أن إعطاء مكملات حمض الفوليك في الفترة المحيطة بالحمل يمكن أن يحقق الوقاية من عيوب الأنبوب العصبي، سواء قدمت هذه المكملات بفردها أو في توليفة مع فيتامينات ومعادن أخرى. ينبغي لجمع النساء أن يتناولن جرعة تكميلية من حمض الفوليك (٤٠٠ ميكروغرام من حمض الفوليك في اليوم) ابتداء من سعيهن إلى الحمل حتى الأسبوع الثامن عشر من الحمل.

وينبغي للنساء اللواتي حملن جنيناً شخصت إصابته بعيب الأنبوب العصبي أو ولدن طفلاً مصاباً بعيب الأنبوب العصبي أن يتلقين المعلومات عن خطر النسكة ويظلمن على خطر التكميل بحمض الفوليك في المرحلة المحيطة بالحمل ويحصلن على جرعة تكميلية كبيرة (٥ ملليغرامات من حمض الفوليك في اليوم).

الدهنون أو الدهس والأحماض الدهنية إن الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعبدة اللاتبضع قد تساعد في عدد من العمليات البيولوجية بما في ذلك العمليات التي تكتسي أهمية أثناء الحمل والوضع. وتُعدّ الأغذية البحرية مصدرراً غنياً بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعبدة اللاتبضع وتشير البينّات الصادرة عن الدراسات الرصدية إلى احتمال وجود ارتباط بين استهلاك الأغذية البحرية أثناء الحمل وبين الحد من بعض الحصائل الصحية السلبية مثل مقدمات الارتجاج والابتسار وانخفاض الوزن عند الميلاد.

وتشير البينّات الحالية إلى أن التكميل بالأحماض الدهنية أوميغا ٣ الطويلة السلسلة والعبدة اللاتبضع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبصرة وبعض الزيادة المتواضعة في الوزن عند الميلاد. بروتين

تلعب الحالة التغذوية للأم في الفترة السابقة للحمل وأثناء الحمل دوراً رئيسياً في نمو الجنين ونمائه. وقد تتعرض النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية لزيادة مخاطر حصول الحمل الضائرة بما في ذلك ولادة الرضع المنخفضي الوزن عند الميلاد.

وقد ثبت أن تقديم التكميل المتوازن بالطاقة والبروتين (أي المكملات التي يمثل فيها البروتين أقل من ٢٥٪ من محتوى الطاقة الإجمالية) إلى النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية، يعزز زيادة الوزن أثناء الحمل ويحسن حصائل الحمل.

وتدل البينّات المتاحة حالياً على أن مكملات الطاقة والبروتين المتوازنة تحسّن من نمو الجنين، وقد تحدد من مخاطر الإملاص وانخفاض وزن الرضع عند الميلاد والرضع الصغار بالنسبة إلى العمر الحلمي، ولاسيما في صفوف النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية. ومن المستبعد أن تكون المكملات عالية البروتين مفيدة أثناء الحمل وقد تضر بالجنين. وتشير البينّات أيضاً إلى أن المشورة التغذوية المقدمة قبل الولادة بهدف زيادة مدخول الطاقة والبروتين للأم قد تتسم بالفعالية في زيادة مدخول البروتين لدى الأم والحد من مخاطر الابتسار.

الفيتامينات والمعادن إن اضطرابات فرط ضغط الدم مثل مقدمات الارتجاج والارتجاج هي في عداد الأسباب الرئيسية لوفاة الأمهات والولادة قبل الأوان ولا سيما في البلدان المنخفضة الدخل. وتعتبر الولادة قبل الأوان سبب الرئيسي لوفاة المواليد المبكرة ووفيات الرضع وسبب الأطفال الناجون أكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض تنفسية والمرضاة العصبية في الأمد الطويل.

وينخفض ضغط الدم عادة في أوائل فترة الحمل ثم يرتفع ارتفاعاً طفيفاً حتى نهاية فترة الحمل. ومع ذلك، يخلط هذا التوازن ويزداد خطر الإصابة بمقدمات الارتجاج بسبب البدانة والسكري والحمل التوأمي أو الحمل في سن المراهقة وانخفاض استهلاك الكالسيوم. ويحسن توفير جرغ الكالسيوم المكملة مدخول الكالسيوم ويحد بالتالي من خطر الإصابة باضطرابات فرط ضغط الدم أثناء الحمل حمض الفوليك والحديد

تشير التقديرات إلى أن أكثر من ٤٠٪ من النساء الحوامل على صعيد العالم يعانين من فقر الدم. ووفقاً للتقديرات يعود نصف هذا العيب على الأقل إلى عوز الحديد.

كشفت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدريبات.

وكتب الباحثون في دورية (الطب الرياضي) البريطانية أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز

السرعة والطاقة والقوة والتحمل. من جهته، قال قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ميلبورن بأستراليا، جوزو جرجيك، إن "المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين. وكشفت دراسة ترجع لعام ٢٠١١ أن نحو

٧٥٪ من عينات بول رياضيين شاركوا في الألعاب الأولمبية يحتوي على مستويات مرتفعة من الكافيين". وعام ٢٠٠٤، رُفِع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظور تناولها خلال المنافسات. وذكر جرجيك

لروبرتز بالبريد الإلكتروني: "منذ ذلك الحين زاد تناول الكافيين بين الرياضيين ولا توجد مؤشرات على انحسار ذلك". كما أجرى جرجيك وزملاؤه مراجعة شاملة لنتائج مراجعات سابقة حللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي.

واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وقوتها وأداء الففز وسرعة أداء التمارين. وأضاف جرجيك: "كقاعدة عامة يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد".

احذروا من الإفراط بتناول فيتامين D!

الثلاث الأخيرة من عمره، بناء على نصيحة صديق له. ونتيجة لتعرض هذا الرجل للشمس ولغترات طويلة حصل جسمه على كميات كبيرة من فيتامين D، ما أدى إلى ظهور مشكلات في كليتيه، وبعد تلقيه العلاج خلال فترة طويلة، أصبح يعاني من مرض كلوي مزمن.

والكلى لم تتغير، وتحليل البول لا يحتوي على أي شيء مشبوه. وبعد إجراء فحص موسع ومفصل، اتضح أن مستوى الكالسيوم وهرمون الباراثاين في دمه مرتفع جداً. الأمر الذي يحصل عند الإفراط في تناول فيتامين D. وقد أكد المريض على أنه تناول فعلا فيتامين D على مدى السنوات

ونؤه الأطباء إلى حالة مواطن كندي عمره ٥٤ سنة، راجع الأطباء بسبب مشكلات في الجهاز البولي، بدأت بعد عودته من منطقة جنوب شرق آسيا، حيث كان يقضي وقتاً طويلاً على الشاطئ، ما تسبب في ظهور مشكلات في كليتيه. وأظهرت نتائج الفحص الذي أجراه أخصائيو طب الكلى أن بنية

الكندية من خلال مقال نشرته مجلة "CMAJ"، إلى عدم تناول فيتامين D دون استشارة الطبيب المختص. وأكد الدكتور يورن أوغوست من الجامعة نفسها أن كل المستحضرات الطبية التي أساسها فيتامين D في الصيدليات خطيرة على الحياة، ما لم تستعمل تحت إشراف الطبيب.

من المعروف أن فيتامين D ضروري جدا بسب أهميته بالنسبة لتوازن الجسم والحفاظ على خصائصه، إلا أن الإفراط منه يؤدي إلى نتائج عكسية تماما.

كشفت دراسة طبية أن الإفراط بتناول فيتامين D يؤثر على عمل الكليتين بشكل كبير، حيث دعا علماء جامعة تورنتو

الجزر . . مشروب سحري مهدئ للسعال ومزيل للبلغم

ثم خلط المزيج في الخلاط بعد أن يبرد وتحليلته بـ٣ إلى ٤ ملاعق كبيرة من العسل الأبيض. وللحصول على عظيم الفائدة ينصح بتناول ٣ – ٤ ملاعق من المزيج يوميا لحين التخلص من السعال، وعادة يستغرق هذا الأمر يومين من الاستخدام المنتظم.

يعمل جيدا على تعزيز الجهاز المناعي للجسم. ولتحضير أفضل مشروب سحري للقضاء على السعال، كل كما عليك هو طهي نصف كيلو من الجزر المقطع مع ملققتين صغيرتين من الجزجيل الطازج المبشور في كمية مناسبة من الماء.

وذلك البوتاسيوم، مما يساعد أيضا في الحد من ارتفاع ضغط الدم وعلاج السكري. ويعلم خبراء التغذية جيدا منذ فترة طويلة أن فيتامين (A) يلعب دورا كبيرا في القضاء على العدوى والحفاظ على الأسطح المخاطية مثل الرئتين، كما أن فيتامين (C)

الجزر وبعض المكونات الأخرى ويتمتع بفائدة مذهلة في إزالة البلغم وتنقية الرئة دون أية مواد كيميائية تلك الموجودة في أدوية السعال.

فالجزر من الخضراوات الغنية بالمواد المضادة للأكسدة والفيتامينات كفيتامين A و C و

لطالما سمعنا كثيرا منذ نعومة أظافرتنا عن فوائد الجزر لصحة العينين، لكن هل تعلم أنه يساعد في تهدئة السعال والقضاء على البلغم المزعج؟

يُعد اليود ضرورياً للنمو الصحي لبح الجنين وصغار الأطفال. وتزداد احتياجات المرأة من اليود زيادة كبيرة أثناء الحمل لضمان إمداد الجنين بالفكر الكافي من اليود. ومعظم الأغذية تحتوي على قدر منخفض نسبياً من اليود. ولضمان حصول الجميع على مدخول كافٍ من اليود، توصي منظمة الصحة العالمية واليونيسيف بيودنة الملح كاستراتيجية عالمية. ولكن في بعض البلدان قد لا تكون يودنة الملح ممكنة في جميع الأقاليم. وتشير البينّات إلى أنه في الأماكن التي لا تشهد التنفيذ الكامل لتعميم يودنة الملح، قد لا تتلقى النساء الحوامل والمريضات والأطفال دون سنتين من العمر كميات الملح الميودن الكافية.

ويوفقاً لنسبة الأسر المعيشية التي يمكنها الحصول على الملح الميودن في منطقة معينة، قد يكون التكميل باليود ضرورياً لضمان حصول النساء الحوامل على مدخول كافٍ.

فيتامين ألف يُعد فيتامين ألف مهماً لصحة البصر والوظائف المناعية ونمو الجنين ونمائه. ويمثل عوز فيتامين ألف إحدى مشكلات الصحة العمومية في مناطق عديدة من العالم، ولاسيما في أفريقيا وجنوب شرق آسيا. وقد يؤدي في ضعف البصر في صورة العشى الليلي، كما قد يؤدي في الأطفال إلى زيادة مخاطر الإصابة بالمرض والوفاة الناجمة عن حالات العدوى التي تصيب الأطفال، بما في ذلك الحصبة وحالات العدوى المسببة للإسهال.

ورغم أن النساء الحوامل معرضات للإصابة بعوز فيتامين ألف طوال فترة الحمل، فإن هذا التعرض يبلغ ذروته خلال الأشهر الثلاثة الأخيرة من الحمل، نظراً لتسارع نمو الجنين والزيادة الفسيولوجية في حجم الدم خلال هذه الفترة.

وفي حين أن هناك ما يشير إلى أن إعطاء جرعات صغيرة من مكملات فيتامين ألف للنساء الحوامل على أساس يومي أو أسبوعي، بدءاً من الثلث الثاني أو الأخير من الحمل، في إمكانه أن يخفف من حدة تراجع مستويات فيتامين أ المحتوي في الفترة الأخيرة من الحمل ومن أعراض العشى الليلي، فإن البينّات الحالية تشير إلى أن التكميل بفيتامين ألف أثناء الحمل لا يؤدي إلى الحد من مخاطر المرض أو الوفاة في صفوف الأمهات أو الرضع. وينبغي تشجيع النساء الحوامل على تلقي التغذية الكافية، وتمتثل أفضل طريقة لتحقيق ذلك في استهلاك نظام غذائي صحي ومتوازن.

فيتامين دي من المعروف أن فيتامين دال يلعب دوراً مهماً في أيض العظام من خلال تنظيم توازن الكالسيوم والفسفات. وينتج الجسم فيتامين دال أثناء التعرض لأشعة الشمس، ولكنه يوجد أيضاً في الأسماك الزيتية والبيض ومنتجات الأغذية المغنّاة. ويُعتقد أن عوز هذا الفيتامين منتشر بين النساء الحوامل في بعض الفئات السكانية، وثبت ارتباطه بزيادة مخاطر الإصابة بمقدمات الارتجاج وداء السكري الحلمي والابتسار وحالات أخرى تتعلق بالأسنجة تحديدًا.

ويحسن تعاطي مكملات فيتامين دال أثناء الحمل من الحالة المتعلقة بفيتامين دال وقد يؤثر إيجاباً على توافر هذا الفيتامين للجنين. ولكن البينّات المتاحة حالياً لتقدير الفوائد والمضار الناجمة عن استخدام مكملات فيتامين دال بفرده أثناء الحمل لتحسين الحصائل الصحية للأم والرضع ما زالت محدودة.

وينبغي تشجيع النساء الحوامل على تلقي التغذية الكافية، وتمتثل أفضل طريقة لتحقيق ذلك في استهلاك نظام غذائي صحي ومتوازن. زنك إن دور الزنك محوري في تقاسم الخلية وتركيب البروتينات والنمو مما يعني أن توفير قدر كافٍ من الزنك أمر يكتسي أهمية خاصة بالنسبة إلى المرأة الحامل. وتشجع حالات عوز الزنك والمغذيات الأخرى الزهيدة المقدار أثناء الحمل بسبب زيادة احتياجات الأم والجنين في طور النمو من المغذيات. ويمكن أن تؤثر حالات العوز المذكورة تأثيراً سلبياً في حصائل الحمل بما في ذلك في صحة الأم والمولود الرضيع. وتفيد البينّات المتاحة بأن توفير جرغ الزنك المكملة أثناء الحمل يمكن أن يساعد على تقليل حالات الولادة قبل الأوان في السيدات المنخفضة الدخل غير أنه لا إضافة لتربصها بالجمع بعض النظر عن الاختلافات في الحالة تشمل انخفاض الوزن عند الميلاد أو مقدمات الارتجاج.

٥ من مشاكل البشرة يعالجها زيت الزيتون

الزيتون، ملقحة كبيرة من الطحين، والقليل من ملح البحر والحليب السائل، يتمّ تدليك البشرة بهذه الخلطة ثم تركه لمدة ٢٠ دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم.

٥- يقي من الجفاف: يساعد اجتماع زيت الزيتون مع زيوت أخرى في تأمين ما تحتاجه البشرة من تغذية بالعقم. لتحضير هذه الخلطة يكفي أن تنزج في وعاء: ٥٠ ملليلتر من زيت الزيتون، ٥٠ ملليلتر من زيت الأفوكادو، ٦٠ نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، ٩قطرات من زيت الفيتامين E. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيتها بالعقم خلال الليل.

عناية خاصة يمكن أن يؤمنها زيت الزيتون من خلال تحضير مقشّر فعال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بحركات دائريةً بخليط مؤلف من ٣ ملاعق من زيت الزيتون و٣ ملاعق من السكر. يمكن أن نضيف إلى هذا المقشّر بضع قطرات من زيت اللوز الحلو للحصول على مفعول مجدد ومنمّج للبشرة.

٤- يحارب الثآليل: تتعرّض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من الثآليل بما يتربّحها شاحبة وفاقدة للحوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للثآليل في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت

بمدهً يتمّ على البشرة وتركه لفترة ٢٠ دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم.

٢- يخفف من توسّع المسام: يمكن للمسام المتوسّعة أن تظهر على البشرة الجافة والدهنية على السواء. للمساعدة على إبقاؤها واكتساب البشرة النعومة المشدودة، يُنصح باعتماد قناع مؤلف من ظرف من الخميرة الكيميائية، وملعقة كبيرة من العسل، وملعقة كبيرة من زيت الزيتون. يُطبق هذا القناع لمدة ١٠ دقائق على البشرة الجافة ولعدة ٢٠ دقيقة

١- يعالج حب الشباب: يساهم زيت الزيتون في علاج مشكلة حب الشباب. لتحضير قناع مفيد في هذا المجال، يكفي خلط القليل من الطحين، والحليب السائل، وزيت الزيتون، ووضع نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التأم الندبات التي تسببها البثور. سماءة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن

٣- يعتني بالبشرة الفاقدة للحوية: تحتاج البشرة الفاقدة للحوية إلى

”child development process“ نموّ الطفل

الذاكرة. ويؤدّي نموّ وعي الأطفال الصّغار بحالاتهم العاطفيّة وخصائصهم وقدراتهم إلى التّعاطف (القدرة على تقدير مشاعر ووجهات نظر الآخرين) والذي يلعب دوراً مهمّاً، بالإضافة إلى أشكال أخرى من الوعي الاجتماعي، في تطوّر الحسّ الأخلاقي، حيث يمكننا القول أنّ أساس الأخلاق عند الأطفال ينبع من خوف بسيط من العقاب والألم وفق بشأن حصولهم على استحسان أولياء أمورهم. عامل آخر مهمّ في التطوّر العاطفي لدى الأطفال هو تشكّل مفهوم لذواتهم، أو هويّاتهم (معرفة من يكونون وما علاقتهم بالأشخاص من حولهم). وتحديداً، تلعب الثلاث سنوات.

تمامياً مستعراً للمفردات، واستخداماً متزايداً للتراكيب المفرداتية، وفهمياً أولياً لقواعد اللغة وبناء الجملة. وبلوغهم السنّة الثالثة، يميل الأطفال إلى استخدام جُمَل خماسيّة أو حتى سداسيّة الكلمات، حتى يتمكّنون من التخطّاط بجُمَل الكبار في الرّابعة من عمرهم. أمّا الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسادسة فيتحقّقون قواعد اللغة والمعنى المعقّدة. في مرحلة الطّفولة المبكّرة (٢-٧ سنوات) يتعلّم الأطفال إنجاز عمليّات عقلية متنوّعة واستخدام التّفكير واللغة الرمزيّين لتحويل بينّتهم وتغيير المعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمّنهم في تصنيف للأفكار وفهم للوقت والعدد، في مرحلة الطّفولة المتأخّرة (٧-١٢ سنة). وبتأطّراد، تزداد سعة الذاكرة لديهم لتُسند العمليّات الإدراكية الأخرى، ولما تتحصّن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في

الصحيّة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها.قرحة المريء على الرغم من قلّة عدد الإصابات بالقرحة في المريء – وهو الأنوبو الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أنّ أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعاً فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواصلة بين المعدة والمريء– والذي يُمكن أن يتسبب بقرحة يبلغ طولها ٢.٥سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر نظراً منه أنه لن يتسبب بأذى فعلي، إلا أنّه قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاع المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

مراحل النمو للأطفال



القرحة، فهي عديدة وأكثرها شيوعاً هو الاستخدام طويل المدى لبعض مسكنات الألم التي لا تستلزم وصفة طبية، مثل الأسبرين، أدوية الأيبوبروفين (ibuprofen) (Advil) وموترين (Motrin) – أو أقراص نابروكسين صوديوم (naproxen sodium pills) ، بالإضافة لما سبق، فإنّ التوتّر والأطعمة الغنيّة بالتوابل يمكنها جعل القرحة أسوأ وأكثر إبلاماً. تُدعى القرحة الهضمية بقرحة المعدة. في حين أنّ تلك الموجودة في الجزء العلوي من الأمعاء الدقيقة تُدعى بقرحة الاثني عشر.

في المريء بفعل أسباب أخرى أيضاً، مثل تناول أدوية مُعيّنة، التدخين والإصابة بعدوى فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيريس (Herpes) أو فيروس العوزّ المناعيّ البشري (AIDS). قد يكون مرض الشبّام (Bulimia nervosa) سبباً من أسباب قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنية قصيرة، ثم اتباعها بما يُعرف بعملية التطهير ويعني ذلك التخلّص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحة المريء أعراض عدّة، مثل: المشاكل، والآلام المصاحبة لعملية البلع، حرقة في المعدة، غثيان، ألم في الصدر وتقبؤ الدماء. قرحة المعدة والأمعاء الدقيقة يُمكن إبراج نوعا القرحة هنتين تحت فئة القرحة المدعوة بالقرحة الهضمية (Peptic ulcers)، والتي تتعدد أعراضها، لكن الغرض الأكثر شيوعاً هو الألم الناجم عن الشعور بالحرقة في المعدة والذي يصبح أسوأ في حال كانت المعدة خاوية، أما بقية الأعراض فهي الانتفاخ، كثرة التجشؤ والغثيان، وفي الحالات المتقدمة فهي تقيؤ الدم، وجود دماء مصاحبة للبراز، صعوبة التنفس، حدوث تغيّرات في الشهيّة وفقدان الوزن. أما عن أسباب الإصابة بهذا النوع من

العلامات المُنتزدة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ الالتهاب الخارجي المفقوح يكون مؤلماً وقابلاً للتجنّح بسهولة، إلا أنّ للالتهابات الخارجية جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر الالتهابات تعقيداً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك الالتهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركاً واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافةً لتربصها بالجمع بعض النظر عن الاختلافات في الحالة

الصحيّة فيما بينهم. يستعرض هذا المقال أشهر أنواع القرحة، أسبابها وأعراضها.قرحة المريء على الرغم من قلّة عدد الإصابات بالقرحة في المريء – وهو الأنوبو الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أنّ أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعاً فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواصلة بين المعدة والمريء– والذي يُمكن أن يتسبب بقرحة يبلغ طولها ٢.٥سم في المريء، قد يستهين البعض بهذا الأمر نظراً منه أنه لن يتسبب بأذى فعلي، إلا أنّه قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاع المريئي لأحماض المعدة دونما علاج. يُصاب الأشخاص بالقرحة

العلامات المُنتزدة بخطر وجود القرحة لا شك أنّ الالتهاب الخارجي المفقوح يكون مؤلماً وقابلاً للتجنّح بسهولة، إلا أنّ للالتهابات الخارجية جانباً مُشرباً ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل علاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المقابل، يزداد أمر الالتهابات تعقيداً في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك الالتهابات وأكثرها إزعاجاً هو القرحة. تتعدّد أنواع القرحة بتعدد مواطن تشكّلها، إلا أنّ لها جميعها قاسماً مُشتركاً واحداً، وهو كونها مزعجة جداً إضافةً لتربصها بالجمع بعض النظر عن الاختلافات في الحالة

القرحة – Ulcers

تعديل غذائي يحمي الرجال تحديداً من هذا المرض الخطير



الإرهاق المتواصل،
التقيؤ والغثيان،
وسائل تشخيص سرطان القولون
فحص الدم الخفي في البراز،
الفحوصات الرقمية للمستقيم،
تنظير القولون السيني لفحص القولون
والمستقيم،
أما المرضى المصابون بسرطان القولون، أو
توجد شكوك للإصابة به، فهناك تقنيات تشخيصية
للكشف عن السرطان وتشمل:
حقنة الباريوم الشرجية للغايرة المزودة
(صورة أشعة سينية خاصة للأمعاء)،
تنظير القولون لدراسة الورم بدقة،
صورة رنين مغناطيسي أو صورة الأمواج فوق
الصوتية للمستقيم،
تصوير مقطعي للصدر والبطن والحوض
للكشف عن انتشار السرطان،
المستضد السرطاني المضعي (-Carcino-CEA embryonic antigen) وهو فحص
دم مهم يعمل كمؤشر للمرض، ويجب أن تخفّض هذه
المؤشرات مع العلاج الكيميائي الفعال،
علاج سرطان القولون
يمكن أن يتضمن علاج سرطان القولون الجراحة،
العلاج الكيميائي أو الإشعاعي، علاج الأضداد
وحيدة النسيلة، رعاية ما بعد العلاج، وتعتبر
الجراحة غير فعالة للمرضى بالمرحلة المتقدمة من
سرطان القولون الذي قد انتشر، في هذه الحالة يلجأ
الأطباء إلى الرعاية التلطيفية، وفق مؤسسة الحسين
للسرطان في الأردن.

والم تشهد النساء المشمولات بالدراسة نفس
الفائدة،
ووجد الفريق أن الرجال الذين يتناولون أكثر
الأطعمة النباتية صحية تقل لديهم مخاطر الإصابة
بسرطان القولون والمستقيم بنسبة ٢٢٪،
الخضار والفواكه والحبوب الكاملة
بشكل عام، ارتبطت النظم الغذائية النباتية
-خاصة الأنظمة الغذائية الصحية- بانخفاض خطر
الإصابة بسرطان القولون والمستقيم لدى الرجال،
ولكن ليس لدى النساء، ولا يبدو أن النظم الغذائية
النباتية غير الصحية تقلل من المخاطر،
وتوصي جمعية السرطان الأميركية بأنه لتقليل
مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، يجب
على الشخص تناول الكثير من الخضار والفواكه
والحبوب الكاملة، والحد من كمية اللحوم التي
يتناولونها،
ويقول البروفيسور جيبي كيم، من جامعة كيونغ
هي، وهو أحد مؤلفي الدراسة -في تصريح لموقع
ميدكال نيوز تودي- إن مضادات الأكسدة الموجودة
بالأطعمة كالفواكه والخضراوات والحبوب الكاملة
يمكن أن تسهم في تقليل مخاطر الإصابة بسرطان
القولون والمستقيم عن طريق قمع الالتهاب المزمن
الذي يمكن أن يؤدي إلى السرطان،
وتابع "نظراً لأن الرجال معرضون لخطر
الإصابة بسرطان القولون والمستقيم أعلى من
النساء، فإننا نقترح أن هذا يمكن أن يساعد في تفسير
سبب ارتباط تناول كميات أكبر من الأطعمة النباتية
الصحية بتقليل خطر الإصابة بسرطان القولون
والمستقيم لدى الرجال وليس النساء"،
ما هو سرطان القولون والمستقيم؟

وكانت
توصلت دراسة طبية حديثة إلى أن تعديلاً معيناً
في النظام الغذائي يقلل خطر إصابة الرجال بمرض
خطير، فما هو المرض؟ وما هذا التعديل؟
المرض هو سرطان القولون والمستقيم، أما
التعديل المطلوب فهو تناول المزيد من الحبوب
والفواكه الطازجة والخضراوات،
وأجرى الدراسة باحثون من الولايات المتحدة
وكوريا الجنوبية، ونشرت في مجلة "بي إم سي
ميديسين" (BMC Medicine)،
الأطعمة النباتية الصحية
ووجد الباحثون أن النظام الغذائي -الغني
بالأطعمة النباتية الصحية- لدى الرجال يرتبط
بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم،
ومن الأطعمة النباتية الصحية: البقول
والخضار والفواكه الطازجة والحبوب الكاملة،
ومعظم الذين تم تشخيصهم بسرطان القولون
والمستقيم فوق سن الخمسين، ويمكن أن يؤثر على
الشباب أيضاً،
وفي السنوات الأخيرة، بدأت الحالات لدى كبار
السن بالانخفاض، لكن الإصابة بين الشباب أخذت في
الازدياد، ومع ذلك، قد تكون هذه التغييرات بسبب أن
فحص السرطان أصبح أكثر فعالية،
وشملت الدراسة -وفقاً لموقع هيلث لاين-
١٧٣،٤٢٧ مشاركاً ينتمون لمجموعات عرقية متنوعة،
وجاءت النتائج بعد متوسط وقت متابعة يزيد قليلاً
على ١٩ عاماً، ووجدت أن الرجال الذين اتبعوا
نظاماً غذائياً صحياً يعتمد على النباتات كانت لديهم
معدلات أقل من سرطان القولون والمستقيم.

٣ أسرار حتى تعمّر لـ ١٠٠ عام



وكالات
تبدو بيرداسدوفوجو كأي قرية أخرى في إقليم
سردينيا الإيطالي، لكنك ستشعر بالدهشة بالبالغة
عندما تعلم، أنه يوجد بهذه القرية المغمورة أكبر
عدد من المعمرين الذين بلغوا الـ ١٠٠ عام، مقارنة
بأي مكان آخر في العالم، فما سرهم؟
رغم أن قرية بيرداسدوفوجو التي يبلغ عدد
سكانها ١٧٨٠ نسمة، تزدهر بإدراجها في موسوعة
غينيس للأرقام القياسية لتسجيلها أكبر عدد من
المعمرين عالمياً، فإن الطريق المؤدي إليها لا يحمل
علامات تشير إلى شهرتها،
وتقديرها، لما اشتهر به سكانها من طول العمر،
أطلق أحد متاجر البيزا بميدان القرية على نفسه
اسم "بيزا لوجيفيتا" أي "الحياة الطويلة".
الطعام الصحي والهواء النقي والابتعاد عن
الضغوط
وأصبح المسنون مصدر فخر لسكان القرية،
وهناك صور فوتوغرافية بالأبيض والأسود
للمعمرين الذين بلغوا ١٠٠ عام، معلقة على
جدران البيوت على طول الطريق الرئيسي،
وأسماءهم مسجلة تحتها وكذلك العام الذي ولدوا
فيه،
وعلى سبيل المثال نجد صورة فينوتوري لاي
الذي ولد في ١٢ فبراير/شباط ١٩٢٢، وتظهر
صورته رجلاً يتبسم في خجل، ويرتدي قبعة
ملونة وسترة شتوية، وقميصاً أبيض اللون
وربطة عنق كالفراشة (بايرون)،
وأصغر معمر في قرية بيرداسدوفوجو أنونزياتا
ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦
أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوفي
شخصياً بتقديم التهنئة لها
الزراعة: ويؤكد أنطونيو برونو أكبر السكان
في القرية عمراً، أن الزراعة كانت دائماً هي النشاط
الاقتصادي الرئيسي في القرية،
وقال لحظة "راي" التلفزيونية، إن "السكان
يعملون على الدوام وسط الهواء النقي"، ويبلغ
برونو من العمر ١٠٤ أعوام، ولا تزال بشرته
مشدودة دون تهرلات ولوحنتها أشعة الشمس
قليلاً، وليس ثمة ما يشير إلى عمره الحقيقي سوى
سقوط أسنانه الأمامية،
بينما يقول سلفاتورري مورا وهو مؤرخ وعضو
بالمجلس المحلي بقرية بيرداسدوفوجو، إن ثمة
عدة عوامل تقصر طول عمر سكان القرية، أحدها
العوامل الوراثية، إلى جانب أن السكان المحليين
يتناولون أطعمة لا يبعد مكانها عن بيوتهم حيث
ترجع أساساً في حدائق منازلهم،
ويشير مورا إلى أهمية التواصل والقرب
الاجتماعي بين سكان القرية، ويقول "من المعتاد
أن يحيط أفراد العائلة ببعضهم بعضاً حتى آخر
يوم في حياتهم"، مؤكداً أن هذا الاتجاه يساعدهم
على الحفاظ على صحتهم ولياقته البدنية
والذهنية،
وتحتفل القرية بالعيد المئوي لكل من يبلغ

من سكانها هذا العمر، ولكن لا يبدو أنه ستقام
احتفالات بهذه المناسبة خلال العام الجاري
حسبما يقول مورا، ويضيف قد يقام احتفال في
العام المقبل ببلوغ أحد السكان ١٠٠ عام من عمره،
ويقول ماسيمو وهو نال بمقهي كائن بميدان
"أوربا" بوسط البلدة، وهو يقدم الطلبات
للزبائن، "لا يمكنك أن ترى مثل هذا العدد الكبير
من المعمرين، الذين تجاوزوا الـ ١٠٠ من العمر
ويتمتعون بالنشاط والحيوية في أي مكان آخر".
وترتفع درجة الحرارة عادة خلال فصل
الصيف، ولا يتمتع جميع السكان بالعافية، فمثلاً
تقيم امرأة تعاني من عدم القدرة على الحديث في
دار لرعاية المسنين، حسبما يقول ماسيمو،
طريقة سكان سردينيا الحياتية
وفي تفسيره لطول عمر سكان القرية، يقول
ماسيمو إن "الفضل في ذلك يرجع ببساطة إلى
طريقة سكان سردينيا الحياتية". ويضيف أنه
يشكل علم لا يتناول أحد منهم أي عقاقير كما
يتناولون أطعمة صحية، ويعيشون حياة هادئة
تتسم بالبساطة،
ويسمى العلماء أيضاً إلى فهم طول عمر
سكان جزيرة سردينيا، ويخطط مشروع تشارك
فيها جامعة ساساري بالجزيرة، في وضع طبقات
متتابعة من ١٣ ألف عينة، من الحمض النووي
لسكان مقاطعة أولجياسترا، وفقاً لما ذكرته وكالة
أنباء أنسا الإيطالية، بينما يقول نائب رئيس
الجامعة جافينو ماريوتي، "أمل أن نبرهن على
أن السكان يعيشون حياة جيدة في سردينيا،
ويكون ذلك أيضاً وسيلة لتسويق بلدنا".

اضطرابات النوم وصحة النساء.. مشاكل خطيرة تستدعي الانتباه

مخاطر الإصابة والحوادث والمرض وحتى الموت، وفقاً للمؤسسة
النوم،
ربطت الدراسات الحديثة بين اضطرابات النوم وسوء
التبويض وعدم انتظام الدورة الشهرية وضعف الخصوبة لدى
النساء،
يسرد TIMESOFINDIA بعض تأثيرات اضطرابات
النوم على صحة المرأة على النحو التالي:
١- مشاكل الخصوبة
النوم الجيد ليلاً أمر حيوي لعلاج العقم لعدة أسباب، حيث
يرتبط النوم والتكاثر ارتباطاً وثيقاً ويتبعان إيقاع الساعة
البيولوجية،
لا ينتج الدماغ هرمونات تناسلية بطريقة إيقاعية طوال اليوم
؛ لذلك، فإن أي اضطراب في النوم أو إيقاع الساعة البيولوجية
يمكن أن يتداخل مع الإنتاج الطبيعي لهذه الهرمونات ووظيفتها،
حتى ليالٍ قليلة من الحرمان من النوم يمكن أن تعطل إنتاج
الهرمونات وتحمل الإجهاد،
٢- عدم التوازن الهرموني
يمكن أن يؤدي قلة النوم إلى عدم كفاية إنتاج بعض الهرمونات
التناسلية المعززة للخصوبة، تلعب الهرمونات دوراً مهماً في
الإباضة، وهي الخطوة الأولى للحمل،
ينتج جهاز الغدد الصماء كل ليلة بعض الهرمونات الأساسية
المرتبطة بالحمل، بما في ذلك هرمون الاستروجين والبروجسترون
والهرمون الملوتن (LH) والهرمون المنبه للجريب (FSH)،
قلة النوم تتعارض مع هذه الهرمونات، مما يجعل الحمل
بشكل طبيعي أكثر صعوبة،
بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تؤدي الاختلالات الهرمونية إلى
انخفاض الرغبة الجنسية وتقلبات مزاجية شديدة والتعب،
٣- انخفاض جودة البيض
السهر وعدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يمكن أن
يمنع إفراز الميتاتونين الذي يحفز النوم ويحمي البويضات أثناء
الإباضة من خلال التأثيرات المضادة للأكسدة، مما يؤدي إلى
ضعف جودة البويضات وضعف الخصوبة،

اكتشاف بكتيريا تكسر النيكوتين وتقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني



وكالات
كتشف الباحثون أن نوعاً معيناً من البكتيريا
يكسر النيكوتين في أوعية الفئران ويقلل من
احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني وسرطان
الكبد، ويخطط الباحثون لتطوير دواء من
الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتيريا لتقليل
فرض الإصابة بالأمراض لدى المدخنين،
وبالإضافة إلى ارتباطه بأمراض الرئة، فقد تم
ربط تدخين السجائر أيضاً بمرض الكبد الدهني،
ووجد الباحثون أن نوعاً معيناً من البكتيريا
يكسر النيكوتين في أوعية الفئران، ومن ثم يقلل
من احتمال الإصابة بأمراض الكبد الدهنية،
وحسب تقرير نشر على موقع "ميديكال
إكسبريس" (Medical Xpress) في ٢٤
نوفمبر/تشرين الثاني الجاري، قام فريق دولي
من الباحثين المنتمين إلى مؤسسات متعددة في
الصين والولايات المتحدة بعزل نوع من البكتيريا
التي تكسر النيكوتين في أوعية الفئران،
علاقة التدخين بمرض الكبد الدهني
يرتبط تدخين التبغ بمرض الكبد الدهني غير
الكحولي، لكن الآلية الكامنة وراء هذا الارتباط
غير واضحة، ومرض الكبد الدهني غير الكحولي
هو أحد أنواع مرض الكبد، ويشمل مجموعة
واسعة من الأمراض التي تتطور عادة من تنكس
دهني بسيط إلى تلف الكبد وسرطان الخلايا
الكبدية في بعض الحالات،
بكتيريا تكسر النيكوتين في أوعية الفئران
وجد الباحثون أنه عندما يدخل الناس
(أو الفئران في التجربة) السجائر، فإن بعض
النيكوتين يمتص بطريقة إلى الأوعية، ويؤدي ذلك
إلى زيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني
المرتبطة بالندبات، وكذلك الإصابة بسرطان الكبد
في بعض الحالات،
وفي الدراسة المنشورة في دورية "نيتشر"
(Nature)، تصف المجموعة البحثية كيف
عزل الباحثون البكتيريا وماداً يمكن أن يقلل
اكتشافهم من حالات الإصابة بمرض الكبد
الدهني لدى البشر، حيث وجدوا أن نوعاً معيناً
من البكتيريا يكسر النيكوتين في أوعية الفئران،
ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد
الدهني،
وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تنشق
طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة
عينات البراز من ٣٠ مدخنًا و٣٠ من غير
المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران
ووجدوا النتائج متشابهة
بعد ذلك، عثروا على أوعية الفئران
التجارب، وتم التخلص من البكتيريا الموجودة
فيها، ثم أجروا تجربة النيكوتين مرة أخرى،
ووجدوا أن الفئران ذات الأوعية المعقمة
تحتوي على قدر أكبر من النيكوتين في أنظمتها،
مما يشير إلى أن نوعاً واحداً على الأقل من بكتيريا
الأوعية يعمل على تكسير النيكوتين،
بعد ذلك، ومن خلال عملية الإزالة، تمكنوا
من تحييد نوع من البكتيريا يعرف باسم
"بكتيريا بكتيرويديس" (Bacteroides
xylanisolvens)، وظهر أن هذه البكتيريا
هي المسؤولة عن تكسير النيكوتين، وتقليل
أضراره داخل أوعية الفئران، حيث كانت تنتج
الإصابة بمرض الكبد الدهني لديهم
إنزيمًا يكسر النيكوتين..

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

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

المغرب يدعو فيسبوك لحماية المعطيات الشخصية لمواطنيه

لدراسة المقترحات المتعلقة بأفضل الممارسات للشبكات الاجتماعية التي يمكن أن تترك المحتوى التحريري للمنصة المخصصة لحماية الحياة الخاصة الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب، والتي سيتم وضعها قريباً على الإنترنت من طرف اللجنة الوطنية.

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت، أيضاً، على تبادل الرؤى مع الشركة، حول التطورات الحالية والمستقبلية في العالم واستخدامات التكنولوجيا الرقمية (الاستخدامات الجديدة، تصنيف الخوارزميات الخاصة للتفسير، الذكاء الاصطناعي المسؤول، مصير حسابات الأشخاص بعد الوفاة...)، وخلص المصدر ذاته إلى أن اللجنة الوطنية طلبت من ممثلي شركة فيسبوك أن تتم دراسة مختلف طلباتها، وأن تقتترح خطة عمل فعالة قادرة على الاستجابة لمختلف هذه المواضيع.



الوطنية والمتعلقة بالماساء بالحياة الخاصة وبالسمنة أو الأخلاقيات بانتحال الصفة، وبالحق في النسيان، وتحديد الموقع الجغرافي، وبالتنميط

من قبل الشبكات الاجتماعية لشركة "فيسبوك".

وعبرت اللجنة الوطنية ممثلي شركة فيسبوك -وفقاً للبلاغ- عن استعدادها

لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

بمقدورهم الحصول على أي معلومات شخصية ولا على الرقم العشوائي. اقراً أيضاً، تعرف على مستقبل الترفيه باستخدام تطبيقات "الواقع المعزز"؟

ثم ماذا عن غوغل و"المساعد"؟ قالت غوغل إن مراجعها يتمكنون من الاستماع إلى التسجيلات الصوتية الآتية من نظام "المساعد - Assistant" الذي يعد جزءاً أساسياً في معظم الهواتف التي تعمل بنظام أندرويد وفي السماعات المنزلية التي تنتجها.

ولكنها أضافت أن هذه التسجيلات غير مرتبطة بأي معلومات قد تدل على شخصية مالكها، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التعمية على صوت الزبون.

هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتي؟

ثمة مخاوف جدية من أن السماعات الذكية تسجل سراً كل ما يقال في المنازل. ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنياً على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس.

تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستيذان عن كلمات توقضا من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "وكي غوغل" أو "هاهي سييري".

وانها لا تعلق إلا على عدد صغير جدا من تسجيلات سماعات أليكسا. وجاء في البيان، "تساعدنا هذه المعلومات في تمرين أنظمة التعرف على النطق والتعرف على اللغات التي نستخدمها، من أجل أن تكون سماعات أليكسا أكثر استجابة لرفيقتكم وشمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

ومضت الشركة للقول، "نطبق معايير تقنية وعملياتية صارمة، ولا نتشاهل مع أي محاولة للاساءة لأنظمتنا. الموظفون ليس لديهم أي سبيل للتوصل إلى معلومات قد تكشف لهم شخصية المشترك أو الحساب".

ولكن ماذا عن أبل وسييري؟ مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون يبريقومون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سييري يقصر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سييري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف أيفون وسماعات هوم بود.

وتنص الضوابط الأمنية لأبل على ضرورة أن تكون التسجيلات الصوتية خالية من أي إشارات إلى مصادرها وأن تكون مرتبطة برقم عشوائي يعاد خلقه كلما يطفئ جهاز سييري.

ويتم تخزين أي تسجيل لأكثر من 6 شهور دون الرقم العشوائي. وتقول أبل إن مراجعها ليس

الالكترونيات ٢٠١٩ وقال موقع بلومبيرغ سبعة أشخاص راجعوا تسجيلات من أجهزة أمازون إيكو وخدمة أليكسا التابعة للشركة ذاتها. وقال الموقع إن المراجعين يدونون ما يرد في محادثات المستهلكين ويفعلون عليها بغرض تحسين أداء أنظمة أمازون للتعرف على النطق.

يذكر أن التسجيلات الصوتية لدى أمازون مرتبطة برقم حساب واسم المشترك الأول ورقيم سماعه الأليكو المستخدمة.

وقال بعض المراجعين بلومبيرغ إنهم يطالعون زملاءهم على بعض التسجيلات الظرفية من خلال غرفة دردشة خاصة بأمازون.

كما قالوا إنهم سمعوا تسجيلات مزعجة منها تلك التي توحى باعتداء جنسي محتمل. ولكن زملاء لهم قالوا لهم إنه ليس من مسؤولية أمازون التدخل في هذه الحالات.

ما الذي قالته أمازون؟

تنص شروط استخدام أمازون على أن التسجيلات الصوتية تستخدم "من أجل الاجابة على اسئلتكم وتنفيذ طلباتكم وتحسين تجربتكم وخدماتنا". ولا تتطرق الشروط إلى وجود مراجعين بشر. وقالت أمازون في بيان إنها تأخذ قضيتي الأمن والخصوصية مأخذ الجد،

وكالات

طالبت لجنة مغربية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي، شركة "فيسبوك" إلى ضرورة تواجد مراكز المعطيات (داتا سانتر) التي تستضيف المعطيات الشخصية للمواطنين والمقيمين في المغرب، في بلدان تضمن مستوى حماية كاف للحياة الشخصية.

جاء ذلك في اجتماع عقده رئيس اللجنة الوطنية لمراقبة حماية المعطيات ذات الطابع الشخصي (رسمية)، عمر السغروشني، بمعية خبراء اللجنة الوطنية، مؤخرا، مع ممثلين من شركة فيسبوك، خصص لتدارس مجموعة من الآليات القانونية والعملية لحماية المعطيات الشخصية، بحسب ما أضافت وكالة المغرب العربي للأنباء.

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل

ببغضائل مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة ومن المتوقع أن يضع مصنعو الكابل في قاع المحيط أكثر من مضخة صوتية لتزويد كل زوج من الألياف، وبالتالي، في حال تحطمت إحداها، ستكون هناك نسخ احتياطية منها.

ويكمن أن يحمل كل زوج من الألياف ثلاث مضخات، مما يعني أن مكررا واحدا قد يحمل، على سبيل المثال ٢٤ مضخة في حال كان الكابل يتكون من مائة زوج من الألياف.

تجدر الإشارة إلى أن الكابل الجديد الذي تعتمزم غوغل بثائه سيضم ١٢ زوجا من الألياف، وفي حال اتبعت غوغل هذه الاستراتيجية، فستحتاج إلى قدر كبير من المضخات في كل مكر، وهذا ما يجعلها عملية مكلفة ومعقدة للغاية.

وأفادت المجلة بأن الحل لهذه المشكلة يتمثل في إجراء يسمى "مشاركة المضخة" أو "غرس المضخة" في قاع البحر" حسبما أكد فوسريكالا.

وباستخدام طريقة غرس المضخات، ستتمكن شركة غوغل من بناء كابل ذو قدرة هائلة دون زيادة التكلفة وتعقيد النظام. ومن المقرر أن يدخل كابل "دونانت" قيد العمل في سنة ٢٠٢٠.

وكالات أشار تقرير نشره موقع بلومبيرغ الأخبشاري، حول السماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تنتجها شركات أمازون وأبل وغوغل، مخاوف العديد من المستخدمين حول العالم.

وقال التقرير، بحسب "بي بي سي عربي"، إن موظفي شركات أمازون وغوغل وأبل يسترقون السمع إلى ما يقال في السماعات الذكية، مؤكدا أن هذه الشركات عينت موظفين مهمتهم التنصت على ما يقوله المستخدمون للسماعات الذكية والتطبيقات الصوتية التي تروج هذه الشركات لها.

وكشفت موقع بلومبيرغ الأخبشاري الموضوع بعد أن تحدث مع موظفين في شركة أمازون واجههم "مراجعة" تسجيلات سماعات "أليكسا" التي تنتجها وتسوقها الشركة.

وتقول الشركات الثلاث إن التسجيلات تراجع بين الفينة والأخرى من أجل تحسين قدرة هذه الأجهزة على التعرف على الأصوات.

ولكن ردود الفعل على المقال الذي نشره بلومبيرغ تشير إلى أن الكثيرين من زبائن هذه الشركات لا يعلمون بأن بشرا يسترقون السمع إلى ما يقولون في دورهم. اقراً أيضاً، أبرز الابتكارات التكنولوجية الشورية بمعرض

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

وكالات

نشرت مجلة "يوبيلار ساينس" الأمريكية تقريرا تحدث فيه عن خطة غوغل التي تتمثل في بناء أسرع وأكبر كابل إنترنت سيغبر المحيط الأطلسي.

وبالإضافة إلى الكابلات الموجودة في قعر البحر، التي تنقل المعلومات من الولايات المتحدة إلى أوروبا عبر الألياف الزجاجية، والتي يبلغ عددها قرابة ٣٧٨ كابل، سيكون الكابل الجديد من غوغل قادرا على نقل كم هائل من البيانات عبر المحيط.

وقالت المجلة في تقريرها الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن غوغل ستطلق على الكابل اسم "دونانت"، تيمناً بمؤسس الصليب الأحمر، هنري دونانت، وسيتمد هذا الكابل من الولايات المتحدة إلى فرنسا على مسافة ٣٩٧٧ ميلا تقريبا.

ونظرا لأن شركة غوغل هي صاحبة المشروع، فمن غير المستغرب أن هذا الكابل سيكون جزءاً من شبكة غوغل، لربط مراكز البيانات معا، ونقل البيانات الداخلية.

في الواقع، ستكون هذه الكابلات ذات طاقة عالية، وستكون قادرة على نقل ٢٥٠ تيرابايت من البيانات في الثانية الواحدة، وذلك مقارنة بكابل آخر تحت سطح البحر، يسمى "ماريا"، والذي يستطيع نقل ١٦٠ تيرابايت في الثانية. وتعمل الشركة على تحقيق هذا المشروع بطريقة بسيطة

ومعقدة في الوقت ذاته. وأوضحت المجلة أن الجزء البسيط يتمثل في وجود الكابلات البحرية، على غرار "ماريا"، التي تنقل بياناتها عبر ٨ أزواج من حبال الألياف الضوئية، أي ما مجموعه ١٦ حبال. في المقابل، سيكون كابل "دونانت" قادرا على نقل المزيد من البيانات لأنه سيتضمن عددا أكبر من الألياف، المتمثلة في ١٢ زوجا، أي ٢٤ حبال.

في هذا السياق، قد تبدو إضافة المزيد من الألياف إلى الكابلات، من أجل تمكينها من نقل المزيد من المعلومات، استراتيجية واضحة، ولكن تصميم المعدات لتعمل على عمق كبير تحت الماء وسنودات هائلة، من شأنه أن يخلق بعض المشكلات على غرار التكلفة والصعوبة والطاقة الكهربائية.

وأضافت المجلة أن إرسال البيانات عبر الكابلات الطويلة يقفد الإشارة قوتها، ومن هذا المنطلق، سترمز مدير قسم هندسة الشبكات والهندسة البحرية في "غوغل كلاود"، فيجاي فوسريكالا، أن إحدى المبادئ التوجيهية لتقيد بأن "الإشارة تفقد ٩٩ بالمئة من قوتها" كل ٦٢ ميلا.

وذكرت المجلة أن هذه الكابلات تهدف إلى حل هذه المشكلة، وذلك عن طريق المكررات التي يطلق عليها اسم "المدرع". وقد صُمم هذا المكرر ليكون مقاوما للماء ويتحمل الضغوط الهائلة في قاع المحيط.

وكالات كشفت بيانات نشرتها شركة "فيسبوك" حجم الإنفاق الكبير لحماية المدير التنفيذي مارك زوكربيرغ وعائلته، خلال العام ٢٠١٨.

وبحسب بيانات الشركة، فإن مجموع ما أنفق لحماية زوكربيرغ وعائلته بلغ ٢٢.٦ مليون دولار، في ارتقاع كبير عن العام ٢٠١٧، الذي وصل إلى ٩ ملايين دولار.

وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق ٢.٦ مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء من برنامج حمايته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت الذي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار الأعوام الثلاثة الماضية.

تعرف إلى المبلغ الكبير الذي تنفقه «فيسبوك» لحماية زوكربيرغ

وكالات

كشفت بيانات نشرتها شركة "فيسبوك" حجم الإنفاق الكبير لحماية المدير التنفيذي مارك زوكربيرغ وعائلته، خلال العام ٢٠١٨. وبحسب بيانات الشركة، فإن مجموع ما أنفق لحماية زوكربيرغ وعائلته بلغ ٢٢.٦ مليون دولار، في ارتقاع كبير عن العام ٢٠١٧، الذي وصل إلى ٩ ملايين دولار.

وبحسب "فيسبوك"، فإن زوكربيرغ أنفق ٢.٦ مليون دولار لاستخدام طائرات خاصة كجزء من برنامج حمايته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت الذي تعلن فيه "فيسبوك" أن زوكربيرغ حصل على راتب أساسي قدره دولار واحد على مدار الأعوام الثلاثة الماضية.

كيتي بومان.. أيقونة مشروع الثقب الأسود

وكالات

خلال اليومين الماضيين، انتشر بالتوازي مع صورة الثقب الأسود صورة أخرى لفتاة في نهاية عشرينياتها، تضع يديها على وجهها وهي في قمة سعادتها.

هذه الفتاة كانت العالمة الشابة ذات ٢٩١ عاما، كيتي بومان، الحاصلة على زمالة أبحاث ما بعد الدكتوراه، والتي شاركت في مشروع "الثقب الأسود"، وأدت الخوارزمية التي كتبها إلى الوصول إلى الصورة.

وقالت الكاتورة بومان، بحسب ما نقلت "نيويورك تايمز"، إنها لم تكن بأي حال المسؤولة الوحيدة عن هذا الاكتشاف، الذي كان نتاج إسهامات من علماء من أنحاء العالم عملوا جنبا إلى جنب، وصولا إلى هذه الصورة من خلال شبكة من هوائيات الراديو.

وكان المشروع، الذي قاده شيبيرد دوليمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمره عمل ما يزيد على ٢٠٠ باحث، ٤٠ منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد للثقب الأسود.

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (سيتيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات".

وكان المشروع، الذي قاده شيبيرد دوليمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمره عمل ما يزيد على ٢٠٠ باحث، ٤٠ منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد للثقب الأسود.

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (سيتيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات".

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (سيتيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات".

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (سيتيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات".

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (سيتيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات".

وقالت سارة عيسون، التي تخرجت في جامعة رادبود النيوزيلندية وشاركت في البحث، "هناك نساء شاركن في كل خطوة من هذا المشروع الرائع. باعتباري سيدة في مجال (سيتيم)، من الجيد أن تكون هنالك نماذج تحتذي بها الفتيات الصغيرات".

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

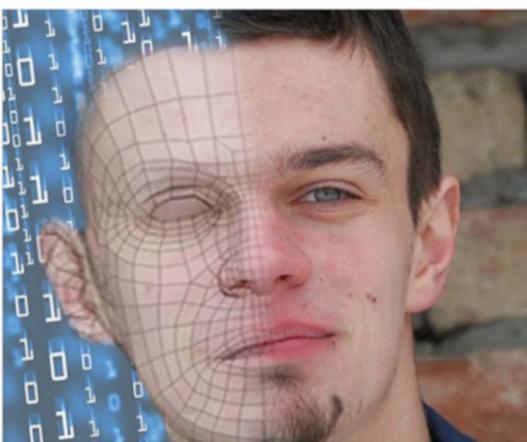
بعد يوم. وكما على هذا التطور، تمكنت بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء وجوه وبصمات مزيفة للعبت بسجلات الشركات والمستندات الحكومية في بعض الأحيان. وفي الوقت الحالي، تقترب بعض الخوارزميات أخطاء كفيلا بتمكيننا من التفتن إليها فور التمعن فيها، حيث سبق لبرمجية "باخ" لدمج الموسيقى اقتراح بعض الأخطاء التي يمكن لأي خبير موسيقي اكتشافها وتحديدها.

وعلى سبيل المثال، تسمح هذه البرمجية بإدخال فواصل موسيقية كان باخ نفسه يتجنبها، مما يدحض وجه الشبه بين القطوعة الجديدة ومقطوعات المؤلف الألماني. وأضاف روتشمان أن برمجية غوغل خرقت القواعد الموسيقية عن كتابة برنامج "أوبن إي" لتوليد النصوص عبارة "الجرانق التي تنشب تحت الماء"، والتي لا يمكن تبين معنى واضح لها. وخلال عمل المطورين على إبداعاتهم، ستصبح الأخطاء أكثر ندرة ما دامت خوارزميات الذكاء الاصطناعي أخذت في التطور والتعلم باستمرار.

وأفادت الكاتبة أن تحسن تقنيات التعلم الآلي ستكون ذات فائدة كبرى، بما في ذلك توفير رعاية صحية أفضل وجعل مهنة الطب أكثر ديمقراطية.

في المقابل، لا يمكن لنا تكرار حقيقة أن منح الباحثين حرية تطوير هذه الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر تطوير طرق أكثر تقدماً لخلق الخداع والمشاكل الاجتماعية الأخرى.

وخلصت الكاتبة إلى أن الحد من أبحاث الذكاء الاصطناعي قادر على كبح هذا التقدم نحو مستقبل مجهول، حيث أن السماح للتكنولوجيات الذكية بالنمو والتطور دون رقابة ينطوي على حدوث حالات سوء استخدام تتجاوز مجرد مقطوعة موسيقية سيئة، حيث يمكن لمداها أن يشمل خداع الملايين من الأشخاص.



اقراً أيضاً ، هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة في المستقبل، لا يمكننا القول إن خوارزميات الذكاء الاصطناعي دقيقة، احترافية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو يصعد للتحيزات البشرية.

وليس من الواضح من قد يتحمل المسؤولية عندما يرتكب الذكاء الاصطناعي خطأ ما أو يتسبب في مشكلة معينة. ولا يزال هناك شوط كبير لتقطعه هذه التقنيات حتى ترقى قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارع أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابير وجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطور برنامج "لاير بيرد" محاكاة الصوت محاكاة وتدريب صناعيا على رصد وتمييز هذه المعلومات الزيفة والخاطئة. وذكرت روتشمان أن ما يثير القلق حقا هو عدم قدرة المستخدمين على تعلم الخداع التي يمكن للذكاء الاصطناعي القيام بها، لا سيما وأن هذه القدرات تنمو بوتيرة سريعة وتصبح أكثر تطوراً وتقيداً يوماً

وتقول روتشمان، "أوبن إي" هي برنامجاً قادراً على الكتابة بطريقة شبيهة بالبشر بعض الشيء. ونظرا لكون النصوص واقعية للغاية، اختارت الشركة عدم

وكالات

نشر موقع "ساينس ألرت" الأمريكي مقال رأي للأستاذة المساعدة في قانون الطعاع الصحي في جامعة سانت لويس الأمريكية، أنا سانتوس روتشمان، تطرقت من خلاله إلى تنامي قدرات خوارزميات الذكاء الاصطناعي بشكل لا يصدق في العقود الأخيرة، لتصبح قادرة على تأليف المقطوعات الموسيقية والقيام بأمر إبداعية لعلها كانت حكرا على بني البشر. ويبدو أن تطور هذه الخوارزميات بات منمذرا بقدرتها على القيام بما يتجاوز مجرد قراءة النوتات.

وقالت روتشمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي ٢١"، إن دراسة أجرتها أُنشبت المخاطر الأخلاقية للذكاء الاصطناعي، ويمكن القول أن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقى يوهان سيبستيان باخ لإنشاء مقطوعات موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء ما يمكنها فعله في المستقبل.

وأشارت الكاتبة إلى تمكن الحاسوب من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر حقيقيين تعتبر أمرا مربكا ومثيرا للريبة بشكل خاص.

الجدير بالذكر أن غوغل أنشأت برنامجها الموسيقي من خلال تحليل ٣٠٦ مقاطع للمؤلف الموسيقي الألماني سيبستيان باخ وتتبع النمط الذي سار عليه وجعله متناغماً مع الملاحظات والادخالات الخاصة بالمستخدمين.

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جيدا، لكن التكنولوجيا التي قادت إلى التوصل إليه موجودة منذ فترة طويلة، وهي تتمثل في الخوارزميات المدربة على التعرف على الأنماط واتخاذ القرارات بعد النظر في مجموعة من الاحتمالات.

وتكون بعض هذه الخوارزميات مقننا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبين سبب اتخاذها لقرار معين.

حشرات المستوطنين المتطرفين
يتشمرون بالحرم الأقصى

القدس المحتلة

اقتحم عشرات المستوطنين المتطرفين، الخميس، ساحات المسجد الأقصى المبارك - الحرم القدسي الشريف بمدينة القدس المحتلة.

وقالت دائرة الأوقاف الإسلامية بالقدس في بيان، إن الاقتحامات نفذت من جهة باب المغاربة بحراسة مشددة من شرطة الاحتلال الإسرائيلي، وسط دعوات مقدسية لإحياء "الفجر العظيم" غدا الجمعة، في ساحات الحرم القدسي الشريف.

وأشارت إلى أن عشرات المستوطنين اقتحموا المسجد الأقصى، ونظموا جولات استفزازية في ساحاته، وثلثوا شروحات عن "الهيكال" المزعوم، وأدوا طقوسا تلمودية في منطقة باب الرحمة وقبالة قبة الصخرة قبل أن يغادروا الساحات من جهة باب السلسلة.

وأضافت أن شرطة الاحتلال نشرت منذ صباح اليوم، عناصرها ووحدها الخاصة في ساحات الأقصى وعند أبوابه، لتأمين اقتحامات المستوطنين.

وتواصل شرطة الاحتلال التصنيق على دخول الفلسطينيين الوافدين من القدس والداخل المحتل للأقصى، وتدقق في هوياتهم وتحتجز بعضها عند بواباته الخارجية.

وكشف المقدسيون دعواتهم للرباط وشد الرحال للقدس وللمسجد الأقصى وإحياء الفجر العظيم يوم غد الجمعة، في ظل المخاطر التي يتعرض لها، بفعل ممارسات الاحتلال ومستوطنيه ومخططاتهم التهويدية.

ويشهد المسجد الأقصى يوميا عدا الجمعة والسبت، سلسلة انتكاهات واقتحامات من المستوطنين، بحماية شرطة الاحتلال، في محاولة لفرض السيطرة الكاملة على المسجد، وتقسيمه زامانيا ومكانيًا.

إصابات خلال التفجير
الاحتلال يشرع في إعدام

رام الله

هجرت قوات الاحتلال الإسرائيلي، صباح الخميس، منزل عائلة الأسير سلام فروخ في البلدة القديمة من مدينة رام الله وسط الضفة الغربية.

ويقع منزل عائلة الأسير في بناية سكنية مكونة من 4 طوابق، ويأوي والدي الأسير وشقيقاته الأربع.

وكانت قوات كبيرة من جيش الاحتلال، اقتحمت لليلة الماضية، البلدة القديمة من مدينة رام الله، وحاصرت منزل عائلة الأسير فروخ، واثرت ذلك اندلعت مواجهات أصيب خلالها عدد من المواطنين بالرصاص والاختناق بينهم مصوران صحفيان.

وقالت وزارة الصحة الفلسطينية، في بيان، إن 6 إصابات وصلت إلى مجمع فلسطين الطبي برام الله، خلال المواجهات التي اندلعت بين الشبان الذين تصدوا للقوات المتحصنة، من بينها ثلاث إصابات بالرصاص الحي، وأخرى بالرصاص المعدني المغلف بالمطاط، إضافة إلى إصابتين طفيفتين جراء استنشاق الغاز السيل للدموع.

واستهدف جنود الاحتلال الطواقم الصحفية المتواجدة لتغطية الاقتحام بالرصاص وقتال الغاز السام، ما أدى إلى إصابة مصورين الأول بالرصاص في الرأس، وجرى نقله إلى المستشفى، والثاني بالرصاص المعدني المغلف بالمطاط في البطن، ووصفت إصابته بالطفيفة.

على صعيد آخر، شنت قوات الاحتلال الإسرائيلي، اليوم، حملة اعتقالات واسعة طالت 23 فلسطينيا من الضفة الغربية، غالبيتهم من بلدة بيتا جنوب مدينة نابلس.

وقال نادي الأسير الفلسطيني، في بيان، إن قوات الاحتلال اقتحمت وسط إطلاق كثيف للنيران مناطق متفرقة في مدن نابلس ورام الله والبيرة والخليل وجنين، واعتقلت المواطنين.

شؤون القدس وحفاظ
تتشمرون بالحرم الأقصى

رام الله

وصفت وزارة شؤون القدس في الحكومة الفلسطينية مخطط عضو الكنيست من حزب "الليكود" الإسرائيلي الحاكم عميت هاليقي، بتقسيم المسجد الأقصى بين المسلمين واليهود، ب"الخطر للغاية".

وأشارت الوزارة في بيان الخميس، إلى أن المخطط الداعي لسيطرة اليهود على منطقة قبة الصخرة مقابل بقاء المصلى القبلي لصلاة المسلمين، يضع المسجد الأقصى في دائرة الخطر الشديد.

وأكدت أن هذا المخطط الذي طرحه أحد عناصر حزب حكومة الاحتلال هو عدوان صارخ على مشاعر وعقيدة المسلمين حول العالم، وهو تعبير عن صلف وتطرف حكومة الاحتلال.

وأضافت، أن ما نشرته وسائل الإعلام الإسرائيلية عن خطته، وتطبيقه سيؤدي إلى حرب دينية بكل ما تعنيه الكلمة من معنى.

وأوضحت، أن "الدعوة إلى المسجد الأقصى ليس للمسلمين والدعوة للسماح لليهود باقتحامه من كل أبوابه هو لعب بالنار.."

تقرير المصير يترشح
جبهة الخارجية واللاجئين إلى جوجورجيا

نيويورك

اعتمدت الجمعية العامة، الليلة الماضية، قرارا يعترف بحق عودة النازحين واللاجئين وأحفادهم إلى ديارهم في جميع أنحاء جورجيا. وصوتت لصالح القرار 100 دولة، مقابل 9 ضد، فيما صوتت 59 دولة بالامتناع.

واعتمدت الجمعية نص القرار المعنون "حالة المشردين داخليا واللاجئين من أبخازيا - جورجيا، ومنطقة تسخينفاني / أوسيتيا الجنوبية - جورجيا" في إطار بند جدول أعمالها المتعلق بالنزاعات التي طال أمدها في منطقة "جوام" التي تضم جورجيا وأوكرانيا وأذربيجان وجمهورية مولدوفا.

الصفدي: الأردن سيبقى شريكا فاعلا
في التحالف الدولي لمحاربة داعش

الرياض

أكد نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، الخميس أن الأردن سيبقى شريكا فاعلا في التحالف الدولي لمحاربة داعش الذي يمثل آلية عمل جماعي ناجحة وضرورية لدحر الإرهاب.

وشدد الصفدي في مداخلة في المؤتمر الوزاري للتحالف الذي استضافته المملكة العربية السعودية الشقيقة، واقتنحه وزير الخارجية السعودي سمو الأمير فيصل بن فرحان، ووزير الخارجية الأميركي أنتوني بلينكن، على أهمية استمرار التحالف الدولي ضد داعش. وقال الصفدي إن التزام الأردن عملا المشترك لمحاربة الإرهاب عسكريا

وأمنيا وأيديولوجيا ثابت مستمر، يتبدى في عملنا مع شركائنا عبر تحالفنا هذا، واليات العمل المشتركة الأخرى. ومن خلال عملية العقبة التي ستلتزم في قرطبة هذا الشهر، لبحث تنسيق الجهود الدولية لمحاربة الإرهاب في أفريقيا..

ولفت إلى أن التحالف "حقق انتصارات كبيرة على الإرهاب، لكن إنهاء هذا الخطر، ومنعه من إعادة التناغم يتطلبان المضي في عمل التحالف الذي تقوده الولايات المتحدة الأميركية باقتدار.."

وأكد الصفدي أن "دحر الإرهاب يستوجب أيضا إنهاء الصراعات وظروف اليأس، والقهر، والحرمان، والتجهيل التي يستغلها داعش وغيره من العصابات الإرهابية لتشرظلاتهم ودمارهم.."

وأجرى الصفدي محادثات مع وزيرة خارجية النرويج أنيكن هويتفيلدت، تناولت العلاقات الثنائية، والقضية الفلسطينية، وجهود حل الأزمة السورية.

نهب وسرقة واغتصاب . .
دارفور مهدد بالعودة إلى عام 2003

الخرطوم

اشتبكات قبيلة مستمرة وحوادث سلب ونهب واعتداءات جنسية واغتصاب وضحايا بالمانا، هكذا يبدو الوضع في إقليم دارفور غربي السودان، حسبما ينقله صحفيون وناشطون.

تضيف الاشتباكات في دارفور بعدا آخر يعقد أزمة الصراع الدائر بين السودان وقوات الدعم السريع منذ 15 أبريل، الذي كان مركزه الخرطوم وما حولها ثم تمدد إلى مناطق أخرى.

ماذا يحدث في دارفور؟

الصحفي والحلل السياسي السوداني محمد إلياس، يتحدث لوقع "سكاى نيوز عربية" عما مرهه في الإقليم، قائلا:

وقعت أعمال سلب ونهب وحالات تعد على المواطنين بالإقليم، في حلقة جديدة في "الحرب الأهلية المستمرة" في دارفور منذ 2003، التي فاقها الاقتتال بين الجيش وقوات الدعم السريع.

ما يجري الآن له جذور تاريخية بين قبائل عربية وأخرى غير عربية، شرقي وشمال دارفور.

في الجنيبة غربي دارفور، كانت الحرب في البداية بين القبائل العربية وغير العربية، وتطور الأمر بعد تدخل الجيش والدعم السريع فاتسع القتال. في الضعين شرقي دارفور كانت هناك مناقشات بين القبائل المختلفة امتدادا لشكلة موجودة منذ 2013، أما في وسط

الإقليم فهناك اشتباكات عنيفة بين الجيش والدعم السريع. هناك عصابات منفلتة وحركات مسلحة وقبائل متنازعة تنفذ جرائم، وهناك من يتهم أفرادا من قوات الجيش والدعم السريع.

عصابات متخصصة

وفي السياق ذاته، ترصد الناشطة الحقوقية السودانية عزة محمد وجود "أوضاع متازمة ومتشابكة" في أنحاء دارفور، وتضيف تفصيلا:

في مدينة الجنيبة غربي دارفور، وقعت أعمال سلب ونهب للبنوك ومنازل المواطنين، وحوادث قتل عشوائي، فضلا عن انتهاكات جنسية واغتصاب بشكل يومي.

في نفس المدينة، قتل نشطاء في مجال حقوق الإنسان واستهدفت الكوادر المهنية خاصة الطبية، وحرقت المنازل والمحاصيل والمقتنيات والأموال وهدمت مستشفيات، وحوصر مدنيون وحرروا الخروج نحو أي مدينة أخرى، حتى لو كان ذلك بغرض العلاج.

حوادث القتل والسلب والنهب والاغتصاب وقعت أيضا في مدينتي الفاشر شمالي الإقليم، ونيالا جنوبه.

في نيالا، تنتشر عصابات متخصصة في نهب المنازل التي تركها أصحابها بسبب الحرب، وتسرق أيضا المخازن والأموال وخزائن المؤسسات الحكومية والمنظمات

دولية، فإنه تم انتهاكها جميعا.

تقرير ٧ روايات أرواحية
صنع قائمة جائزة كتارا

الدوحة

أعلنت المؤسسة العامة القطرية لحي الثقافة "كتارا"، عن قائمة أفضل 60 عمل مشارك في الدورة التاسعة لجائزة كتارا للرواية العربية في فئتي الروايات المنشورة، والروايات غير المنشورة، وذلك بحسب الترتيب الأبجدي.

ووفقا للموقع الإلكتروني للجائزة، الخميس، ضمت القائمة 7 روايات من الأردن، منها 5 روايات في فئة الروايات المنشورة، وروايتين في فئة الروايات غير المنشورة.

والروايات المنشورة التي تضمنتها القائمة، تشمل كويت بغداد عمان لأسيد الجوتري، والمهطوان لرمضان الرواشدة، وابن شمس / حرب الدم والماء لمحمد أبو خرمة، واحتل وطني سرطان لمحمد داهود، وسعيد وزبيدة لمحمود شاهين، أما فئة الروايات غير المنشورة، فتشمل بلد من الأتعة لبنا عدوي، والعمارة رقم 13 لمحمد عارف مشه.

يذكر أن عدد المشاركات في جائزة كتارا للرواية العربية بدورتها التاسعة لعام 2023، بلغ 1491 مشاركة، وغير المنشورة 823 رواية، والمنشورة 393 رواية، و191 مشاركة في فئة روايات الفتيان غير المنشورة، و68 مشاركة في فئة الدراسات غير المنشورة، بالإضافة إلى 6 روايات قطرية منشورة في الفئة الخامسة للجائزة.

وسبق أن أعلنت كتارا عن إجراء تعديلات على طريقة إعلان الفائزين بالجائزة، حيث يسبق إعلان الفائزين نشر قائمتين بأفضل الروايات المرشحة للفوز خلال كل دورة للجائزة، الأولى قائمة 60 لكل من فئة الروايات المنشورة والروايات غير المنشورة، وتنتشر في شهر حزيران، والثانية قائمة 9 إصدارات بأسماء مؤلفيها، لكل فئة من فئات الجائزة، وتنتشر في شهر أيلول.

الخطاب الاجتماع
الاجتماعي في الرياض

عمان

انطلقت في العاصمة السعودية، الخميس، أعمال الاجتماع الوزاري "التحالف الدولي لمحاربة داعش".

وبحسب وكالة الأنباء السعودية "واس"، شدد وزير الخارجية السعودي الأمير فيصل بن فرحان، في كلمته الافتتاحية، على أهمية مكافحة التطرف والإرهاب، داعيا إلى مواصلة العمل لمنع عودة تنظيم "داعش" الإرهابي.

وأضاف "يجب قطع كل السبل التي يستغلها التنظيم لاستقطاب عناصر جديدة، وتجهيف موانع تمويله"، مؤكدا أن السعودية ستبذل كل جهدها لملاحقة التنظيم الإرهابي.

وحن الأمير فيصل بن فرحان دول العالم أجمع على العمل بشكل موحد لنشر قيم التسامح والحوار.

ويشارك في الاجتماع 30 وزير خارجية وعشرات كبار المسؤولين الآخرين.

محاسن التطوع
الطوعي في الخرطوم

عمان

دان الأمين العام لمجلس التعاون لدول الخليج العربية، جاسم البديوي، قيام مجموعة مسلحة باقتحام وتخريب سفارة مملكة البحرين ومنزل سفيرها في العاصمة السودانية الخرطوم.

وأكد في بيان نشرته وكالة الأنباء البحرينية "بنا"، الخميس، ضرورة وقف جميع أشكال العنف والتخريب، خاصة تلك التي تستهدف مقار البعثات الدبلوماسية والمباني التابعة لها، لأنه يعد خرقا لتواعد القانون الدولي والاتفاقيات الدبلوماسية.

ودعا الأمين العام طرقي النزاع في السودان بسرعة المهضي قدما في تفعيل الهدنة الإنسانية، واحترام الاتفاقيات الدولية والأعراف الدبلوماسية التي تضمن حرمة وسلامة مقرات البعثات الدبلوماسية ومنتسبيها، والانحراط الجاد في المباحثات الجارية، للوصول إلى إعلان سياسي شامل يحقق الأمن والاستقرار والازدهار للسودان وشعبه.

بيان من منظمة
الأمم المتحدة في الخرطوم

وكالات

أعلن وزير الخارجية الأميركي أنتوني بلينكن، الخميس، تقديم مساعدات بقيمة 150 مليون دولار لسكان المناطق التي تم تحريرها من تنظيم داعش الإرهابي في سوريا والعراق.

وجاء إعلان بلينكن خلال كلمته في المؤتمر الوزاري الذي تستضيفه المملكة العربية السعودية حول محاربة التنظيم، الذي لا تزال عناصره تشن هجمات في جميع أنحاء إفريقيا وآسيا والشرق الأوسط.

يضم التحالف الدولي لهزيمة داعش أكثر من 80 دولة ويواصل تنسيق الحرب ضد الجماعة المتطرفة، التي تمكنت في أوج ذروتها من السيطرة على مناطق واسعة في سوريا والعراق.

وقال بلينكن إن التمهيد الأميركي جزء من تمويل جديد يتجاوز 600 مليون دولار.

وأشار إلى أن تدهور الأوضاع الأمنية والإنسانية وغياب الفرص الاقتصادية، هي الوقود الذي يعتمد عليه داعش للانتشار وتجنيد المقاتلين، قائلا: "لذلك علينا أن نواصل التزامنا بأهداف تحقيق الاستقرار.."

جاءت مشاركة بلينكن في المؤتمر خلال زيارة تستغرق يومين للمملكة التي خلالها كبار المسؤولين السعوديين، بما في ذلك الزعيم الفعلي للبلاد، ولي العهد الأمير محمد بن سلمان، كما حضر بلينكن اجتماعا لوزراء خارجية دول الخليج.

