يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة

صدى الشعب

SADA AL-SHAAB DAILY NEWSPAPER

السبت

السنة التاسعة

العدد (3127)

28 ذو القعدة 1444 هـ الموافق 17 حزيران 2023م

أوقات الصلاة

الفجر	03:49
الظهر	12:36
العصر	04:17
المغرب	07:50
العشاء	09:22

أطباء فرنسيون ينجحون في إجراء جراحة في الدماغ لجنين في بطن أمه

باريس

تكللت بالنجاح عملية أجراها جرّاحون في مستشفى فرنسي لجنين مصاب بتشوه خطير في المخ فيما كان لا يزال في رحم أمه، على ما أعلنت الجمعة هيئة مستشفيات باريس، ونجح أيضاً فريق أميركي في إجراء عملية مماثلة.

وأوضح بيان للهيئة التي تضم أبرز المستشفيات العامة في منطقة «إيل دو فرانس» أن «تشوهاً في وريد غالينوس عولج بواسطة الانصمام في الرحم» في أيلول/سبتمبر ٢٠٢٢.

وتولى جراحون في مستشفى «نيكر» الباريسي إجراء هذه العملية الأولى من نوعها التي كانت صحيفة «لو باريزيان» السبّاقة إلى تناولها.

50 ألفاً يؤدون صلاة الجمعة في المسجد الأقصى

عمان

أدى عشرات الآلاف صلاة الجمعة في المسجد الأقصى المبارك، رغم الإجراءات العسكرية المشددة التي فرضتها قوات الاحتلال الإسرائيلي على أبواب ومداخل البلدة القديمة في القدس المحتلة. وقدرت دائرة الأوقاف الإسلامية في القدس، أن نحو 50 ألف مصلٍ أدوا صلاة الجمعة في رحاب المسجد الأقصى.

وذكرت مصادر محلية لوكالة الأنباء الفلسطينية (وفا)، أن قوات الاحتلال انتشرت في شوارع المدينة ومحيط المسجد الأقصى، وتمركزت عند بواباته، وأوقفت المصلين ودققت في بطاقاتهم الشخصية.

وكان آلاف المصلين قد أدوا صلاة الفجر في المسجد الأقصى المبارك .

مندوباً عن الملك.. الحنيطي يرعى حفل تخريج كلية القيادة والأركان

عمان

مندوبا عن جلالة الملك عبدالله الثاني، القائد الأعلى للقوات المسلحة، رعى رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف الحنيطي في كلية القيادة والأركان الملكية الأردنية، حفل تخريج دورة القيادة والأركان 63 المشتركة 27. وقال آمر الكلية، العميد الركن ظاهر المقداد: «لقد عملت الكلية هذا الصرح العلمي العسكري العريق، الذي تجذرت فيه روح العسكرية الأردنية ونواميسها، وأصالة الجيش العربي، حامل رسالة الحرية والسلام، درع الوطن ورمز كبريائه وإرادته الحرة، ومنذ نشأتها على تدريب الضباط وفقا لبرامج موضوعة بدقة ليكونوا قادة متميزين وضباط ركن مبدعين من خلال إعدادهم إعدادا عسكريا وعلميا يؤهلهم لإشغال وظائف القيادة والركن في مختلف وحدات وتشكيلات القوات المسلحة الأردنية».

وأشار العميد الركن المقداد إلى التطور الذي جرى على بيئة التعليم في الكلية من بنية تحية ومرافق مختلفة، وإجراء مراجعة شاملة لمناهج الدورات المتقدمة التي تعقد في مدارس ومعاهد القوات المسلحة، ومواءمتها مع مناهج الكلية لتكون حلقات التدريب والتأهيل مترابطة، كما وتم تفعيل التغذية الراجعة من القادة في الميدان، للوقوف على مستوى خريجي الكلية، وعليه فقد تم إجراء تحديث وتطوير شامل على المنهاج، وبما يتلاءم والتطور الحاصل في الفكر العسكري في مستويات الحرب المختلفة، وبما يخدم مصلحة القوات المسلحة الأردنية.تابع ص2

أجواء معتدلة في المناطق الجبلية والسهول وحارة في باقي المناطق

عمان

تأثر المملكة اليوم السبت، بكتلة هوائية حارة نسبيا، حيث يطرأ ارتفاع ملموس على درجات الحرارة؛ وتسجل أعلى من معدلها العام لمثل هذا الوقت من السنة بحوالي (3-4) درجات مئوية، وتكون الأجواء حارة نسبيا فوق المرتفعات الجبلية والسهول، وحارة في باقي المناطق، وتكون الرياح جنوبية غربية معتدلة السرعة تنشط أحيانا تتحول في ساعات ما بعد الظهر إلى شمالية غربية نشطة السرعة مثيرة للغبار خاصة في مناطق البادية .

و بحسب تقرير إدارة الأرصاد الجوية، يطرأ يوم الأحد، انخفاض ملموس على درجات الحرارة؛ حيث تصبح الأجواء معتدلة الحرارة في أغلب المناطق وحارة نسبيا في الأغوار والبحر الميت والعقبة، مع ظهور بعض الغيوم المنخفضة في شمال المملكة، وتكون الرياح شمالية غربية نشطة السرعة قد تثير الغبار أحيانا.

وتبقى الأجواء الاثنين، معتدلة الحرارة في أغلب المناطق وحارة نسبيا في الأغوار والبحر الميت والعقبة، مع ظهور بعض الغيوم المنخفضة في شمال المملكة، وتكون الرياح شمالية غربية نشطة السرعة قد تثير الغبار أحيانا.

وزير التربية يودع بعثة الحج من المعلمين والعاملين في الوزارة

عمان

ودع وزير التربية والتعليم الدكتور عزمي محافظة بعثة الحج المتجهة إلى الديار المقدسة لأداء مناسك الحج من المعلمين والعاملين في الوزارة.

وفي بيان للوزارة، دعا الدكتور محافظة، المشاركين في بعثة الحج، إلى اغتنام اللحظات المباركة بالعبادة والدعاء، والتحلي بقيم العقيدة السمحاء وأخلاقها في العبادة والعمل ومختلف شؤون الحياة، متمنياً لهم السلامة . وأشار إلى التوجه لزيادة عدد أعضاء البعثة في العام القادم، موجهاً التحية إلى معلمينا ومعلماتنا في مواقعهم، لجهودهم الكبيرة وتفانيهم في حمل رسالة تعليم وبناء الأجيال.

بدورهم عبر أعضاء البعثة عن سعادتهم بأن منَّ الله عليهم بالتوجه للديار المقدسة لأداء فريضة الحج، معربين عن شكرهم للوزارة التي أتاحت هذه الفرصة لهم.

يشار إلى أن عدد الذين استفادوا من بعثة الحج هذا العام 60 معلما وعاملا، من مختلف مديريات التربية والتعليم ومركز الوزارة.

أمانة عمان تحدد مواقع حظائر بيع وذبح الأضاحي

عمان

حدّدت أمانة عمان الكبرى مواقع حظائر بيع وذبح الأضاحي، وبحيث تغطي مختلف مناطق الأمانة.

وسيُتاح أمام التجار ومربي الماشية، اعتباراً من الأسبوع المقبل، التقدم بطلب الحصول على التصاريح اللازمة عبر الموقع الإلكتروني للأمانة.

وبينت الأمانة أنه سيُصار عند الانتهاء من تجهيز البنية التحتية لمواقع الحظائر التي تم تحديدها لبيع وذبح الأضاحي، الإعلان عن الشروط والتعليمات والقرعة الإلكترونية.

وحددت الأمانة موقعا لخدمة منطقة (ماركا) في شارع سليمان الروسان المتفرع من شارع جعفر بن أبي طالب دخلة مصنع الإسفنج، ولمنطقة (النصر) في شارع الحزام الدائري بالقرب من جسر الصالحية.

ولمناطق (بدر/ نزال، زهران، المقابلين، العبدلي) في شارع الأمير حسين بجانب دوار توفيق الطباع، ولمنطقتي (بسمان وطارق) في شارع الأمير فيصل، بالتقاطع مع شارع الأمير نايف (منطقة الكسارات). ولمناطق (القويسمة، راس العين، اليرموك، المدينة) في شارع الجسور العشرة (شارع الشعائر)، ولمنطقة (خريبة السوق) في شارع الأزرق (الستين) بعد متصرفية لواء القويسمة، ولمناطق (وادي السير، بدر الجديدة، مرج الحمام) في حي الظهير شارع نالتشك الدمينة. وحددت لمنطقتي (صويلح، تلاع العلي) موقعاً في شارع رفاعة الأنصاري، ولمناطق (شفا بدران، الجبيهة، أبو نصير) في شارع ضيف الله الحمود مقابل مركز أمن شفا بدران مقابل المقبرة القديمة. ولذبح الأضاحي حددت الأمانة مسلخ الماضونة في منطقة أحد، ومسلخ أمانة عمان في منطقة المحطة.تابع ص2

تعهّدات بـ5,6 مليارات يورو لمساعدة السوريين والاتحاد الاوروبي على موقفه المناهض لنظام الأسد

بروكسل

تعهّدت جهات مانحة الخميس تقديم مساعدات للاجئين السوريين بـ٥،٦ مليارات يورو خلال مؤتمر نظّم برعاية الاتحاد الأوروبي الذي أكّد على الرغم من ذلك أنه لن يلين موقفه من الرئيس بشار الأسد.

خلال المؤتمر الذي عقد في بروكسل برئاسة مسؤول السياسة الخارجية للاتحاد الأوروبي جوزيب بوريل، صدر التعهّد المالي الأكبر عن التكتل الذي وعد بتقديم مساعدات بـ٣،٨ مليارات يورو.

وأوضحت المفوضية الأوروبية أنها ستؤمن ٥٥ بالمئة من هذا المبلغ، فيما ستؤمن الدول الأعضاء في التكتل الـ٤٥ بالمئة المتبقية.

وتهدف الأموال خصوصا إلى مساعدة الدول المجاورة لسوريا – تركيا والعراق والأردن ولبنان – التي تستضيف ما مجموعه ٥،٤ ملايين لاجئ سوري.

وتعهدت الولايات المتحدة الخميس تقديم ٩٢٠ مليون دولار إضافية (حوالى ٨٥٠ مليون يورو) على شكل مساعدات إنسانية للسوريين لهذا العام، ليصل إجمالي المساعدات لعام ٢٠٢٣ إلى ١،١ مليار دولار (١،٠١ مليار يورو).

وتعهدت المملكة المتحدة المساهمة بمبلغ ١٥٠ مليون جنيه إسترليني (١٧٥ مليون يورو) لعام ٢٠٢٣.

إلى ذلك، تعهّدت الجهات المانحة تقديم أربعة مليارات يورو إضافية على شكل قروض، لترتفع بذلك القيمة الإجمالية للهبات والقروض إلى ٩،٦ مليارات يورو.

وشدد بوريل على أن المساعدات ليست مخصصة لحكومة الأسد. وقال إن «سياسة الاتحاد الأوروبي حيال سوريا لم تتغير. لن نعيد العلاقات الدبلوماسية الكاملة مع نظام الأسد أو نبدأ العمل على إعادة الإعمار طالما لم تبدأ عملية سياسية انتقالية حقيقية وكاملة، وهذا ما لم يحصل بعد».

وأضاف «لسوء الحظ، كان هناك تقدّم طفيف جدًا خلال العام المنصرم من أجل حلّ النزاع السوري»، مشددا على أن «مهمتنا اليوم يجب أن تكون إعطاء الأمل».

أودت الحرب في سوريا بنحو ٥٠٠ ألف شخص وخلّفت ملايين النازحين واللاجئين.

وتقول الأمم المتحدة إن أكثر من ١٢ مليون سوري فرّوا من منازلهم بسبب النزاع منهم ٥،٤ ملايين يعيشون لاجئين في دول مجاورة. وأشار بوريل إلى أن ٩٠٪ من السوريين الذين بقوا في بلادهم يعيشون في فقر، لافتا إلى أن ٦٠٪ يعانون «انعدام أمن غذائي».

وأوضح أن الاتحاد الأوروبي سيُبقي على عقوباته بحقّ نظام الأسد ولن يدعم عودة السوريين إلى بلدهم ما لم تكن «طوعية» وآمنة وخاضعة لمراقبة مجموعات دولية.

إسقاط طائرة مسيرة محملة بقطع أسلحة قادمة من سوريا

عمان

أسقطت المنطقة العسكرية الشرقية صباح الجمعة، على إحدى واجهاتها ضمن منطقة مسؤوليتها، طائرة مسيرة محملة بقطع أسلحة قادمة من الأراضي السورية.

وقال مصدر عسكري مسؤول في القيادة العامة للقوات المسلحة الأردنية – الجيش العربي: «إن قوات حرس الحدود وبالتنسيق مع الأجهزة الأمنية العسكرية، رصدت محاولة اجتياز طائرة مسيرة بدون طيار الحدود بطريقة غير مشروعة من الأراضي السورية إلى الأراضي الأردنية، وتم إسقاطها داخل الأراضي الأردنية».

وأضاف المصدر، أنه وبعد إسقاط الطائرة تبين أنها تحمل قطع أسلحة متعددة، وتم تحويل المضبوطات إلى الجهات المختصة. وأكد المصدر على أن القوات المسلحة الأردنية ماضية في التعامل بكل قوة وحزم، مع أي تهديد على الواجهات الحدودية، وأية مساعٍ يراد بها تقويض وزعزعة أمن الوطن وترويع مواطنيه.

الفايز يزور عددًا من المشاريع لمستثمرين أردنيين في الإمارات

عمّان

زار رئيس مجلس الأعيان، فيصل الفايز، عددًا من المشاريع الاستثمارية لمستثمرين أردنيين في الإمارات العربية المتحدة، ومنها مشروع «القناة» في إمارة أبو ظبي.

والزيارة التي رافق الفايز فيها، رئيس مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي محمد المعايطة، وعدد من أعضاء المجلس والمستثمرين الأردنيين في الإمارات، تأتي في إطار زيارة يُجريها الفايز إلى دولة الإمارات العربية.

ويعد مشروع «القناة»، الذي تبلغ تكلفته حوالي مليار دولار، واحدا من أهم المشاريع، التي يقوم عليها رجل الأعمال الأردني فؤاد مشعل، والذي يتضمن عددًا من المولات ومدن الألعاب والمقاهي والمطاعم، إلى جانب حديقة بحرية تضم مختلف أنواع الأسماك والحيوانات البحرية، إضافة إلى قاعات الألعاب الافتراضية والمؤتمرات والمسارح ودور السينما.

وأشاد الفايز بالمشروع والمشاريع المقامة من قبل مستثمرين أردنيين في دولة الإمارات، مشيرًا إلى أن حجم الاستثمارات الأردنية في دولة الإمارات يأتي نتيجة لعمق العلاقات الأخوية الأردنية الإماراتية. وكان رئيس مجلس الأعيان، التقى اليوم الخميس بمقر مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي، بعدد من المستثمرين الأردنيين.

واستمع الفايز إلى الدور الكبير الذي يقوم به مجلس الأعمال لجهة إقامة الاستثمارات المشتركة مع رجال الأعمال والمستثمرين الإماراتيين من أجل خدمة الاقتصاد الأردني وإقامة الاستثمارات المتنوعة في الأردن.تابع ص2

وزيرا الزراعة والبيئة يطلعان على مراحل إنشاء المعرض الدائم للمنتجات الريفية

عمان

اطلع وزيرا الزراعة خالد الحنيفات، والبيئة معاوية الردايدة، على مراحل الإنجاز في مشروع إنشاء المعرض الدائم للمنتجات الريفية.

جاء ذلك بحضور الأمين العام المساعد للأمم المتحدة والمدير الإقليمي لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي للدول العربية الدكتور عبدالله الدردري، والممثل المقيم لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي في الأردن رندا أبو الحسن. وينفذ مشروع المعرض الدائم للمنتجات الريفية، بتشاركية بين وزارة البيئة/ برنامج إعادة تأهيل البادية (التعويضات البيئية) كشريك ممول وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي (UNDP) كشريك منفذ، ووزارة الزراعة، والمؤسسة التعاونية الأردنية، وبمساحة تقدر بثمانية دونمات/مساحة البناء الفعلي ، مقدمة من وزارة الزراعة، وبقيمة تمويلية تقدر بثلاثة ملايين دينار، في حين أن مدة إنجاز المشروع 4 سنوات، بما في ذلك إنشاء مرفق المعرض، وتشغيل وإعداد إطار الإدارة والتشغيل السليم وتسليمه إلى المؤسسة التعاونية الأردنية (JCC) بعد عام واحد من إدارته وتشغيله من قبل برنامج الأمم المتحدة الإنمائي UNDP .

وقال الحنيفات، إن وزارة الزراعة عملت ومن خلال الخطة الوطنية للزراعة المستدامة على دعم المجتمعات الريفية من خلال الإرشاد والتدريب لأكثر من 10 آلاف مستفيد وتمويل وصل إلى 110ملايين دينار كان معظمها بدون فائدة استهدفت الشباب والمرأة الريفية .

وأشار إلى أنه وضمن مسار الخطة كان التوجه لإنشاء معارض تدعم الصناعات الغذائية للأسر المنتجة في المحافظات والأطراف، لذا جاء التوجه لإنشاء معارض في العاصمة وإربد وضمن دراسة تستهدف القوى الشرائية وعدد السكان وآليات بيع تقلل من حلقات التسويق وتضمن الدخل للأسر المنتجة وصولا الى الاستدامة .

وأضاف، أن الوزارة قدمت قطعة أرض تجارية وفي اهم المناطق في عمان تقدر قيمتها ب10 ملايين دينار دعماً لهذا المشروع وإلى جانبه المعرض الدائم في إربد والذي يتم إنجازه بالتعاون مع مؤسسة إعمار إربد وبقيمة مليوني دينار ليكون منصة بيع تضمن الدعم والدخل للأسر الريفية والجمعيات التعاونية والزراعية.

مندوباً عن الملك... الحنيطي يرعى حفل تخريج كلية القيادة والأركان

عمان

مندوبا عن جلالة الملك عبدالله الثاني، القائد الأعلى للقوات المسلحة، رعى رئيس هيئة الأركان المشتركة اللواء الركن يوسف الحنيطي في كلية القيادة والأركان الملكية الأردنية، حفل تخريج دورة القيادة والأركان 63 المشتركة 27.

وقال آمر الكلية، العميد الركن ظاهر المقداد: «لقد عملت الكلية هذا الصرح العلمي العسكري العريق، الذي تجذرت فيه روح العسكرية الأردنية ونواميسها، وأصالة الجيش العربي، حامل رسالة الحرية والسلام، درع الوطن ورمز كبريائه وإرادته الحرة، ومنذ نشأتها على تدريب الضباط وفقا لبرامج موضوعة بدقة ليكونوا قادة متميزين وضباط ركن مبدعين من خلال إعدادهم إعدادا عسكريا وعلميا يؤهلهم لإشغال وظائف القيادة والركن في مختلف وحدات وتشكيلات القوات المسلحة الأردنية».

وأشار العميد الركن المقداد إلى التطور الذي جرى على بيئة التعليم في الكلية من بنية تحية ومرافق مختلفة، وإجراء مراجعة شاملة لمناهج الدورات المتقدمة التي تعقد في مدارس ومعاهد القوات المسلحة، ومواءمتها مع مناهج الكلية لتكون حلقات التدريب والتأهيل مترابطة، كما وتم تفعيل التغذية الراجعة من القادة في الميدان، للوقوف على مستوى خريجي الكلية، وعليه فقد تم إجراء تحديث وتطوير شامل على المنهاج، وبما يتلاءم والتطور الحاصل في الفكر العسكري في مستويات الحرب المختلفة، وبما يخدم مصلحة القوات المسلحة الأردنية.

وقام مندوب جلالة القائد الأعلى للقوات المسلحة بتوزيع الشهادات والجوائز على خريجي الدورة التي تمنح شهادة البكالوريوس في العلوم العسكرية، وشارك في الدورة ضباط من مختلف صنوف القوات المسلحة الأردنية – الجيش العربي، والأجهزة الأمنية، إضافة إلى ضباط من السعودية، والإمارات، والكويت، والبحرين، وقطر، ومصر، والسودان، والباكستان، وفرنسا.

ودوّن رئيس هيئة الأركان المشتركة كلمة في سجل كبار الزوار، عبر فيها عن فخره واعتزازه بالكلية، متمنيا لها مزيدا من التقدم والتطور.

حضر حفل التخريج نائب رئيس جامعة مؤتة، وعدد من الملحقين العسكريين للدول الشقيقة والصديقة المعتمدين لدى الأردن، وعدد من كبار ضباط القوات المسلحة الأردنية والأجهزة الأمنية.

مذكرة تفاهم بين «البلقاء التطبيقية» و«الوطني للبحوث الزراعية»

السلط

وقعت جامعة البلقاء التطبيقية والمركز الوطني للبحوث الزراعية، مذكرة تفاهم مشترك لتعزيز وتطوير التعاون في المجالات الأكاديمية والعلمية، والبحثية، والتدريبية.

ووقع مذكرة التفاهم عن جامعة البلقاء التطبيقية رئيسها الدكتور أحمد فخري العجلوني وعن المركز الوطني للبحوث الزراعية مديره العام الدكتور نزار حداد.

وبموجب المذكرة، اتفق الجانبان على تعزيز أواصر التعاون في المجالات الأكاديمية والعلمية، والبحثية، والتدريبية، والجودة، من خلال تبادل الخبرات بين أعضاء الهيئة التدريسية وباحثي المركز الوطني، وإعداد دراسات ومقترحات لمشاريع مشتركة وتطوير المختبرات، مع بذل الجهود المشتركة لاستقطاب التمويل الخارجي من مختلف المصادر الدولية والإقليمية والوطنية.

واتفق الجانبان على توجيه طلبة البكالوريوس والدراسات العليا نحو مشاريع ذات أولوية وطنية تحقق الأهداف الاستراتيجية للشراكة، بالإضافة إلى الاتفاق على تدريب طلبة كلية الزراعة التكنولوجية في المحطات البحثية التابعة للمركز الوطني للبحوث الزراعية والمنتشرة في أنحاء المملكة.

كما اتفق الجانبان على إيفاد باحثين من المركز الوطني للبحوث الزراعية للحصول على الدراسات العليا في التخصصات الزراعية والتي تطرحها الجامعة البلقاء التطبيقية على أن يقوم أعضاء الهيئة التدريسية بالإشراف الأكاديمي والبحثي عليهم. وأكد العجلوني أهمية بناء شبكة علاقات وتعاون مع مختلف المؤسسات المحلية والإقليمية والدولية والتي نسعى من خلالها إلى تطوير والارتقاء بالبحث العلمي والتدريب وتبادل الخبرات وبناء وتطوير قدرات ومهارات الطلبة، منوهاً إلى دور المركز الوطني كمظلة للبحث العلمي الزراعي، مشيراً إلى أن المذكرة الموقعة مع المركز ستسهم في بناء شراكة حقيقية لبناء قدرات الطلاب وتبادل الخبرات من خلال إجراء بحوث علمية مشتركة في المجالات الزراعية، والتي تخدم القطاع الزراعي وتساهم بتحقيق الأمن الغذائي الوطني. ومن جهته، أكد حداد اعتزاره بالشراكة الفاعلة مع المؤسسات الأكاديمية والتي تعد نواة في بناء قدرات المهندسين الزراعيين، مبيناً أن المركز الوطني للبحوث واكب على تقديم الخدمات المخبرية والعلمية لطلبة كلية الزراعة، علاوة على تقديم الدورات التدريبية في العديد من المجالات الزراعية، ولاسيما توظيف الابتكار والإبداع والزراعة المائية وإدخال تقنيات حديثة وتقنيات ما بعد الحصاد وإدارة مصادر المياه وتقنيات التربة في التعديل الوراثي.

وأضاف حداد أن هذا التفاهم هو استكمال لتعاون وحجر أساس لبناء قدرات طلبة كلية الزراعة، حيث قام المركز بتدريب نحو 710 طلاب وطالبات من خلال الورشات والدورات، وقام بتدريب 205 طلاب وطالبات من خلال مهرجان الزيتون الوطني، وعلى الصعيد الميداني، قام المركز بتدريب 37 طالباً وطالبة بالرغم من تحدي كورونا والتباعد الاجتماعي ،وهذه التشاركية ستكون داعمة لتحقيق التنمية الزراعية الشاملة واستدامة القطاع الزراعي.

وزير الصحة يودع البعثة الطبية الأردنية المرافقة للحجاج

عمان

ودع وزير الصحة، الدكتور فراس الهواري، البعثة الطبية المرافقة للحجاج الأردنيين لأداء مناسك الحج، والتي ستنطلق غداً من مبنى وزارة الصحة.

واطّلع الهواري على جاهزية البعثة، التي تضم 40 شخصاً من موظفي وزارة الصحة، منهم 25 طبيباً موزعين على مختلف التخصصات الطبية وبالذات الغدد والسكري والأمراض الصدرية والكلى وطب الطوارئ والطب العام، وعدد من الصيادلة والتمريض وبعض المهن الأخرى.

ووجه الهواري البعثة الطبية إلى تقديم الخدمات الطبية اللازمة للحجاج الأردنيين ومن يقصد البعثة للعلاج من غير الأردنيين. رئيس البعثة الطبية، الدكتور ماجد نصير، قال إن البعثة ستبذل كل ما في وسعها لتقديم خدمات الرعاية الصحية اللازمة للحجاج.

الفايز يزور عددًا من المشاريع لمستثمرين أردنيين في الإمارات

عمّان

زار رئيس مجلس الأعيان، فيصل الفايز، عددًا من المشاريع الاستثمارية لمستثمرين أردنيين في الإمارات العربية المتحدة، ومنها مشروع «القناة» في إمارة أبو ظبي. والزيارة التي رافق الفايز فيها، رئيس مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي محمد المعايطة، وعدد من أعضاء المجلس والمستثمرين الأردنيين في الإمارات، تأتي في إطار زيارة يُجريها الفايز إلى دولة الإمارات العربية. ويعد مشروع «القناة»، الذي تبلغ تكلفته حوالي مليار دولار، واحدا من أهم المشاريع، التي يقوم عليها رجل الأعمال الأردني فؤاد مشعل، والذي يتضمن عددًا من المولات ومدن الألعاب والمقاهي والمطاعم، إلى جانب حديقة بحرية تضم مختلف أنواع الأسماك والحيوانات البحرية، إضافة إلى قاعات الألعاب الافتراضية والمؤتمرات والمسارح ودور السينما.

وأشاد الفايز بالمشروع والمشاريع المقامة من قبل مستثمرين أردنيين في دولة الإمارات، مشيرًا إلى أن حجم الاستثمارات الأردنية في دولة الإمارات يأتي نتيجة لعمق العلاقات الأخوية الأردنية الإماراتية. وكان رئيس مجلس الأعيان، التقى اليوم الخميس بمقر مجلس رجال الأعمال الأردني الإماراتي، بعدد من المستثمرين الأردنيين.

واستمع الفايز إلى الدور الكبير الذي يقوم به مجلس الأعمال لجهة إقامة الاستثمارات المشتركة مع رجال الأعمال والمستثمرين الإماراتيين من أجل خدمة الاقتصاد الأردني وإقامة الاستثمارات المتنوعة في الأردن.

وعرض الفايز رؤية جلالة الملك عبدالله الثاني للتحديث الاقتصادي والتي تهدف إلى النهوض بالاقتصاد الأردني وتسهيل إجراءات الاستثمار في المملكة وإيجاد البيئة الاستثمارية الجاذبة.

مذكرة تفاهم بين «استشارات وتدريب الأردنية» و«بيبي كورد»

عمان

وقع مركز الاستشارات والتدريب في الجامعة الأردنية، على مذكرة تفاهم للتعاون التدريبي، مع شركة الخلية البيولوجية للمختبرات والأبحاث الطبية (بيبي كورد). وتضمنت المذكرة تنفيذ شركة (بيبي كورد) برنامجا تدريبيا يشمل دورات في مجالات حفظ العينات في البنك البيولوجي، ليتسنى استخدامها في معالجات البحث الطبي المستقبلية، وكذلك دورات دراسة الجينات ووظائفها وتأثيرها في الصحة والأمراض، كما يشمل البرنامج التدريبي دورات الأعمال المخبرية العامة.

وقال مدير مركز الاستشارات والتدريب عضو هيئة التدريس في كلية الحقوق، الدكتور محمد المعاقبة، إن هذه المذكرة جاءت استمرارا لنهج المركز في الانفتاح على المجتمع المحلي، والتعاون التدريبي مع كل الجهات ذات الشأن في البرامج التي يقدمها المركز لطلاب الجامعة الأردنية وعموم الفئات الأخرى.

من جهته، قال المدير العام للشركة، الدكتور ماهر الصراف، إن الشركة تُعد رائدة على المستويين المحلي والإقليمي في خدمات البنوك البيولوجية واستشارات الوراثة والتقنيات المخبرية التي تضمن الفعالية والجودة، معربا عن سعادته بتوقيع المذكرة، والتي ستُعقد دوراتها المتعددة في مقر الشركة تحت مظلة الجامعة الأردنية. وستمنح خريجي الدورات شهادة معتمدة من الجامعة والشركة.

وعلى هامش المذكرة، ناقش الطرفان آليات تطوير الشراكة المستقبلية، وأثر توسيع مجالات التدريب التي يحتاج إليها الطلاب من التخصصات الطبية المختلفة، إضافة إلى إمكانية استحداث برامج دبلومات مهنية ترفد المجتمع المحلي بما يحتاج إليه من خبرات عملية ميدانية وخبرات معرفية أكاديمية.

يشار إلى أن مركز الاستشارات والتدريب أُسس في الجامعة الأردنية العام 1981، كأول مركز من نوعه في المملكة يقدم خدماته للبيئة الجامعية والمجتمع المحلي، مسهمًا بتنمية القوى البشرية، ورفدها بالخبرات الفنية والاستشارية اللازمة في حقول المعرفة كافة.

مديرية الأمن العام تحتفل بتخريج مستجدّي ضباط الصف

عمان

رعى مدير الأمن العام اللواء عبيد الله المعايطة، حفل تخريج دورة مستجدي ضباط الصف الجامعيين، والتي عُقدت لدى مدينة الملك عبد الله الثاني التدريبية.

وابتدأ الحفل بالسلام الملكي، واستعرض راعي الحفل طابور الخريجين، والذي تقدم من أمام المنصة بنظام المسيرين البطيء والعادي، مجسّدين صور التميز والاحتراف، ومظهرين العزم على بذل العطاء لأداء واجباتهم المستقبلية في شتى تشكيلات مديرية الأمن العام.

وأكد آمر المدينة التدريبية خلال كلمة ألقاها، أن مديرية الأمن العام مستمرة في استراتيجيتها التدريبية لتمكين الخريجين، وتأهيلهم للعمل في ميادين الشرف والبطولة، لافتاً إلى أن هذه الدورة التي تزامن حفل تخريجها مع المناسبات الوطنية العزيزة، اتبعت نهجاً تدريبياً حديثاً لتطوير العنصر البشري وفقاً لأفضل الأساليب والممارسات، ومواكبة الاحتياجات الوظيفية في مديرية الأمن العام.

وأقسم الخريجون على الإخلاص للوطن والملك والدستور، والحفاظ على القوانين والأنظمة، والقيام بالواجبات الموكلة إليهم بكل أمانة، وتنفيذ الأوامر المشروعة دون تحيز أو تمييز.

وتلقى الخريجون تدريباً متخصصاً لإكسابهم مهارات الدفاع عن النفس واللياقة البدنية والأسلحة، ومساقات متخصصة في العلوم الأمنية والقانونية، وحقوق الإنسان، ومهارات الاتصال، وغيرها من المناهج التدريبية، ضمن إستراتيجية تدريبية حديثة ومتكاملة، لتكون هذه الكوكبة مسلّحة بالعلم والمعرفة في جميع المجالات، وقادرة على التعامل مع المعطيات الأمنية المعاصرة.

وفي نهاية الحفل، الذي حضره كبار ضباط الأمن العام، وزّع اللواء المعايطة الجوائز التقديرية على مستحقيها .

أمانة عمان تحدد مواقع حظائر بيع وذبح الأضاحي

عمان

حدّدت أمانة عمان الكبرى اليوم الخميس، مواقع حظائر بيع وذبح الأضاحي، وبحيث تغطي مختلف مناطق الأمانة.

وسيُتاح أمام التجار ومربي الماشية، اعتباراً من الأسبوع المقبل، التقدم بطلب الحصول على التصاريح اللازمة عبر الموقع الإلكتروني للأمانة. وبينت الأمانة أنه سيُصار عند الانتهاء من تجهيز البنية التحتية لمواقع الحظائر التي تم تحديدها لبيع وذبح الأضاحي، الإعلان عن الشروط والتعليمات والقرعة الإلكترونية.

وحددت الأمانة موقعا لخدمة منطقة (ماركا) في شارع سليمان الروسان المتفرع من شارع جعفر بن أبي طالب دخلة مصنع الإسفنج، ولمنطقة (النصر) في شارع الحزام الدائري بالقرب من جسر الصالحية. ولمناطق (بدر/ نزال، زهران، المقابلين، العبدلي) في شارع الأمير حسين بجانب دوار توفيق الطباع، ولمنطقتي (بسمان وطارق) في شارع الأمير فيصل، بالتقاطع مع شارع الأمير نايف (منطقة الكسارات). ولمناطق (القويسمة، راس العين، اليرموك، المدينة) في شارع الجسور العشرة (شارع الشعائر)، ولمنطقة (خريبة السوق) في شارع الأزرق (الستين) بعد متصرفية لواء القويسمة، ولمناطق (وادي السير، بدر الجديدة، مرج الحمام) في حي الظهير شارع نالتشك الدمينة. وحددت لمنطقتي (صويلح، تلاع العلي) موقعاً في شارع رفاعة الأنصاري، ولمناطق (شفا بدران، الجبيهة، أبو نصير) في شارع ضيف الله الحمود مقابل مركز أمن شفا بدران مقابل المقبرة القديمة. ولذبح الأضاحي حددت الأمانة مسلخ الماضونة في منطقة أحد، ومسلخ أمانة عمان في منطقة المحطة.

ووفقا لمدير الدائرة الإعلامية ناصر الرحامنة، تهدف الأمانة من تحديد مواقع حظائر بيع وذبح الأضاحي، الى منع البيع العشوائي داخل العاصمة، وتسهيل عمليات السيطرة بيئياً وصحياً، والحد من المكاره، مع إمكانية التعقيم المستمر لهذه المواقع.

وأكد الرحامنة ضرورة الالتزام بالتعليمات وتطبيق الشروط الصحية والشرعية للأضاحي، وعدم إقامة الحظائر في الأماكن السكنية، ومنع عشوائية التوزيع، والتزام صاحب الحظيرة بتوفير متطلبات السلامة العامة، مشيرًا إلى أن جميع الحظائر ستكون خاضعة للرقابة البيطرية من قبل الأطباء البيطريين.

تسكين الصيدلة في جامعة فيلادلفيا بالإطار الوطني للمؤهلات

عمان

أقر مجلس هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي وضمان جودتها، تسكين مؤهل الصيدلة في جامعة فيلادلفيا في الإطار الوطني الأردني للمؤهلات. وأقر المجلس في جلسته التي ترأسها رئيس الهيئة الدكتور ظافر الصرايرة، اليوم، استمرارية الاعتماد الخاص للتخصصات بكالوريوس، التربية البدنية، وعلوم الحركة والتدريب الرياضي، والموسيقى، وماجستير ودكتوراه، الإشراف والتدريس في التربية البدنية، في الجامعة الأردنية. الموافقة على الاعتماد الخاص الأولي لتخصص (القانون العام / برنامج الماجستير) في جامعة الحسين بن طلال. ووافق المجلس على استمرارية الاعتماد الخاص للتخصصات،بكالوريوس وماجستير، الرياضيات، والفيزياء، وبكالوريوس، الكيمياء، والعلوم الحياتية، وماجستير، الكيمياء التطبيقية، وأقر المجلس، استمرارية الاعتماد الخاص للتخصصات، ماجستير، تربة ومياه وبيئة، ووقاية النبات، والإنتاج النباتي/ بستنة ومحاصيل، وبكالوريوس، البصريات، التغذية وتكنولوجيا الغذاء، والتربة والري، وبكالوريوس وماجستير، الإنتاج الحيواني، في جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية.

ووافق المجلس، على استمرارية الاعتماد الخاص لتخصص، بكالوريوس، أصول الدين، وإعادة فتح باب قبول طلبة جدد لتخصص، ماجستير، الحديث النبوي الشريف وعلومه، في جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وأقر المجلس استمرارية الاعتماد الخاص للتخصصات، بكالوريوس، المحاسبة وقانون الأعمال، والتمويل ومصارف، وبكالوريوس وماجستير، المحاسبة، ونظم معلومات إدارية، وادارة الموارد البشرية، وماجستير، التمويل، وادارة الأعمال، والإدارة، في جامعة عمان العربية.

شركة كهرباء محافظة اربد المساهمة العامه المحدودة
إعلان فصل التيار الكهربائي
كهرباء إربد Irbid Electricity

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٦/٢٠ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن برقش، برقش طريق كفرراكب وذلك من الساعة التاسعة صباحا ولغاية الساعة الرابعة مساءً وعن زبدا فركوح، خربة قاسم غرب مجمع الأغوار الجديد من الساعة التاسعة والنصف صباحا ولغاية الساعة الخامسة مساءً في محافظة اربد .

وعن الرمثا الحي الشمالي، شارع أحمد أبوعاكف، شارع اليوبيل الفضي، شارع بلقيس، شارع ماعين، شارع الأمير حسين، شارع طلحة بن عبيدالله، شارع الوحدة العربية، المجاورين من مدرسة زيد بن الخطاب، المجاورين لأسواق الريان، المحلات التجارية على الشارع الممتد من مدرسة زيد بن الخطاب ولغاية زاوية أبو الركس من الساعة الثامنة صباحا ولغاية الساعة الخامسة مساءً في مدينة الرمثا .

وعن شمال منطقة سميا من الساعة الثامنة صباحا ولغاية الساعة الخامسة مساءً وعن إسكان جامعة آل البيت من التاسعة صباحا ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصرًا في محافظة المفرق .

قسم العلاقات العامة

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 الأمانية، ونشروا نتائجها، في دورية (Journal of Clinical Periodontology) العلمية. وتعد أمراض اللثة، من أكثر أمراض الفم انتشارًا، وتتمثل أعراضها في الاحتقان والانتفاخ ونزف الدم لأقل سبب، وفي مرحلة لاحقة تتشكل الجيوب اللثوية ما يسبب رائحة الفم الكريهة.

وللوصول إلى نتائج الدراسة، راقب الباحثون ٣٠ مريضًا 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 "أوميجا ٣" الدهنية مثل بذور الكتان ومكسرات الجوز، وفيتامين "سي" مثل الفلفل الأحمر والجوافة والبرتقال، وفيتامين "د" مثل رقائق الحبوب المدعمة والفواكه والخضروات الغنية بمضادات الأكسدة والنترات النباتية والألياف مثل التوت البري والفراولة والفاصوليا والسبانخ والبنجر.

ووجد الباحثون أن المجموعة التي تناولت هذا النظام القائم على النبات شهدت انخفاضًا كبيرًا في نزيف اللثة، كما أظهرت زيادة في نسب فيتامين "د" وفقدان الوزن، مقارنة بالمجموعة الأخرى.

وقال الدكتور يوهان فولبر، قائد فريق البحث: "تُظهر نتائج الدراسة بوضوح إمكانية الحد من التهاب اللثة بشكل طبيعي عن طريق اتباع نظام غذائي نباتي يعزز الصحة العامة أيضًا".

وأضاف أن: "الحمية الغربية التي تعتمد على تناول كميات كبيرة من اللحوم الحمراء واللحوم المصنعة والمشروبات الغازية والبطاطس المقلية والسكر والحلويات تزيد فرص الإصابة بالالتهابات ومنها التهاب اللثة". ولتجنب الإصابة بالأمراض المتعلقة باللثة، ينصح الباحثون الأشخاص بالاهتمام الكامل بنظافة الأسنان والاعتناء بوضع اللثة الصحي منذ الصغر، عبر تدليكها ومراجعة الطبيب بشكل دوري من أجل الكشف عن أية أمراض لا ترى بالعين المجردة، لكنها موجودة وتظهر فقط عند حدوث الالتهابات المتكررة.

الزنجبيل علاج طبيعي فعّال للصداع النصفي

❖وكالات

يصاحب الصداع النصفي مجموعة من الأعراض تزيد الألم سوءاً، مثل الدوخة والقيء 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 تتكرّر كل أسبوعين أو أكثر. لذلك، جرّب الزنجبيل للتغلب على آلام وأعراض هذا الصداع.

ويمتاز الزنجبيل بأنه غني بمضادات الالتهابات، ما يساعد على تخفيف مجموعة من الأعراض المصاحبة للصداع النصفي، والتخلص من الصداع نفسه في أسرع وقت.

وبحسب دراسة نُشرت في "جورنال أوف فيتوثيرابي"، توجد أدلة على أن الزنجبيل يقلل من الإحساس بألم الصداع النصفي. ويمكنك مضغ شريحة من الزنجبيل للحصول على عصارته بشكل سريع، أو غلي الزنجبيل وتناول الشاي، مع تحسين المذاق بإضافة العسل.

لكن تذكّر أن شاي الزنجبيل غير مناسب للحوامل ولمن يتناولون أدوية مذيبة لجلطات الدم.

تحذير للحوامل من نوبات العمل المسائية

❖وكالات

نبهت دراسة طبية، إلى أن الحوامل اللائي يعملن نوبتي عمل مسائيتين على الأقل في أسبوع واحد قد يصبحن أكثر عرضة للإجهاض في الأسبوع التالي.

وأوضحت الباحثة لويز مولنبرج بيغتراب التي أشرفت على الدراسة، أن "النساء اللائي يعملن في نوبات مسائية يتعرضن لضوء في الليل يؤثر على الساعة البيولوجية ويقلل إفراز هرمون الميلاتونين".

وأضافت "تبينت أهمية هذا الهرمون في نجاح الحمل، ربما يرتبط بحماية وظيفة المشيمة".

وقامت بيغتراب، وهي باحثة في قسم طب الصحة المهنية والبيئية في مستشفى بيسبيبير وفريديكسبير في كوبنهاجن، وزملاؤها، برصد الحمل لدى ٢٢٧٤٤ موظفة في القطاع العام، معظمهن يعملن في مستشفيات دنمركية.

وأفاد الباحثون في تقرير نشر بمجلة طب الصحة المهنية والبيئية، أن ٧٤٠ امرأة أُجهضت من بين ١٠٠٤٧ امرأة عملن لبعض النوبات الليلية في الفترة بين الأسبوع الثالث والحادي والعشرين من الحمل. أما باقي النساء في الدراسة، اللائي لم يعملن في نوبات مسائية، وعددهن ١٢٦٩٧، فقد تعرضت ١١٤٩ منهن للإجهاض.

وبعد الأخذ في الحسبان لعوامل السن ومؤشر كتلة الجسم والتدخين وعدد الولادات والإجهاض السابقة والوضع الاجتماعي والاقتصادي.

وجد الباحثون أن العمل لنوبتين 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 للإجهاض في الأسبوع التالي. لكن زيف وليامز، رئيس قسم طب الغدد الصماء التناسلية والعقم بمركز إيرفينج الطبي التابع لجامعة كولومبيا في نيويورك، يرى أن الارتباط الذي خلص إليه الباحثون ليس دليلا على أن العمل ليلا يسبب الإجهاض.

دراسة.. 'استنشاق السكر' يعالج أمراضا خطيرة

❖وكالات

كشفت دراسة علمية حديثة أن استنشاق السكر يمكن أن يساعد في علاج أمراض الرئة، وفقا 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 "المستقبلة" الحساسة للسكر يمكن أن يثبط الالتهاب، الذي يلعب دورا رئيسيا في حالات الحساسية والربو وغيرهما.

غير أن الدراسة كان لها جانب مثير 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 ماكدونالد 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 "مكانس تنظيف" لنظام المناعة، وتقوم بتنظيف و"كنس" الكائنات الضارة، والمخلفات في الجهاز المناعي.

ووجد الفريق العلمي في جامعة مانشستر أن البلاعم في الرئتين تحتاج إلى مستوى مناسب من الجلوكوز أو "الوقود" لكي تعمل بشكل صحيح، كما وجدو أن التحفيز المفرط بالسكر يؤدى إلى التهاب يرتبط غالبا 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.

وأوضح البروفيسور ماكدونالد أن "أمراض الجهاز التنفسي تسبب معاناة رهيبة في كل من العالم النامي والمتقدم، حيث يتم إدخال مئات الأشخاص إلى المستشفى يوميا في بريطانيا، على سبيل المثال، جراء نوبات الربو، في حين أن الإصابات الطفيلية المميتة المحتملة في الرئتين منتشرة في معظم أنحاء إفريقيا وآسيا".

وأضاف "إن فكرة أن تعديل مستويات الجلوكوز في الرئتين قد يكون، يوما ما، عاملا حاسما في علاج هذه الحالات.. أنها فكرة مثيرة للغاية.. من الواضح أننا نحتاج الآن إلى دراسة تأثير الجلوكوز على بلاعم الرئة البشرية".

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 ظهوره للمرة الأولى.

وظهر خلال الأسبوعين الماضيين عدد قياسي من الحالات الجديدة مما يمثل انتكاسة حادة لجهود التصدي لثاني أكبر تفش للمرض على الإطلاق في الوقت الذي أدى فيه العنف الذي تمارسه الميليشيات ورفض السكان التعاون مع المسعفين إلى عرقلة الوصول إلى المناطق المصابة.

كانت منظمة الصحة العالمية أعلنت قبل أقل من ثلاثة أسابيع احتواء حمى الإيبولا النزفية إلى حد كبير، قائلة إن 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 وفقا لما قاله كريستيان ليندمير المتحدث باسم المنظمة.

وجرى تسجيل قفزات سابقة في أعداد المصابين بالمرض بنحو ٥٠ حالة أسبوعيا في أواخر يناير ومنتصف نوفمبر.

لهذا السبب عليك الاحتفاظ بأسنان طفلك اللبنية

❖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 يمكنه إنقاذ حياته في يوم من الأيام، حسب ما يقول الباحثون.

وتعتبر أسنان الأطفال مخزناً هاماً لنخاع العظم، ويمكن استخدام الخلايا الجذعية المستخرجة منها لعلاج السرطان، ومرض السكري، وإنتاج أنسجة جديدة للعين، والمساعدة على نمو العظام.

ويمكن أن يكون استخراج الخلايا الجذعية من نخاع العظام إجراءً مؤلماً 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.

هل شرب عصير الرمّان أثناء الحمل آمن؟

❖وكالات

تحتوي فاكهة الرمّان على مغذيات عديدة تزوّد الحامل باحتياجات هامة لنمو الطفل وسلامة الحمل. ويعتبر أكل الرمّان آمناً تماماً للحامل، لكن وفقاً لدراسة صدرت عام ٢٠١١ ربما من الأفضل عدم شرب عصير الرمّان خلال أشهر الحمل قبل التحدث مع الطبيب.

الألياف. يحتوي مقدار نصف الكوب من حب الرمّان عند أكله على ٥ غرامات من الألياف. وتعتبر الألياف ضرورية لتفادي الإمساك الذي تشكو منه نصف الحوامل تقريباً. وتحث توصيات الحمل على تناول ما بين ٢٥ و٣٠ غراماً من الألياف.

الحديد وفيتامين "سي". تمتاز فاكهة الرمّان بأنها تجمع ما بين الحديد وفيتامين "سي" اللازم لامتصاص المعدن الهام. وتفيد التقارير الطبية بأن ١٨ بالمائة من الحوامل في المجتمعات المتقدمة تعاني من الأنيميا، ويلعب الحديد دوراً هاماً في توصيل المغذيات للجنين. لذلك من المفيد أكل الرمّان أثناء الحمل. وتفيد دراسات أجريت عام ٢٠٠٥ بأن تناول فاكهة الرمّان أثناء الحمل يعزّز من نمو خلال دماغ الجنين، ويحميها من تشوهات النمو.

لكن وفقاً لدراسات أخرى من جامعة مريلاند عند تناول الحامل عصير الرمّان والذي تعرّضت بذوره للعصر تتزايد احتمالات انقباضات الرحم، ما يهدد بولادة مبكرة. لذلك من الأفضل الحصول على فوائد الرمّان من أكله وليس شرب عصيره.

ما علاقة الدورة الشهرية بإصابة النساء بالخرف؟

❖وكالات

أظهرت دراسة جديدة أن النساء اللائي يبدأن الدورة الشهرية في عمر متأخر، أو يتعرضن لانقطاع الطمث المبكر، يزيد لديهن خطر الإصابة بالخرف.

وتقول المعدة الرئيسة للدراسة، الدكتورة باولا جيلزانز، وهي عالمة في قسم الأبحاث في كايزر بيرمينتي: "من المهم دراسة أي عوامل خطر خاصة بالنساء، حيث أنها قد تقودنا في نهاية المطاف إلى نقاط تدخل محتملة".

ونظر الفريق خلال هذه الدراسة، 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 ما خضعن لاستئصال الرحم أو جزء منه.

ووجدت النتائج أن النساء اللائي بدأن دورة الحيض الأولى في سن ١٦ عاما أو أكثر، كن عرضة للإصابة بالخرف بـ ٢٣٪ أكثر من أولئك اللائي بدأن دورة الحيض في سن ١٣ عاما أو أقل.

ووجد الفريق أيضا أن النساء اللائي دخلن مرحلة انقطاع الطمث قبل سن ٤٧ عاما، كن أكثر عرضة بنسبة ١٩٪ للإصابة بالخرف من النساء اللائي تعرضن له بعد سن ٤٧ عاما.

وعندما نظر فريق البحث إلى مجموع سنوات الإنجاب، وهي السنوات من الدورة الأولى للحيض حتى انقطاع الطمث، كانت النساء اللائي تقل سنوات الإنجاب لديهن عن ٣٤ سنة، أكثر عرضة بنسبة ٢٠٪ للإصابة بالخرف.

بالإضافة إلى ذلك، كانت النساء اللواتي خضعن لعملية استئصال الرحم أكثر عرضة بنسبة ٨٪ لخطر الإصابة 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 دورا في ذلك.

وأظهرت الأبحاث السابقة أن الإستروجين لديه خصائص مضادة للالتهابات، ما قد يزيد من خطر الإصابة بالخرف.

ماذا تعرف عن البيات الشتوي لعضلة القلب؟

❖وكالات

قال الدكتور جمال شعبان استشارى قلب وأوعية دموية عميد 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 الدم عنها أما باقي عضلات الجسم الموجودة بالقدم أو الذراع أن تم استهلاكها في المشي، فيظهر علي الإنسان الإرهاق، ولا بد أن يريح عضلة رجله أو يده لاستئناف السير مرة أخري. وأكد شعبان إلى القلب على عكس باقى الأعضاء فهو لا يسمح بالراحة فلا بد أن يعمل على مدار الساعة في شكل أوتوماتيكي حتي 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.

وأوضح شعبان أنه إذا أخذنا عينة من الوريد التاجي سنجد أن نسبة الأكسجين فيها أقل نسبة فالقلب دون أن يبذل الإنسان أي مجهود يسحب حوالي ٧٠٪ من الأكسجين الموجود في الدم الشرياني، بحيث لو بذل الإنسان مجهود لا يجد له احتياطي من الأكسجين لكن هناك احتياطي موجود بالشريان التاجي. وتابع شعبان إلى أن عضلة القلب تقوم بما يسمي الانقباض الاستراتيجي أو ما أطلق عليه البيات الشتوي، حيث يصاب الإنسان بجلطة في الشريان التاجي، ولو حدث لأي عضو بالجسم أن يقطع عنه الشريان المغذي له فإنه يكون مثل ورقة الشجر التي تقطع عنها الماء فتموت، 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 كفاءتها لها بالدعامة أو الجراحة أو الأدوية.

دراسة: إعادة استخدام الزيت يسبب سرطان الثدي

❖وكالات

حذّرت 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 تتحمّل الحرارة العالية. وأظهرت تجارب الدراسة التي أجريت في جامعة إلينوي باستخدام عينات من سرطان الثدي أن زيت القلي المعاد استخدامه يعزز من تحوّل خلايا سرطان الثدي إلى أنواع شرسة ويزيد من انتشارها.

وبحسب الدراسة التي نُشرت في "جورنال أوف كانسر بريفينشن ريسيرش" يساعد زيت القلي المعاد استخدامه على زيادة نمو سرطان الرئة، لكن تزايد نمو سرطان الثدي بسبب الزيت المعاد استخدامه يبلغ الضعف مقارنة بأنواع أخرى من الأورام.

١٠ أنواع 'سحرية' من الفاكهة لخفض الوزن

❖وكالات

تتمتع الفواكه باحتوائها على سعرات حرارية منخفضة، كما أنها تبعث شعورا بالإشباع، فضلا عن قدرتها على حرق السعرات الحرارية، مما يجعلها غذاء مثاليا 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:

التفاح

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

المشمش

نظرا لغناها بالألياف غير القابلة للانحلال والباعثة على الإحساس بالشبع لفترات طويلة، يعد المشمش طعاما جيدا يساعد على تخفيف الوزن، خصوصا لمن يتبعون حمية قليلة الدهون.

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

يبعث تناول الموز الشعور بالشبع، كما أن هذه الثمار غنية بالمغنسيوم والبوتاسيوم، وهما عنصران مهمان في علاج مشكلات الهضم والانتفاخ.

التوت

يتمتع التوت بغناه بمضادات الأكسدة ذات التأثير السحري على الدهون، وتسريع عملية "الأيض"، وحرق السعرات الحرارية.

الشمام

إلى جانب مذاقه الحلو، يضم الشمام عناصر مضادة للالتهابات وللأكسدة، تدعم الجسم للتخلص من سمومه ودهونه.

جوز الهند

تدفع ثمار جوز الهند الشهية الجسم على الشعور بأنه لا يحتاج للطعام، كما أنها غنية بالدهون الثلاثية متوسطة السلسلة التي تعزز كفاءة التمثيل الغذائي.

الجريب فروت

أظهرت دراسات أن تناول نصف حبة من الـ"غريب فروت" قبل الطعام يقلل من دهون البطن ويخفض مستوى الكوليسترول السيء.

الليمون

يعرف عن الليمون فوائده في إزالة السموم من الجسم وخصوصا من الكبد، مما يعني التمتع بالقدرة على هضم الطعام وحرق الدهون بكفاءة عالية.

النكتارين

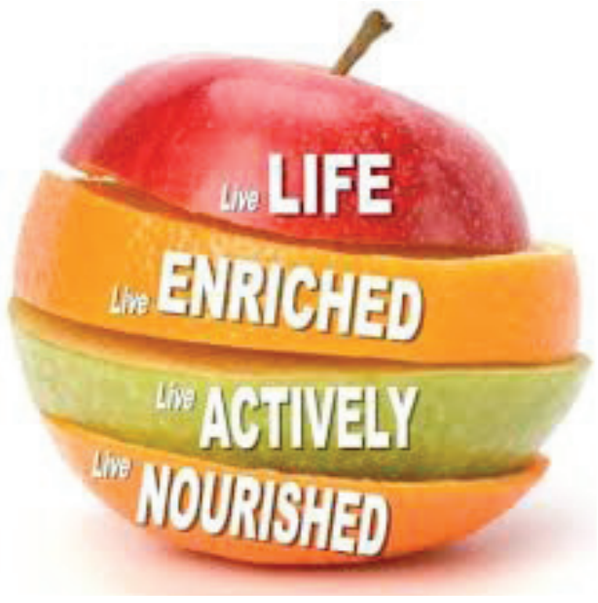
يساعد أكل النكتارين في مكافحة السمنة ومرض السكري، كما أنها غنية بالفيتامينات المفيدة مثل "آي" و"سي"، فضلا عن سعراتها الحرارية المنخفضة.

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 دراسة علمية أجراها علماء جامعة شيان جياوتونغ الصينية وعلماء جامعة جنوب أستراليا، وجود علاقة مباشرة بين تناول مواد غذائية غنية بمضادات الأكسدة، وخطر تطور مرض إعتام عدسة العين المرتبط بالعمر. وتوصل الباحثون إلى أن التزام الذين يعانون من إعتام عدسة العين بحمية الفواكه والخضروات التي تتميز باحتوائها على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، يخفض تكاليف علاجهم إلى النصف. ويقول الباحثون إن "النتائج التي حصلنا عليها تؤكد على أن الحمضيات والفلفل الحار والجزر والطماطم والخضروات الخضراء الداكنة، تؤخر بداية إعتام عدسة العين لعدة سنوات وتحمي منه. وتحتوي هذه المواد على فيتامينات A وC 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 حصائل الحمل الضائرة. ولذا فإن الفترة المحيطة بالحمل تُعد فترة مهمة للتدخلات التي تنهض بصحة الأم وبالتالي تزيد من احتمالات الحصائل الإيجابية للحمل.

والعيوب الولادية والتشوهات الخلقية هي شذوذات بنيوية 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 الخلقية الأكثر شيوعاً.

وتشير البيّنات الحالية إلى أن إعطاء مكملات حمض الفوليك في الفترة المحيطة بالحمل يمكن أن يحقق الوقاية من عيوب الأنبوب العصبي، سواء قدمت هذه المكملات بمفردها أو في توليفة مع فيتامينات ومعادن أخرى

ينبغي لجميع النساء أن يتناولن جرعة تكميلية من حمض الفوليك (٤٠٠ ميكروغرام من حمض الفوليك في اليوم) ابتداء من سعيهن إلى الحمل حتى الأسبوع الثاني 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 النكسة ويطلعن على خطر التكميل بحمض الفوليك في المرحلة المحيطة بالحمل ويحصلن على جرعة تكميلية كبيرة (٥ مليغرامات من حمض الفوليك في اليوم).

الدهون أو الدسم والأحماض الدهنية

إن الأحماض الدهنية أوميجا ٣ الطويلة السلسلة والعديدة اللاتشبع البيولوجية بما في ذلك العمليات التي تكتسي أهمية أثناء الحمل والوضع.

وتُعد الأغذية البحرية مصدراً غنياً بالأحماض الدهنية أوميجا ٣ الطويلة السلسلة والعديدة اللاتشبع وتشير البيّنات الصادرة عن الدراسات الرصدية إلى احتمال وجود ارتباط بين استهلاك الأغذية البحرية أثناء الحمل وبين الحد من بعض الحصائل الصحية السلبية مثل مقدمات الارتجاع والابتسار وانخفاض الوزن عند الميلاد.

وتشير البيّنات الحالية إلى أن التكميل بالأحماض الدهنية أوميجا ٣ الطويلة السلسلة والعديدة اللاتشبع يرتبط بالحد من مخاطر الولادة المبتسرة 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 حصائل 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 ويحسّن حصائل الحمل.

وتدل البيّنات المتاحة حالياً على أن مكمّلات الطاقة والبروتين المتوازنة تحسّن من نمو الجنين، وقد تحد من مخاطر الإملاص وانخفاض وزن الرضع عند الميلاد والرضع الصغار بالنسبة إلى العمر الحملي، ولاسيما في صفوف النساء الحوامل اللاتي يعانين من نقص التغذية. ومن المستبعد أن تكون المكمّلات عالية البروتين مفيدة أثناء الحمل وقد تضر بالجنين. وتشير البيّنات 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 الارتعاج والارتعاج هي في عداد الأسباب الرئيسية لوفاة الأمهات والولادة قبل الأوان ولا سيما في البلدان المنخفضة الدخل. وتعتبر الولادة قبل الأوان السبب الرئيسي لوفاة المواليد المبكرة ووفيات الرضع ويكون الأطفال الناجون أكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض تنفسية والمراضة العصبية في الأمد الطويل.

وينخفض ضغط الدم عادة في أوائل فترة الحمل ثم يرتفع ارتفاعاً بطيئاً حتى نهاية فترة الحمل. ومع ذلك، يختل هذا التوازن ويزداد خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج بسبب البدانة والسكري والحمل التوأمي أو الحمل في سن المراهقة وانخفاض استهلاك الكالسيوم. ويحسّن توفير جرع الكالسيوم المكملة مدخول الكالسيوم ويحد بالتالي من خطر الإصابة باضطرابات فرط ضغط الدم أثناء الحمل

حمض الفوليك و الحديد

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

ويعود نصف هذا العبء على الأقل وفقاً للتقديرات إلى عوز الحديد. وتحتاج النساء الحوامل إلى كميات إضافية من الحديد وحمض الفوليك للوفاء باحتياجاتهن التغذوية واحتياجات الجنين الذي ينمو. وفي إمكان عوز الحديد وحمض الفوليك في أثناء الحمل أن يؤثرا سلباً على صحة الأم، وعلى حملها، وعلى نمو الجنين.

وقد أشارت أحدث البيّنات إلى أن استخدام مكمّلات الحديد وحمض الفوليك يرتبط بالحد من مخاطر عوز الحديد وفقر الدم في النساء الحوامل.

يود

يُعد اليود ضرورياً للنمو الصحي لمخ الجنين وصغار الأطفال. وتزداد احتياجات المرأة من اليود زيادة كبيرة أثناء الحمل لضمان إمداد الجنين بالقدر 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 البيّنات إلى أنه في الأماكن التي لا تشهد التنفيذ الكامل لتعميم يودنة الملح، قد لا تتلقى النساء الحوامل والمرضعات والأطفال دون سنتين من العمر كميات الملح الميودن الكافية.

ووفقاً 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 إلى 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 الفيسيولوجية في حجم الدم خلال هذه الفترة.

وفي حين أن هناك ما يشير إلى أن إعطاء جرعات صغيرة من مكمّلات 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 الريتينول المصلي في الفترة الأخيرة من الحمل ومن أعراض العشى الليلي، فإن البيّنات الحالية تشير إلى أن التكميل بفيتامين ألف أثناء الحمل لا يؤدي إلى الحد من مخاطر المرض أو الوفاة في صفوف الأمهات أو الرضّع.

وينبغي تشجيع النساء الحوامل على تلقي التغذية الكافية، وتتمثل 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 والفوسفات. وينتج الجسم فيتامين دال أثناء تعرضه 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 الارتجاع وداء السكري الحملي والابتسار وحالات أخرى تتعلق بالأنسجة تحديداً.

ويحسن تعاطي مكمّلات فيتامين دال أثناء الحمل من الحالة المتعلقة بفيتامين دال وقد يؤثر إيجاباً على توافر هذا الفيتامين للجنين. ولكن البيّنات المتاحة حالياً لتقدير الفوائد والمضار الناجمة عن استخدام مكمّلات فيتامين دال بمفرده أثناء الحمل لتحسين الحصائل الصحية للأم والرضيع مازالت محدودة.

وينبغي تشجيع النساء الحوامل على تلقي التغذية الكافية، وتتمثل أفضل طريقة لتحقيق ذلك في استهلاك نظام غذائي صحي ومتوازن.

زنك

إن دور الزنك محوري في انقسام الخلية وتركيب البروتينات والنمو مما يعني أن توفير قدر كاف من الزنك أمر يكتسي أهمية خاصة بالنسبة إلى المرأة الحامل. وتشيع 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 البينات المتاحة بأن توفير جرع الزنك المكملة أثناء الحمل يمكن أن يساعد على تقليل حالات الولادة قبل الأوان في السياقات المنخفضة الدخل غير أنه لا يكبح سائر حصائل الحمل دون المستوى الأمثل التي تشمل انخفاض الوزن عند الميلاد أو مقدمات الارتعاج.

مفاجأة.. الكافيين قد يؤثر إيجاباً على الرياضة

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 ملبورن 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، رُفع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة محظور تناولها خلال المنافسات.وذكر جرجيك لرويترز 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 القفز 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!

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

ونوّه 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 وقتا طويلا على الشاطئ، ما تسبب في ظهور مشكلات في كليتيه.

وأظهرت نتائج الفحص الذي أجراه أخصائيو طب الكلى أن بنية الكلى لم تتغير، وتحليل البول لا يحتوي على أي شيء مشبوه.

وبعد إجراء فحص موسع ومفصل، اتضح أن مستوى الكالسيوم وهرمون الباراثرين في دمه مرتفع جدا. الأمر الذي يحصل عند الإفراط في تناول فيتامين D.

وقد أكد المريض على أنه تناول فعلا فيتامين D على مدى السنوات الثلاث الأخيرة من عمره، بناء على نصيحة صديق له.

ونتيجة لتعرض هذا الرجل للشمس ولفترات 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.

الجزر.. مشروب سحري مهدئ للسعال ومزيل للبلغم

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

هذا ما يؤكده تقرير نشره موقع "ديلي هيلث" المعني بالصحة عن مشروب سحري يعتمد على الجزر وبعض المكونات الأخرى ويتمتع بفائدة مذهلة في إزالة البلغم وتنقية الرئة دون أية مواد كيميائية كتلك الموجودة في أدوية السعال.

فالجزر من الخضراوات الغنية بالمواد المضادة للأكسدة والفيتامينات كفيتامين A و C و K وكذلك 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) 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 ملعقتين صغيرتين من الجنزبيل الطازج المبشور في كمية مناسبة من الماء، ثم خلط المزيج في الخلاط بعد أن يبرد وتحليته 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.

٥ من مشاكل البشرة يعالجها زيت الزيتون

يتميّز زيت الزيتون بغناه بمضادات الأكسدة والحوامض الدهنية التي تؤمّن للبشرة ما تحتاجه من تغذية، وحماية، وترطيب. وهو يناسب كافة أنواع البشرات بما فيها الحسّاسة. تعرّفوا فيما يلي على ٥ حلول يقدّمها زيت الزيتون لخمسة من المشاكل التجميليّة المزعجة.

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، وبضع نقاط من عصير الليمون الذي يساعد على التآم الندبات التي تسببها البثور. سماكة هذا القناع يجب أن تكون متوسطة، على أن يتمّ مدّه على البشرة وتركه لفترة ٢٠ دقيقة قبل غسله بالماء الفاتر والصابون الناعم.

٢- يخفّف من توسّع المسام:

يمكن للمسام المتوسّعة أن تظهر على البشرات الجافة والدهنية على السواء. للمساعدة على انقباضها واكتساب البشرة النعومة المنشودة، يُنصح باعتماد قناع مؤلّف من ظرف من الخميرة الكيميائية، ملعقة كبيرة من العسل، وملعقة كبيرة من زيت الزيتون. يُطبّق هذا القناع لمدة ١٠ دقائق على البشرة الجافة ولمدة ٢٠ دقيقة على البشرة الدهنيّة، على أن يتم شطفه بالماء الفاتر والصابون الناعم.

٣- يعتني بالبشرة الفاقدة للحيوية:

تحتاج البشرة الفاقدة للحيوية إلى عناية خاصة يمكن أن يؤمّنها زيت الزيتون من خلال تحضير مقشّر فعّال يعيد إليها النضارة. يكفي تدليك البشرة بحركات دائريّة بخليط مؤلّف 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 ومنعّم للبشرة.

٤- يحارب التلوّث:

تتعرّض بشرة الوجه بشكل يومي للإجهاد ولعدة أنواع من التلوث مما يتركها شاحبة وفاقدة للحيوية. يساعد قناع زيت الزيتون المضاد للتلوث في استعادة نضارة البشرة، ولتحضيره يكفي خلط بيضة طازجة، نصف ملعقة صغيرة من زيت الزيتون، ملعقة 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 بالعمق. لتحضير هذه الخلطة يكفي أن نمزج في وعاء: ٥٠ ملليلتر من زيت الزيتون، ٥٠ ملليلتر من زيت الأفوكادو، ٦٠ نقطة من زيت الجيرانيوم الأساسي، و٩نقاط من زيت الفيتامينE. يُنصح بتطبيق القليل من هذه الخلطة على البشرة مساءً قبل النوم لتغذيتها بالعمق خلال الليل.

نموّ الطّفل "child development process"

يُستخدم مصطلح نموّ الطّفل للدّلالة على تطوُّر القدرات والوظائف الإدراكية والعاطفية والعقليّة والسّلوكيّة خلال مرحلة الطّفولة. ويشير مصطلح الطّفولة إلى تلك الفترة من حياة الإنسان بدءًا من اكتسابه اللغة بعمر السنة أو السنتين وحتى بداية مرحلة المراهقة بعمر الـ ١٢ والـ١٣ سنة.

فيما يأتي نستعرض تطوّر الطّفل بإيجاز.

يشكّل ظهور الكلام علامةً على انتهاء مرحلة الرّضاع وبدء مرحلة الطّفولة وذلك في السّنة الأولى إلى الثانية. ونلاحظ تطوّرًا ملحوظًا في اكتساب الأطفال للّغة في السّنة الثانية من أعمارهم؛ إذ يُظهرون تناميًا مستمرًّا للمفردات، واستخدامًا متزايدًا للتراكيب المفرداتية، وفهمًا أوّليًّا لقواعد اللغة وبناء الجملة. وببلوغهم السّنة الثالثة، يميل الأطفال إلى استخدام جُمَل خماسيّة أو حتى سداسيّة الكلمات، حتى يتمكّنون من التّخاطب بجُمل الكبار في الرّابعة من عمرهم. أمّا الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة والسّادسة فيُتقنون قواعد اللغة والمعنى المعقّدة.

في مرحلة الطّفولة المبكّرة (٢-٧ سنوات) يتعلّم الأطفال إنجازَ عمليّات عقليّة متنوّعة واستخدامَ التفكير واللغة الرمزيَّين لتحوير بيئتهم وتغيير المَعلومات التي يجمعونها عن العالم المحيط بهم. ويولد المنطق، بما يتضمّنه من تصنيف للأفكار وفهم للوقت والعدد، في مرحلة الطّفولة المتأخّرة (٧-١٢ سنة). وباطّراد، تزداد سعة الذّاكرة لديهم لتُسند العمليّات الإدراكية الأخرى، ولمّا تتحسّن الذاكرة قصيرة المدى وطويلة المدى، تزداد سرعة وكفاءة استرجاع المعلومات والبحث في الذّاكرة.ويؤدّي نموّ وعي الأطفال الصّغار بحالاتهم العاطفيّة وخصائصهم وقدراتهم إلى التّعاطف (القدرة على تقدير مشاعر ووجهات نظر الآخرين) والذي يلعب دورًا مهمًّا، بالإضافة إلى أشكالٍ أُخرى من الوعي الاجتماعي، في تطوّر الحسّ الأخلاقي، حيث يمكننا القول أنّ أساس الأخلاق عند الأطفال ينبع من خوفٍ بسيط من العقاب والألم وقلق بشأن حصولهم على استحسان أولياء أمورهم. عاملٌ آخر مهمّ في التطوّر العاطفي لدى الأطفال هو تشكّل مفهومهم لذواتهم، أو هويّاتهم (معرفة من يكونون وما علاقتهم بالأشخاص من حولهم). وتحديدًا، تلعب الهويّة الجنسانية (الجندريّة) الدور الأكثر أهميّة للوعي بالذّات، وعادةً ما تظهر بعمر الثلاث سنوات.

إنّ بداية التغيّرات الفسيولوجيّة والعاطفيّة في سنّ البلوغ، واكتساب العمليّات المنطقيّة للكبار يعلنان نهاية مرحلة الطّفولة وبداية مرحلة جديدة: المراهقة.

القُرْحَة – Ulcers

العلامات المُنذرة بخطر وجودِ القرحة لا شكَ أنَّ الالتهاب الخارجي المفتوح يكونُ مؤلمًا وقابلاً للتهيّج بسهولة، إلا أنَّ للالتهاباتِ الخارجية جانبًا مُشرقًا ألا وهو حقيقة كونها مكشوفة وظاهرة للعيان، مما يُسهل عِلاجها بإحدى الطرق العديدة مثل استخدام الضمادات أو الأدوية الموضعيّة؛ في المُقابل، يزدادُ أمر الالتهابات تعقيدًا في حال كانت داخلية، ولعل أشهر تلك الالتهابات وأكثرها إزعاجًا هو القرحة. تتعددُ أنواع القرحة بتعددِ مواطن تشكلها، إلا أنَّ لها جميعها قاسمًا مُشتركًا واحدًا، وهو كونها مزعجة جداً إضافةً لتربصها بالجميع بغضِ النظر عن الاختلافات في الحالةِ الصحية فيما بينهم. يستعرضُ هذا المقال أشهر أنواع القُرحة، أسبابها وأعراضها.قُرحة المريء

على الرغم من قلة عدد الإصابات بالقرحة في المَريء – وهو الأُنبوب الواصل من الفم إلى المعدة – إلا أنَّ أسبابها شائعة، أما السبب الأكثر شيوعًا فهو الارتجاع المريئي – وهو الشعور بالحرقة في المنطقة الواصلة بين المعدةِ والمريء– والذي يُمكن أن يتسبب بقرحةٍ يبلغُ طولها ٢,٥ سم في المريء، قد يستهين البعضُ بهذا الأمر ظنّاً منهم أنه لن يتسبب بأذىً فعلي، إلا أنَّهُ قد يؤدي إلى تآكل بطانة المريء لديهم في حال تكرار حدوث الارتجاع المريئي لأحماض المعدة دونما علاج.

يُصاب الأشخاص بالقرحة في المريء بفعلِ أسبابٍ أُخرى أيضًا، مثل تناول أدويةٍ مُعيّنة، التدخين والإصابة بعدوىً فطرية أو فيروسية، مثل فيروس الهيربس (Herpes) أو فيروس العَوَزُ المناعيُّ البشريُّ (AIDS). قد يكون مرض النُّهَام (Bulimia nervosa) سببًا من أسبابِ قرحة المريء كذلك، وهو نوعٌ من اضطرابات الأكل التي يقوم فيها الشخص المصاب بتناول كميات طعام كبيرة خلال مدة زمنية قصيرة، ثُم إتباعها بما يُعرف بعمليةِ التطهير ويعني ذلك التّخلص مما تم تناوله عبر التقيؤ الذاتي. لقرحةِ المريء أعراض عِدة، مثل: المشاكل والآلام المُصاحبة لعملية البلع، حُرْقَةٍ في المَعِدَة، غثيان، ألم في الصدرِ وتقيؤ الدماء.

قرحةُ المَعِدَة والأمعاء الدقيقة

يُمكن إدراج نوعا القرحة هذيْن تحت فئة القرحة المدعوّة بالقرحةِ الهضميّة (Peptic ulcers)، والتي تتعدد أعراضها، لكن العَرَض الأكثر شيوعًا هو الألم الناجم عن الشعور بالحرقةِ 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 مُصاحبة للبراز، صعوبة التنفس، حدوث تغيّرات في الشَهيّة وفقدان الوزن. أما عن أسباب الإصابة بهذا النوع من القرحة، فهي عديدة وأكثرها شيوعًا هو الاستخدام طويل المدى لبعض مسكنات الألم التي لا تستلزم وصفة طبية، مثل الأسبرين، أدوية الأيبوبروفين (ibuprofen medications) – مثل أدفيل (Advil) وموترين (Motrin) – أو أقراص نابروكسين صوديوم (naproxen sodium pills)، بالإضافة لما سبق، فإنَّ التّوتر والأطعمة الغنية بالتوابل يمكنهما جعل القرحة أسوأ وأكثر إيلامًا.

تُدعى القرحة الهضمية بـ قُرْحَةُ المَعِدَة عندما يكون موطنها هو المَعِدَة، في حين أن تلك الموجودة في الجزء العلويّ من الأمْعَاءِ الدقيقةِ تُدعى بـ قرحة الاثني عشر .

تعديل غذائي يحمي الرجال تحديدا من هذا المرض الخطير

وكالات

توصلت دراسة طبية حديثة إلى أن تعديلا معينا 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 أيضا.

وفي السنوات الأخيرة، بدأت الحالات لدى كبار السن بالانخفاض، لكن الإصابة بين الشباب آخذة في الازدياد. ومع ذلك، قد تكون هذه التغييرات بسبب أن فحص السرطان أصبح أكثر فعالية.

وشملت الدراسة -وفقا لموقع هيلث لاين- ١٧٣,٤٢٧ مشاركا ينتمون لمجموعات عرقية متنوعة. وجاءت النتائج بعد متوسط وقت متابعة يزيد قليلا على ١٩ عاما، ووجدت أن الرجال الذين اتبعوا نظاما غذائيا صحيا يعتمد على النباتات كانت لديهم معدلات أقل من سرطان القولون والمستقيم.

ولم تشهد النساء المشمولات بالدراسة نفس الفائدة.

ووجد الفريق أن الرجال الذين يتناولون أكثر الأطعمة النباتية صحية تقل لديهم مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم بنسبة ٢٢٪.

الخضار والفواكه والحبوب الكاملة

بشكل عام، ارتبطت النظم الغذائية النباتية -خاصة الأنظمة الغذائية الصحية- بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم لدى الرجال، ولكن ليس لدى النساء. ولا يبدو أن النظم الغذائية النباتية غير الصحية تقلل من المخاطر.

وتوصي جمعية السرطان 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 جيهي كيم، من جامعة كيونغ هي، وهو أحد مؤلفي الدراسة -في تصريح لموقع ميديكال نيوز تودي- إن مضادات الأكسدة الموجودة بالأطعمة كالفواكه والخضراوات والحبوب الكاملة يمكن أن تسهم في تقليل مخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم عن طريق قمع الالتهاب المزمن الذي يمكن أن يؤدي إلى السرطان.

وتابع "نظرا 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؟

هو سرطان ينشأ في الأمعاء الغليظة المعروفة أيضا بالقولون أو المستقيم، وعادة يصيب الأشخاص في منتصف العمر، وفق مؤسسة الحسين للسرطان في الأردن.

العوامل التي تزيد فرص الإصابة بسرطان القولون

النظام الغذائي الغني باللحوم الحمراء والمصنعة.

وجود اللحميات (Polyps) وهي زوائد تنمو على الجدار الداخلي للأمعاء الغليظة عادة لدى الأشخاص فوق سن ٥٠ عاما. ومع مرور الوقت، إذا لم تتم إزالة هذه اللحميات فإنها قد تصبح سرطانية وتنتشر لمناطق أخرى في الجسم.

وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان القولون والمستقيم.

وجود تاريخ شخصي للإصابة بالسرطان.

أعراض سرطان القولون

قد لا تظهر أي أعراض لسرطان القولون، وخاصة في مراحله الأولى. لذا فإن الفحوصات تكون فعالة في إيجاد اللحميات والكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم، حسب مؤسسة الحسين للسرطان في الأردن.

الأعراض الشائعة لسرطان القولون:

الإمساك أو الإسهال.

الشعور بأن الأمعاء لا تفرغ بالكامل.

وجود الدم في البراز.

غائط أقل كثافة من المعتاد.

آلام متكررة تسببها الغازات أو الانتفاخ أو الشعور بالامتلاء.

خسارة الوزن دون سبب.

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 للمغايرة المزدوجة (صورة أشعة سينية خاصة للأمعاء).

تنظير القولون لدراسة الورم بدقة.

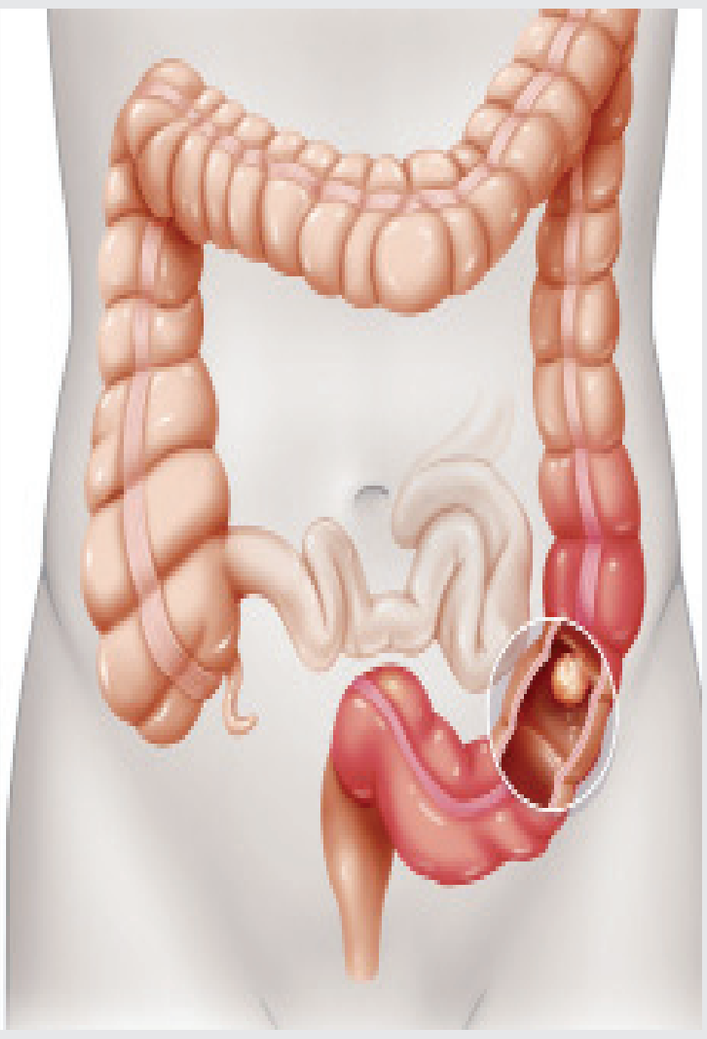
صورة رنين مغناطيسي أو صورة الأمواج فوق الصوتية للمستقيم.

تصوير مقطعي للصدر والبطن والحوض للكشف عن انتشار السرطان.

المستضد السرطاني المضغي (Carcino-embryonic antigen-CEA) وهو فحص دم مهم يعمل كمؤشر للمرض. ويجب أن تنخفض 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 بالمراحل المتقدمة من سرطان القولون الذي قد انتشر، في هذه الحالة يلجأ الأطباء إلى الرعاية التلطيفية، وفق مؤسسة الحسين للسرطان في الأردن.



اكتشاف بكتيريا تكسر النيكوتين وتقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني

وكالات

كتشف الباحثون أن نوعا معينا من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران ويقلل من احتمالية الإصابة بمرض الكبد الدهني وسرطان الكبد، ويخطط الباحثون لتطوير دواء من الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتيريا لتقليل فرص الإصابة بالأمراض لدى المدخنين.

وبالإضافة إلى ارتباطه بأمراض الرئة، فقد تم ربط تدخين السجائر أيضا بمرض الكبد الدهني، ووجد الباحثون أن نوعا معينا من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران، ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بأمراض الكبد الدهنية.

وحسب تقرير نشر على موقع "ميديكال إكسبريس" (Medical Xpress) في ٢٤ نوفمبر/تشرين الثاني الجاري، قام فريق دولي من الباحثين المنتسبين إلى مؤسسات متعددة في الصين والولايات المتحدة بعزل نوع من البكتيريا التي تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران.

علاقة التدخين بمرض الكبد الدهني

يرتبط تدخين التبغ بمرض الكبد الدهني غير الكحولي، لكن الآلية الكامنة وراء هذا الارتباط غير واضحة. ومرض الكبد الدهني غير الكحولي هو أحد أنواع مرض الكبد، ويشمل مجموعة واسعة من الأمراض التي تتطور عادة من تنكس دهني بسيط إلى تليف الكبد وسرطان الخلايا الكبدية في بعض الحالات.

بكتيريا تكسر النيكوتين في أحشاء الفئران

وجد الباحثون أنه عندما يدخن الناس (أو الفئران في التجربة) السجائر، فإن بعض النيكوتين يشق طريقه إلى الأمعاء، ويؤدي ذلك إلى زيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني المرتبط بالندبات، وكذلك الإصابة بسرطان الكبد في بعض الحالات.

وفي الدراسة المنشورة في دورية "نيتشر" (Nature)، تصف المجموعة البحثية كيف عزل الباحثون البكتيريا ولماذا يمكن أن يقلل اكتشافهم من حالات الإصابة بمرض الكبد الدهني لدى البشر، حيث وجدوا أن نوعا معينا من البكتيريا يكسر النيكوتين في أحشاء الفئران، ومن ثم يقلل من احتمال الإصابة بمرض الكبد الدهني.

وقاس الباحثون كمية النيكوتين التي تشق طريقها إلى القناة الهضمية من خلال مقارنة عينات البراز من ٣٠ مدخنا و٣٠ من غير المدخنين، ثم فعلوا الشيء نفسه مع الفئران ووجدوا النتائج متشابهة

بعد ذلك، عقموا أحشاء العديد من فئران التجارب، وتم التخلص من البكتيريا الموجودة فيها، ثم أجرلإوا تجربة النيكوتين مرة أخرى، ووجدوا أن الفئران ذات الأحشاء المعقمة تحتوي على قدر أكبر من النيكوتين في أنظمتها، مما يشير إلى أن نوعا واحدا على الأقل من بكتيريا الأمعاء يعمل على تكسير النيكوتين.

بعد ذلك، ومن خلال عملية الإزالة، تمكنوا من تعقّب نوع من البكتيريا يعرف باسم "زيلانيسولفنز باكتيرويدس" (Bacteroides xylanisolvens)، وظهر أن هذه البكتيريا هي المسؤولة عن تكسير النيكوتين، وتقليل أضراره داخل أحشاء الفئران، حيث كانت تنتج إنزيمًا يكسر النيكوتين..

تطبيقات مستقبلية على البشر

في الدراسة الجديدة تأكد العلماء من أن النيكوتين يتراكم في الأمعاء أثناء تدخين التبغ، وأن البكتيريا المعزولة تعمل كمزيل فعال للنيكوتين من أحشاء الفئران، وتقلل بالفعل من تركيزات النيكوتين المعوية في الفئران المعرضة للنيكوتين.

وأظهرت الأبحاث السابقة أن هذا النوع من البكتيريا يعيش أيضا في الأمعاء البشرية، ويقول الباحثون في بحثهم المنشور "تؤسس نتائجنا دورا لتراكم النيكوتين في الأمعاء في تطور مرض الكبد الدهني غير الكحولي، وتكشف عن بكتيريا داخلية في الأمعاء البشرية لها القدرة على استقلاب النيكوتين".

ويدرس الباحثون الإنزيمات التي تنتجها هذه البكتريا المميزة لمعرفة ما إذا كان يمكن إنتاج الإنزيم تجاريا، وتطويره إلى دواء فعال لتكسير النيكوتين داخل الجسم البشري.

ويخطط الباحثون حاليا لإعطاء الدواء للمدخنين في المستقبل عبر تطويره لتقليل فرص الإصابة بمرض الكبد الدهني لديهم

٣ أسرار حتى تعمر لـ١٠٠ عام

وكالات

تبدو بيرداسدفوجو كأي قرية أخرى في إقليم سردينيا الإيطالي، لكنك ستشعر بالدهشة البالغة عندما تعلم، أنه يوجد بهذه القرية المغمورة أكبر عدد من المعمرين الذين بلغوا الـ١٠٠ عام، مقارنة بأي مكان آخر في العالم، فما سرهم؟

رغم أن قرية بيرداسدفوجو التي يبلغ عدد سكانها ١٧٨٠ نسمة، تزهو بإدراجها في موسوعة غينيس للأرقام القياسية لتسجيلها أكبر عدد من المعمرين عالميا، فإن الطريق المؤدي إليها لا يحمل علامات تشير إلى شهرتها.

وتقديرا لما اشتهر به سكانها من طول العمر، أطلق أحد متاجر البيتزا بميدان بالقرية على نفسه اسم "بيتزا لونجيفيتا" أي "الحياة الطويلة".

الطعام الصحي والهواء النقي والابتعاد عن الضغوط

وأصبح المسنون مصدر فخر لسكان القرية، وهناك صور فوتوغرافية بالأبيض والأسود للمعمرين الذين بلغوا ١٠٠ عام، معلقة على جدران البيوت على طول الطريق الرئيسي، وأسماؤهم مسجلة تحتها وكذلك العام الذي ولدوا فيه.

وعلى سبيل المثال نجد صورة فيتوريو لاي الذي ولد في ١٢ فبراير/شباط ١٩٢٢، وتظهر صورته رجلا يبتسم في خجل، ويرتدي قبعة ملونة وسترة شتوية، وقميصا أبيض اللون وربطة عنق كالفراشة (بابيون).

وأصغر معمر في قرية بيرداسدفوجو أنونزياتا ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦ أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوني شخصيا بتقديم التهنئة لها

الطعام الصحي والهواء النقي والابتعاد عن الضغوط

وأصبح المسنون مصدر فخر لسكان القرية، وهناك صور فوتوغرافية بالأبيض والأسود للمعمرين الذين بلغوا ١٠٠ عام، معلقة على جدران البيوت على طول الطريق الرئيسي، وأسماؤهم مسجلة تحتها وكذلك العام الذي ولدوا فيه.

وعلى سبيل المثال نجد صورة فيتوريو لاي الذي ولد في ١٢ فبراير/شباط ١٩٢٢، وتظهر صورته رجلا يبتسم في خجل، ويرتدي قبعة ملونة وسترة شتوية، وقميصا أبيض اللون وربطة عنق كالفراشة (بابيون).

وأصغر معمر في قرية بيرداسدفوجو أنونزياتا ستوري، التي احتفلت بعيد ميلادها المئوي، في ١٦ أغسطس/آب الماضي، وقام العمدة برونو تشلوني شخصيا بتقديم التهنئة لها

الزراعة: ويؤكد أنطونيو بروندو أكبر السكان في القرية عمرا، أن الزراعة كانت دائما هي النشاط الاقتصادي الرئيسي في القرية.

وقال لمحطة "راي" التلفزيونية، إن "السكان يعملون على الدوام وسط الهواء النقي"، ويبلغ بروندو من العمر ١٠٤ أعوام، ولا تزال بشرته مشدودة دون ترهلات ولوحتها أشعة الشمس قليلا، وليس ثمة ما يشير إلى عمره الحقيقي سوى سقوط أسنانه الأمامية.

بينما يقول سلفاتوري مورا وهو مؤرخ وعضو بالمجلس المحلي بقرية بيرداسدفوجو، إن ثمة عدة عوامل تفسر طول عمر سكان القرية، أحدها العوامل الوراثية، إلى جانب أن السكان المحليين يتناولون أطعمة لا يبعد مكانها عن بيوتهم حيث تزرع أساسا في حدائق منازلهم.

ويشير مورا إلى أهمية التواصل والقرب الاجتماعي بين سكان القرية، ويقول "من المعتاد أن يحيط أفراد العائلة ببعضهم بعضا حتى آخر يوم في حياتهم"، مؤكدا أن هذا الاتجاه يساعدهم على الحفاظ على صحتهم ولياقتهم 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 نادل بمقهى كائن بميدان "أوروبا" بوسط البلدة، وهو يقدم الطلبات للزبائن، "لا يمكنك أن ترى مثل هذا العدد الكبير من المعمرين، الذين تجاوزوا الـ١٠٠ من العمر ويتمتعون بالنشاط والحيوية في أي مكان آخر".

وترتفع درجة الحرارة عادة خلال فصل الصيف، ولا يتمتع جميع السكان بالعافية، فمثلا 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 بشكل علم لا يتناول أحد منهم أي عقاقير كما يتناولون أطعمة صحية، ويعيشون حياة هادئة تتسم بالبساطة.

ويسعى العلماء أيضا إلى فهم طول عمر سكان جزيرة سردينيا، ويخطط مشروع تشارك فيه جامعة ساساري بالجزيرة، في وضع طبقات متتابعة من ١٣ ألف عينة، من الحمض النووي لسكان مقاطعة أوجلياسترا، وفقا لما ذكرته وكالة أنباء أنسا الإيطالية، بينما يقول نائب رئيس الجامعة جافينو ماريوتي، "نأمل أن نبرهن على أن السكان يعيشون حياة جيدة في سردينيا، ويكون ذلك أيضا وسيلة لتسويق بلدنا".

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

وكالات

الأسبرين هو أحد أكثر الأدوية استخدامًا في العالم. نظرًا لفوائدها الطبية الواسعة ، يوصي الأطباء والممارسون الصحيون حول العالم بهذه الحبة لتقليل مخاطر النوبات القلبية والسكتات الدماغية المرتبطة بالسكتات الدماغية ومشاكل ترقق الدم الأخرى لدى مرضى القلب والأوعية الدموية.

ومع ذلك ، لا يوجد دواء بدون آثار جانبية ، لذلك ، وفقًا للباحثين ، حتى الجرعات المنخفضة من الأسبرين يمكن أن تزيد من خطر حدوث نزيف في الجهاز الهضمي ، والذي يمكن أن يكون خطيرًا على المدى الطويل.

تقول شينا ديري ، دكتوراه في الطب ، قسم الصيدلة السريرية ، جامعة أكسفورد ، المملكة المتحدة: "لقد عرفنا منذ فترة طويلة أن المرضى الذين يتناولون الأسبرين معرضون لخطر الإصابة بنزيف الجهاز الهضمي".

اضطرابات النوم وصحة النساء.. مشاكل خطيرة تستدعي الانتباه

وكالات

النوم من الأشياء الضرورية لصحة الإنسان الجسدية والعقلية ، وإذا لم يكن منتظمًا أو لم يكن وقتًا كافيًا ، فإنه يمكن أن يسبب مشاكل صحية لكل من الرجال والنساء.

وفقًا للمراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) ، يحتاج الشخص البالغ العادي من ٧ إلى ٩ ساعات من النوم كل ليلة ، ولكن لسوء الحظ ، فإن أقل من ثلثي النساء يحصلن على هذا القدر من النوم كل ليلة.

تم ربط اضطرابات النوم ، وخاصة الأرق ، بمجموعة متنوعة من الحالات الصحية ، بما في ذلك أمراض القلب والأوعية الدموية وارتفاع ضغط الدم والسمنة والسكري وضعف المناعة والسرطان والاكتئاب والقلق.

يمكن أن تؤدي ليلة واحدة من الحرمان من النوم إلى النعاس أثناء النهار وضعف الذاكرة والتركيز وضعف الأداء في المدرسة والعمل ، في حين أن الحرمان المزمن من النوم يمكن أن يزيد من مخاطر الإصابة والحوادث والمرض وحتى الموت ، وفقًا لمؤسسة 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 ارتباطًا وثيقًا ويتبعان إيقاعات الساعة البيولوجية.

لا ينتج الدماغ هرمونات تناسلية بطريقة إيقاعية طوال اليوم ؛ لذلك ، فإن أي اضطراب في النوم أو إيقاع الساعة البيولوجية يمكن أن يتداخل مع الإنتاج الطبيعي لهذه الهرمونات 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 دورًا مهمًا في الإباضة ، وهي الخطوة الأولى في الحمل.

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 الميلاتونين الذي يحفز النوم ويحمي البويضات أثناء الإباضة من خلال التأثيرات المضادة للأكسدة ، مما يؤدي إلى ضعف جودة البويضات وضعف الخصوبة.

هكذا تنوي غوغل بناء أسرع كابل إنترنت يعبر «الأطلسي»

❖وكالات

نشرت مجلة "بوبيلار ساينس" الأمريكية تقريرا تحدثت فيه عن خطة غوغل التي تتمثل في بناء أسرع وأكبر كابل إنترنت سيعبر 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 "عربي٢١"، إن غوغل ستُطلق على الكابل اسم "دونانت"، تيمنا بمؤسس الصليب الأحمر، هنري دونانت، وسيمتد هذا الكابل من الولايات المتحدة إلى فرنسا على مسافة ٣٩٧٧ ميلا تقريبًا.

ونظرا لأن شركة غوغل هي صاحبة المشروع، فمن غير المستغرب أن هذا الكابل سيكون جزءًا 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 الضوئيّة، أي ما مجموعه ١٦ حبلا. في المقابل، سيكون كابل "دونانت" قادرا على نقل المزيد من البيانات لأنه سيتضمّن عددا أكبر من الألياف، المتمثّلة في ١٢ زوجًا، أي ٢٤ حبلا.

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 ولسنوات طويلة، من شأنه أن يخلق بعض المشكلات على غرار التكلفة والصعوبة والطاقة الكهربائية.

وأضافت المجلة أن إرسال البيانات عبر الكابلات الطويلة يُفقد الإشارة قوتها. ومن هذا المنطلق، صرّح مدير قسم هندسة الشبكات والهندسة البصريّة في "غوغل كلاود"، فيجاي فوسريكالا، أن إحدى المبادئ التوجيهية تفيد بأن "الإشارة تفقد ٩٩ بالمئة من قوتها" كل ٦٢ ميلًا.

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

وقد ذكر فوسريكالا أن هذا "المدرّع" هو عبارة عن "أنبوب أسطواني طويل، ذو طرفين مدبّبين، وهو ما يجعله يبدو كحيوان "المدرع" الذي يعيش في أمريكا الجنوبية".

وأضاف فوسريكالا أن هذه المكررات تحتاج إلى الطاقة الكهربائية. ونظرا لانعدام وجود منافذ للطاقة في قاع المحيط، سيقع تحميل هذه الطاقة من مصدر موجود على سطح الأرض وينتقل عبر غمد نحاسي موجود في الكابل. وبشكل عام، يستخدم هذا الكابل مكررا واحدا كل ٥٠ ميل تقريبا.

وأوضحت المجلة أنه داخل كل "مدرّع"، توجد مكونات تسمى المضخات الضوئية، التي تعمل على تعزيز أو تضخيم الإشارة. ويقول فوسريكالا أن "المضخة الضوئية تقوم بإخراج كميات ضخمة من الطاقة الضوئية، وهذه القوة تقوم بدورها بتضخيم الإشارة".

وتعمل كل مضخة ضوئية لتزويد الطاقة لكل زوج من الألياف. وفي حال توقف مكرر عن العمل، يتعين على الشركة سحبه من قاع المحيط واستبداله، وهو ما سيجعل هذه العملية مكلفة للغاية، وفقا لما أكده فوسريكالا.

ونوّهت المجلة بأنه حين تكون المكونات ذات أهمية بالغة ويصعب إصلاحها، فإن أفضل طريقة للتعامل مع هذه المشكلة هي التكرار.

ومن المتوقع أن يضع مصنّعو الكابل في قاع المحيط أكثر من مضخة ضوئية لتزويد كل زوج من الألياف. وبالتالي، في حال تحطمت إحداها، ستكون هناك نسخ احتياطية منها.

ويمكن 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 ثمانية أزواج من الألياف.

تجدر الإشارة إلى أن الكابل الجديد الذي تعتزم غوغل بنائه سيضم ١٢ زوجا من الألياف. وفي حال اتبعت غوغل هذه الاستراتيجية، فستحتاج إلى قدر كبير من المضخات في كل مكرر، 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 أكده فوسريكالا.

وفي هذه الحالة، من المتوقع أن تستخدم غوغل مجموعات من المضخات لتضخيم الإشارة ليس لتزويد زوج واحد من الألياف فحسب، وإنما زوجين أو أربعة أزواج من الألياف.

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.

المغرب يدعو فيسبوك لحماية المعطيات الشخصية لمواطنيه

❖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 أفادت وكالة المغرب العربي للأنباء.

كما طالبت اللجنة، في بلاغ لها، أن تضع شركة "فيسبوك" آليات للتعامل بفعالية مع الشكايات الموجهة إلى اللجنة الوطنية والمتعلقة بالمساس بالحياة الخاصة وبالسمعة أو الأخلاقيات بانتحال الصفة، وبالحق في النسيان، وبتحديد الموقع الجغرافي، وبالتنميط من قبل الشبكات الاجتماعية لشركة "فيسبوك".

وعبرت اللجنة الوطنية لممثلي شركة فيسبوك -وفقا للبلاغ- عن استعدادها لدراسة المقترحات المتعلقة بأفضل الممارسات للشبكات الاجتماعية التي يمكن أن تثري المحتوى التحريري للمنصة المخصصة لحماية الحياة الخاصة الرقمية للأطفال والمراهقين في المغرب، والتي سيتم وضعها قريبا على الإنترنت من طرف اللجنة الوطنية.

وأشار البلاغ إلى أن اللجنة أكدت، أيضا، على تبادل الرؤى مع الشركة، حول التطورات الحالية والمستقبلية في العالم واستخدامات التكنولوجيا الرقمية (الاستخدامات الجديدة، تصنيف الخوارزميات الخاضعة 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 تقترح خطة عمل فعالة قادرة على الاستجابة لمختلف هذه المواضيع.

لهذا السبب.. كن حذرا عند استخدام السماعات الذكية

❖وكالات

أثار تقرير نشره موقع بلومبيرغ الأخباري، 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 وآبل 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.

وكشف موقع بلومبيرغ الأخباري الموضوع بعد أن تحدث مع موظفين في شركة أمازون واجبهم "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.

اقرأ أيضا: أبرز الابتكارات التكنولوجية الثورية بمعرض الإلكترونيات ٢٠١٩

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

يذكر أن التسجيلات الصوتية لدى أمازون مرتبطة برقم حساب واسم المشترك الأول ورقم سماعة الإيكو المستخدمة.

وقال بعض المراجعين لبلومبيرغ إنهم يطلعون زملاءهم على بعض التسجيلات الظريفة من خلال غرفة دردشة خاصة بأمازون.

كما قالوا إنهم سمعوا تسجيلات مزعجة منها تلك التي توحي 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، وإنها 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 لرغباتكم وضمان أن الخدمة تعمل بجودة بالنسبة للجميع".

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

ولكن ماذا عن أبل وسيري؟

مثلها مثل أمازون، لشركة أبل مراجعون بشر يقومون بالتأكد من أن محرك التعرف على النطق سيري يفسر الطلبات بشكل صحيح. يذكر أن سيري تسجل الطلبات الصوتية التي يطلبها المشاركون من خلال هواتف آيفون وسماعات هوم بود.

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

ويتم خزن أي تسجيل لأكثر من ٦ شهور دون الرقم العشوائي.

وتقول آبل إن مراجعيها ليس بمقدورهم الحصول على أي معلومات شخصية ولا على الرقم العشوائي.

اقرأ أيضا: تعرف على مستقبل الترفيه باستخدام تطبيقات "الواقع المعزز"

ثم ماذا عن غوغل و"المساعد"؟

قالت غوغل إن مراجعيها يتمكنون من الاستماع إلى التسجيلات الصوتية الآتية من نظام "المساعد - Assistant" الذي يعد جزءا أساسيا 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 المتكلم، كما أن الشركة تقوم بتشويه الصوت من أجل التمويه على صوت الزبون.

هل تسجل السماعات الذكية كل محادثاتي؟

ثمة مخاوف جدية من أن السماعات الذكية تسجل سرا كل ما يقال في المنازل.

ولكن بينما تقوم هذه السماعات تقنيا على الأقل "بسماع" ما يقال، فإنها لا "تستمع" إلى محادثات الناس.

تقوم كل السماعات الذكية بتسجيل مقاطع قصيرة من الأصوات داخليا من أجل الاستبيان عن كلمات توقضها من "سباتها" مثل "أليكسا" أو "أو كي غوغل" أو هاي سيري".

تعرّف 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 ارتفاع 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 حمياته. وتأتي هذه الأرقام الفلكية في الوقت التي 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 الماضين، 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 الـ٢٩ عاما، كيتي بومان، الحاصلة على زمالة أبحاث ما بعد الدكتوراه، والتي شاركت في مشروع "الثقب الأسود"، وأدت الخوارزمية التي كتبتها إلى الوصول إلى الصورة.

وقالت الدكتورة 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 شيبرد دويلمان عالم الفلك في مركز هارفارد-سميثونيان للفيزياء الفلكية، ثمرة عمل ما يزيد على ٢٠٠ باحث، ٤٠ منهم سيدات، حسبما ذكرت مبادرة جامعة هارفارد للثقب الأسود.

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

وكان للدكتورة بومان دور بارز في عملية معالجة الصور، التي تضمنت أيضا تقسيم الباحثين إلى فرق لربط البيانات ومقارنة الصور التي بنوها واختبارها.

وبينما قادت هي فريق تطوير مجموعة خوارزمية لالتقاط صورة للثقب الأسود، وهو الجهد الذي كان موضوع محاضرة ألقتها في منصة TED Talk عام ٢٠١٦، قال زملاؤها إنّ هذه التقنية لم تُستخدَم في النهاية لبناء هذه الصورة تحديدا.

ونشرت بومات منشورا على "فيسبوك" قالت فيه: "لم تصنع خوارزمية واحدة، ولا شخص واحدٌ هذه الصورة. إذ تطلب ذلك المهارة الرائعة لفريق من العلماء من أنحاء العالم"، مضيفة: "كان شرفا لي حقا، وأنا محظوظة جدا؛ لأنه سنحت لي فرصة العمل معهم جميعا".

وفي رسالة نصية مساء الخميس، قالت بومان إنها اضطرت إلى إغلاق هاتفها من كثرة الرسائل التي تلقتها.

وكتبت: "أنا سعيدة جدا؛ لأن الجميع على القدر نفسه من الحماسة التي نشعر بها، ويرى الناس أن قصتنا مُلهِمة. ومع ذلك، ينبغي أن يُسلَّط الضوء على الفريق وليس على شخص واحد. فالتركيز بهذا الشكل على شخص واحد لا يساعد أي أحد، ولا حتى أنا".

أثار مخاوف.. الذكاء الاصطناعي بات يحاكي السلوكيات البشرية

❖وكالات

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

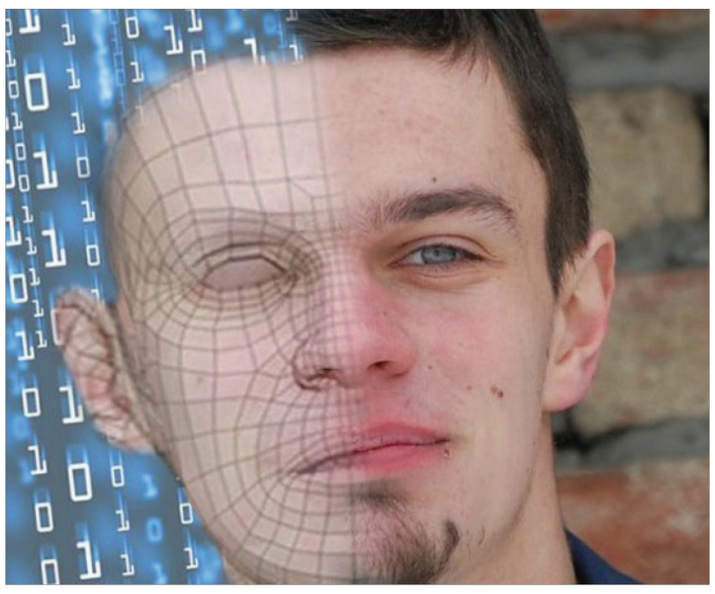
وقالت روتشمان، في مقالها الذي ترجمته "عربي٢١"، إن دراسة أجرتها أثبتت المخاطر الأخلاقية للذكاء الاصطناعي. ويمكن القول إن قدرة الخوارزميات المتطورة لأحد برامج غوغل على دمج الدرجات الموسيقية مع موسيقى يوهان سيباستيان باخ لإنشاء مقطوعات موسيقية تبعث على الشعور بالخوف إزاء ما يمكنها فعله في المستقبل.

وأشارت الكاتبة إلى تمكّن الحاسوب من محاكاة بعض القدرات الإبداعية لبشر حقيقيين تعتبر أمرًا مُربكا ومثيرا للريبة بشكل خاص.

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

وذكرت روتشمان أن تطبيق "باخ" يعتبر جديدًا، 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.

ويكون بعض هذه الخوارزميات معقدًا بشكل يجعل معظم الناس عاجزين عن تبين سبب اتخاذها لقرار معين.



اقرأ أيضا: هكذا يخطط علماء ليعيش الإنسان ألف سنة

في المقابل، لا يمكننا القول إن خوارزميات الذكاء الاصطناعي دقيقة، حيث يعتمد الكثير منها على بيانات لا تمثل جميع فئات المجتمع، ما يجعلها خاضعة 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 تمسي قادرة على الكتابة بأسلوب بشري بارع أو التحدث مثل الإنسان أو تقليد تعابير وجهه.

وعلى سبيل المثال، أصدر مطورو برنامج "لاير بيرد" لمحاكاة الصوت محادثة وهمية بين باراك أوباما ودونالد ترامب وهيلاري كلينتون، والتي بدت حقيقية للغاية.

ومن جهتها، طورت شركة "أوبن آي إي" برنامجًا قادرا على الكتابة بطريقة شبيهة بالبشر بعض الشيء. ونظرا لكون النص واقعيا للغاية، اختارت الشركة عدم عرضه على العموم.

وأفادت الكاتبة أن الذكاء الاصطناعي يسمح بإنشاء مقاطع فيديو وصور احترافية للغاية، حيث سبق للممثل والمخرج السينمائي، جوردان بيل، إنشاء مقطع فيديو يظهر خلاله الرئيس الأمريكي السابق باراك أوباما وهو بصدد قول أشياء لم يقلها أبدًا، وهو ما يطرح العديد من التساؤلات حول المخاطر التي تشكلها هذه التقنيات.

وفي مطلع سنة ٢٠١٩، انتشرت العديد من الصور التي تظهر السياسية الأمريكية ألكساندريا أوكاسيوكورتيز وهي عارية، ليظهر بعد ذلك أنها مزيفة وتهدف إلى الإطاحة بها في الانتخابات. من جهتها، بدأت وكالات الأنباء العالمية مثل رويترز بتدريب صحافييها على رصد وتمييز هذه المعلومات المزيفة والخاطئة.

وذكرت روتشمان أن ما يثير القلق حقا هو عدم قدرة المستخدمين على تعلم الخدع التي يمكن للذكاء الاصطناعي القيام بها، لا سيما وأن هذه القدرات تنمو بوتيرة سريعة وتصبح أكثر تطورا وتعقيدا يوما بعد يوم. وكمثال على هذا التطور، تمكّنت بعض برامج الذكاء الاصطناعي من إنشاء وجوه وبصمات مزيفة للعبث بسجلات الشركات والمستندات الحكومية في بعض الأحيان. وفي الوقت الحالي، تقترف هذه الخوارزميات أخطاء كفيلة بتمكيننا من التقطن إليها فور التمعن فيها، حيث سبق لبرمجية "باخ" لدمج الموسيقى اقتراف 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 المقطوعة الجديدة ومقطوعات المؤلف الألماني. وأضافت روتشمان أن برمجية غوغل خرقت القواعد الموسيقية على مستوى تنسيق الألحان، ناهيك عن كتابة برنامج "أوبن آي إي" لتوليد النصوص عبارة "الحرائق 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 آخذة 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 نكران حقيقة أن منح الباحثين حرية تطوير هذه الخوارزميات يعني الانفتاح على مخاطر تطوير طرق أكثر تقدمًا 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.

توقف بخدمات موقع فيسبوك وتطبيقاته في العالم

❖وكالات

قالت تقارير صحفية الأحد إن عطلا أصاب موقع فيسبوك في العالم، وطال العطل تطبيقات واتساب وإنستغرام وفيسبوك ماسنجر.

ولم يتمكن المستخدمون في مختلف أنحاء العالم من دخول الموقع واستخدام التطبيقات المختلفة، حيث أبلغ آلاف المستخدمين عن أعطال منعتهم من الوصول إلى بعض تطبيقات "فيسبوك" أو جميعها، فيما غرّد المستخدمون حول العالم عن الموضوع، فوصلت وسوم "#whatsappdown" و"#instagramdown" و"#FacebookDown" إلى الأكثر تداولا عالمياً على "تويتر" فورا.

وقبل شهر، واجهت شركة "فيسبوك" تعطّلا عالميا في خدماتها استمر لأكثر من ١٠ ساعات، بررته الشركة لاحقا بأنه يعود لـ"خلل أثناء نقل الخوادم".

وأظهر موقع (داونديتكتور دوت كوم) الذي يراقب تعطل المواقع الإلكترونية أن هناك ما يربو على ٩٠٠٠ مستخدم يبلغون عن مشاكل واجهوها مع فيسبوك، فيما أوضحت خريطة للتعطل الإلكتروني على الموقع أن المشاكل ظهرت بشكل أساسي في أوروبا.

الخزانة الأميركية: إيرادات النفط الروسي تراجعت بنحو ٥٠ بالمئة منذ تعديل الأسعار

❖واشنطن

تراجعت إيرادات الحكومة الروسية من المبيعات النفطية بنحو ٥٠ بالمئة منذ بدء العام الحالي، وفق ما أفاد الخميس مساعد وزير الخزانة الأميركية والي أدييمو، وذلك بعد ستة أشهر على بدء العمل بسقف الأسعار، بحسب واشنطن تايمز.

وكان تحالف يضم دول مجموعة السبع والاتحاد الأوروبي وأستراليا قد حدّد في كانون الأول/ديسمبر سقفا لسعر برميل النفط الخام الروسي عند ٦٠ دولارا للحد من إيرادات موسكو ردا على العمليات العسكرية الروسية على اوكرانيا، مع الحرص على مواصلتها إمداد السوق العالمية.

وفي ندوة في واشنطن قال أدييمو في تصريحات معدّة سلفا، إن الإيرادات النفطية تراجعت مقارنة بالعام السابق "على الرغم من أن روسيا تصدّر حاليا مزيدا من النفط الخام مقارنة بالمراحل الأولى من الحرب».

وأضاف أنه على الرغم من الزيادة في الصادرات، تكسب روسيا أموالا أقل لأن نفطها يباع بأسعار أدنى بنحو ٢٥ بالمئة مقارنة بغيره في العالم».

وصول غواصة نووية أميركية إلى كوريا الجنوبية

❖واشنطن

أعلن البنتاغون على موقعه الإلكتروني الذي يبث من واشنطن الجمعة، وصول الغواصة الأميركية "يو اس اس ميشيغان" العاملة بالطاقة النووية إلى مدينة بوسان الساحلية في كوريا الجنوبية، في تأكيد على التزام واشنطن بالرد على تهديدات بيونغ يانغ المتزايدة، بحسب واشنطن بوست.

وترسو الغواصة النووية التابعة للبحرية الأميركية والقادرة على إطلاق صواريخ كروز من فئة "أوهايو" في ميناء بوسان في جنوب شرق كوريا الجنوبية للمرة الأولى منذ ست سنوات، وفقًا لإعلانٍ وُقّع في نيسان بين واشنطن وسيول، بحسب ما أفاد الجيش الكوري الجنوبي في بيان يؤكد التزام واشنطن "بتوسيع نطاق الردع في كوريا الجنوبية تدعمه كل القدرات الأميركية بما في ذلك النووية».

وأعلن قائد أسطول كوريا الجنوبية كيم ميونغ سو، أنّ الهدف هو مواجهة تهديدات بيونغ يانغ المتزايدة.

وأضاف، أن وصول الغواصة "يهدف إلى تنفيذ إعلان واشنطن بشكل جوهري لتحسين الرؤية المنتظمة للأصول الاستراتيجية الأميركية في شبه الجزيرة الكورية».

وذكرت هيئة الأركان المشتركة، أن الغواصة التي يبلغ وزنها ١٨ ألف طن وطولها ١٧٠ متراً قادرة على حمل ١٥٠ صاروخ "كروز" من طراز "توماهوك" يصل مداها إلى ٢٥٠٠ كيلومتر.

فرونتكس: زيادة تدفقات الهجرة عبر البحر المتوسط بنسبة 158%

❖عمان

أعلنت وكالة الحدود الأوروبية "فرونتكس" الجمعة، أن عدد عمليات عبور حدود الاتحاد الأوروبي عبر وسط البحر الأبيض المتوسط "زاد بأكثر من الضعف" في ٢٠٢٣ مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي.

وقالت الوكالة في بيان نقلته شبكة يورونيوز الإخبارية الأوروبية، إنه في الأشهر الخمسة الأولى من هذا العام، رصدت دول الاتحاد الأوروبي أكثر من ٥٠٣٠٠ عملية عبور غيرنظامية عبر هذا الطريق، وهو "أعلى رقم مسجل منذ عام ٢٠١٧».

وحسب "فرونتكس"، فإن الفترة بين أشهر كانون الثاني وأيار، شهدت وصول ٥٠ ألفا و٣٣ مهاجرا غيرنظامي عبر وسط المتوسط، بزيادة بمعدل ١٥٨ بالمئة عن نفس الفترة من العام الماضي، أي ما يعادل حوالي نصف إجمالي الوافدين إلى القارة العجوز.

ووفقا لتقرير "فرونتكس"، زاد عدد الوافدين من المهاجرين إلى أوروبا عبر مختلف الطرق المتبعة للهجرة بنسبة ١٢ بالمئة بشكل عام، وذلك بسبب الزيادة في التدفق المسجل على طريق وسط البحر الأبيض المتوسط، الذي يقود في المقام الأول إلى السواحل الجنوبية لإيطاليا.

عمليات عبور وسط البحر المتوسط لأوروبا زادت "أكثر من الضعف" في 2023

❖وارسو

أعلنت وكالة الحدود الأوروبية "فرونتكس" الجمعة أن عدد عمليات عبور حدود الاتحاد الأوروبي عبر وسط البحر الأبيض المتوسط "زاد بأكثر من الضعف" في ٢٠٢٣ مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي.

وقالت الوكالة في بيان إنه في الأشهر الخمسة الأولى من هذا العام، رصدت دول الاتحاد الأوروبي أكثر من ٥٠٣٠٠ عملية عبور غير نظامية عبر هذا الطريق، وهو "أعلى رقم مسجل منذ عام ٢٠١٧».

وأضافت "فرونتكس" أن "وسط البحر الأبيض المتوسط لا يزال طريق الهجرة الرئيسي إلى الاتحاد الأوروبي"، مشيرة إلى أنه شهد نحو نصف حالات الدخول غير النظامية المبلغ عنها عام ٢٠٢٣.

بلغ العدد الإجمالي لعمليات الدخول التي تم إبلاغ "فرونتكس" بها ١٠٢ ألف، بزيادة قدرها ١٢٪ على مدى عام.

وأوضحت "فرونتكس" أن ثاني أكثر الطرق نشاطا كان عبر غرب البلقان، مع أكثر من ٣٠٧٠٠ عملية دخول، وهو ما يمثل انخفاضا بنسبة ٢٥ بالمئة مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي. ولفتت إلى أن جميع طرق الهجرة باستثناء وسط البحر الأبيض المتوسط شهدت أيضا تراجعا تراوح بين ٦ بالمئة في غرب البحر المتوسط و٤٧ بالمئة عبر طريق غرب إفريقيا.

وأرجعت الوكالة الانخفاض "أساسا إلى فترات طويلة من سوء الأحوال الجوية، ما جعل الرحلات الخطرة أصلا على متن قوارب غيرصالحة للإبحار أكثر خطورة».

لكنها أضافت أن ضغوط الهجرة في المنطقة لا تزال "مرتفعة"، مضيفة "يمكننا توقع زيادة نشاط المهربين في المنطقة في الأشهر المقبلة».

واشنطن تتهم «الدعم السريع» بارتكاب فظائع في غرب دارفور

❖وكالات

نـدّدت واشنطن بشدّة الخميس بـ"أعمال العنف المروّعة" في السودان، قائلة إنّ التقارير عن انتهاكات لحقوق الإنسان ارتكبتها قوّات الدعم السريع "موثوقة».

وقال متحدّث باسم الخارجيّة الأميركيّة ماثيو ميلر في بيان إنّ ثمّة "ضحايا وجماعات مدافعة عن حقوق الإنسان قد اتّهموا بشكل موثوق جنود قوّات الدعم السريع ومجموعات مسلّحة متحالفة معها، بارتكاب عمليّات اغتصاب وأشكال أخرى من العنف الجنسي على صلة بالنزاع».

وأضاف إنه في حين أن الفظائع "منسوبة في المقام الأول إلى قوات الدعم السريع والجماعات المسلحة التابعة لها، فإن القوات المسلحة السودانية "فشلت في حماية المدنيين وأفادت تقارير بأنها أثارت الصراع من خلال تشجيع التعبئة القبلية».

وقال ميلر إنّ "الفظائع التي وقعت اليوم في غرب دارفور ومناطق أخرى هي تذكير مشؤوم بالأحداث المروّعة التي دفعت الولايات المتحدة إلى أن تُحدّد في عام ٢٠٠٤ أنّ إبادة جماعية قد ارتُكبت في دارفور».

تنديد أممي

من جهة أخرى، اعتبر مسؤول الشؤون الانسانية في الأمم المتحدة مارتن غريفيث أن اقليم دارفور الذي يعيش سكانه "كابوسا" بسبب الحرب في السودان التي دخلت شهرها الثالث، يتجه نحو "كارثة إنسانية" جديدة على العالم منعها.

وقال غريفيث في بيان إن إقليم "دارفور يتجه سريعا نحو كارثة إنسانية. لا يمكن للعالم أن يسمح بحصول ذلك. ليس مرة جديدة».

وشهد هذا الإقليم في بداية الألفية الثالثة حربا خلفت نحو ٣٠٠ ألف قتيل وأجبرت أكثر من ٢،٥ مليون شخص على النزوح.

وأضاف غريفيث "في وقت يدخل النزاع في السودان شهره الثالث، يستمر الوضع الإنساني في أنحاء البلاد في التدهور"، مشيرا إلى ١،٧ مليون نازح ونصف مليون لاجئ ونهب مخزون المساعدات الإنسانية ومئات القتلى بسبب المعارك بين الجيش بقيادة عبد الفتاح البرهان وقوات الدعم السريع التي يقودها محمد حمدان دقلو.

وتدارك "لكنني قلق في شكل خاص من الوضع في دارفور حيث يعيش السكان كابوسا: رضّع يموتون في المستشفيات حيث يتلقون العلاج، وأطفال وأمهات يعانون سوء تغذية خطيرا، وإحراق مخيمات لاجئين، واغتصاب فتيات، وإغلاق مدارس...».

وقال غريفيث أيضا إن "العنف الطائفي ينتشر مهددا بأن يشعل مجددا التوترات العرقية التي أججت النزاع الدامي قبل عشرين عاما».

ورأى أن "المعلومات المتصلة بجرائم قتل عرقية لمئات الأشخاص في مدينة الجنينة المحاصرة (غرب دارفور)، رغم أنها غير مؤكدة، ينبغي أن تحض وحدها العالم على التحرك».

فرنسا تدعو الى إصلاح للنظام المالي العالمي لمكافحة تغير المناخ والفقر

❖باريس

طرحت فرنسا الجمعة الأهداف الطموحة للقمة من أجل ميثاق مالي عالمي جديد التي تنظمها الأسبوع المقبل على أمل المساهمة في "تحول حقيقي للنظام" لمكافحة تغير المناخ والفقر.

ستكون النقاشات التي ستجري في ٢٢ و٢٣ حزيران/يونيو في باريس بين حوالى مئة دولة بينها خمسون دولة يمثلها رئيسها أو رئيس حكومتها، تقنية وشاقة من إعادة هيكلة الديون وحقوق السحب الخاصة والصناديق السيادية والبنوك المتعددة الأطراف.

وباريس باعتراف الرئاسة الفرنسية "لا تملك القدرة على اتخاذ القرار" وحدها وتريد أن تكون "منصة" للمضي قدما في كل هذه المواضيع، الأمر الذي ينبغي أن يؤدي إلى رسم "خارطة طريق».

نتيجة لذلك، على الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون الذي يقف وراء هذه المبادرة التي اطلقها في تشرين الثاني/نوفمبر مع رئيسة وزراء باربادوس ميا موتلي خلال قمة كوب ٢٧ في مصر، أن يشدد على الحاجة إلى "صدمة تمويلية" لإثبات أن "لا أحد سيضطر لان يختار بين محاربة الفقر وعدم المساواة والاستثمار لحماية كوكب الأرض».

في غياب قرار رسمي في باريس، فإن الأولوية الفرنسية هي إعطاء "زخم" و"دينامية وزخم سياسي" للحلول التي تتعثر أحيانا في مفاوضات تقنية للغاية.

- ضريبة على الشحن البحري - حاليا يتركز الاهتمام على اجراء قد يخرج بقوة من اللقاء الباريسي: ضريبة دولية على انبعاثات الكربون من صناعة الشحن البحري "التي هي اليوم معفية تماما من الضرائب سواء لجهة ايراداتها أو انبعاثاتها" كما ذكر الجانب الفرنسي.

وأكدت مستشارة لإيمانويل ماكرون أن "الحاجات هائلة للغاية" لدرجة أن ثمة "حاجة إلى موارد جديدة". وأضافت "نأمل أن نعطي زخما سياسيا حقيقيا في باريس" لهذه الضريبة "التي تتحملها جزر مارشال وجزر سليمان منذ عشر سنوات».

قبل أسبوعين من اجتماع حاسم للمنظمة البحرية الدولية (IMO)، يبقى الأمل بإعطائها "صدى جديدا لتفضي إلى قرار طموح».

وبحضور العديد من ممثلي المجتمع المدني، ستطرح مسألة "إعادة تنظيم" المؤسسات المالية التي ولدت في بريتون وودز في الولايات المتحدة في نهاية الحرب العالمية الثانية.

سيحضر رئيس البنك الدولي الجديد أجاي بانغا والمديرة العامة لصندوق النقد الدولي كريستالينا جورجيفا القمة التي قد ينتهزانها "لإعادة الاتفاق على ولايتيهما" و"توضيح خارطة الطريق" كما ذكر الإليزيه.

والهدف هنا أيضا هو التوصل الى تعبئة مزيد من الموارد.

في صلب اللعبة دور المقرضين من بنوك التنمية المتعددة الأطراف والجهات المانحة للبلدان الأكثر ضعفا، من افريقيا جنوب الصحراء إلى أميركا اللاتينية.

وممن أكدوا حضورهم القمة، الرئيس البرازيلي لولا الذي "يجسد" بحسب باريس "هذا المزيج من محاربة الفقر وحماية الكوكب"، وولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان القائد الفعلي للمملكة الغنية بالنفط، ورئيس الوزراء الصيني لي تشيانغ الذي سيشارك في اختتام القمة ويترقب اعلانه حول قضية إعادة هيكلة ديون بعض البلدان الأفريقية مثل زامبيا.

ستكون القمة فرصة لماكرون الذي سيكثف اللقاءات المنفردة ويستقبل جميع الضيوف مساء الخميس الى مأدبة عشاء في قصر الإليزيه، لاظهار جهوده لضم الدول الناشئة الى النقاشات العالمية. وكذلك للاستمرار في محاولة إقناع المشاركين بالضغط على روسيا لوقف حربها في أوكرانيا.

بوتين: الهجوم الأوكراني المضاد ليس لديه "أي فرصة" للنجاح

❖موسكو

أكد الرئيس الروسي فلاديمير بوتين الجمعة أن الهجوم المضاد الذي تشنه القوات الأوكرانية لا يملك "أي فرصة" للنجاح.

وقال بوتين في منتدى اقتصادي في سان بطرسبرغ في شمال غرب روسيا إن "القوات الأوكرانية ليس لديها أي فرصة هناك ولا في مناطق أخرى».

كان الرئيس الروسي يتحدث في منتدى اقتصادي نقله التلفزيون الروسي مباشرة، ولم تتمكن فرانس برس من حضوره لعدم الحصول على اعتماد.

وقال بوتين إن القوات الأوكرانية "استخدمت ما يسمى باحتياطها الاستراتيجي لاختراق الدفاعات (الروسية) وتعزيز قدراتها والتقدم. ولم يتحقق أي من هذه الأهداف».

وأكد أن أوكرانيا تتكبد "خسائر فادحة" واعتبر أنها لن تتمكن من القتال "لفترة طويلة" بسبب استنفاد معداتها العسكرية.

وتؤكد موسكو باستمرار أن الهجوم الأوكراني الحالي على المواقع التي يحتلها الروس فشل. من جهتها تقول كييف إنها حررت بضع بلدات ومساحة ١٠٠ كيلومتر مربع خصوصا على الجبهة الجنوبية.

توقيف تسعة مصريين يشتبه بأنهم مهربون بعد مأساة المهاجرين في اليونان

❖وكالات

أوقف في اليونان تسعة أشخاص يحملون الجنسية المصرية ويشتبه بأنهم مهربون، بعد غرق مركب مهاجرين قبالة السواحل اليونانية قد يكون أسفر عن مئات القتلى، في حين تواصلت الخميس عمليات البحث عن ناجين.

وأفاد مصدر في أحد الموانئ وكالة فرانس برس بأن بين الموقوفين قبطان المركب المتهالك الذي ناء بركابه وانقلب قبل أن يغرق، مما أدى إلى مصرع ٧٨ شخصا على الأقل وفق حصيلة رسمية.

وأورد المصدر أن مركب الصيد غادر مصر فارغًا قبل أن يستقلّه مهاجرون في مدينة طبرق الساحلية شرقي ليبيا، وكان متوجها الى إيطاليا.

وذكرت وكالة الأنباء اليونانية أن الأشخاص أوقفوا في كالاماتا، ميناء شبه جزيرة بيلوبونيز الذي نُقل إليه النّاجون، ويُشتبه بأنهم مارسوا "التهريب غير القانوني" للبشر.

وكانت المنظمة الدولية للهجرة أبدت "خشيتها من (غرق) مئات الأشخاص الإضافيين، في إحدى أسوأ المآسي في المتوسط خلال عقد».

وأعلن المتحدث باسم الحكومة اليونانية إيلياس سياكانتاريس الأربعاء أن معلومات غير مؤكدة أشارت إلى أن ٧٥٠ شخصا كانوا يستقلّون المركب.

وواصل زورقا دوريّات وفرقاطة تابعة للبحرية اليونانية وثلاث مروحيات وتسع سفن أخرى مسح المياه غرب سواحل بيلوبونيز، إحدى أعمق المناطق في المتوسط.

وأمرت المحكمة العليا اليونانية بإجراء تحقيق لتحديد أسباب المأساة التي صدمت اليونان. وتتهم منظمات غير حكومية ووسائل إعلام دولية منذ سنوات أثينا بإبعاد المهاجرين الذين يطلبون اللجوء في الاتحاد الأوروبي.

أعلنت اليونان الحداد ثلاثة أيام حتى السبت بعد المأساة التي وقعت قبيل الانتخابات التشريعية في ٢٥ حزيران/يونيو وهي الثانية في شهر.

لكنّ عددا من الصحف لم يُخف غضبه من هذه المأساة الجديدة. وكتبت صحيفة "إفسينَ" ذات الخط اليساري الوسطي على صدر صفحتها كلمة "عار" بستّ لغات.

في أثينا وتيسالونيكي، ثاني مدن اليونان، تظاهر نحو خمسة آلاف شخص وفق الشرطة رافعين شعارات مثل "الحكومة والاتحاد الأوروبي يقتلان" و"لا لأوروبا قلعة مُحصّنة. تضامن مع اللاجئين».

في مرفأ كالاماتا، جنوب غرب اليونان، إلى حيث نُقل الناجون، أكّدت إيراسيما رومانا من مفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين أن "الوضع مروّع فعلا».

وأضافت أن الناجين "في حال نفسية سيئة جدا... كثير منهم في حال صدمة ومرهقون».

حتى الآن أُنقذ ١٠٤ أشخاص وسيُنقلون قريبا إلى مركز استقبال للمهاجرين في مالاكاسا شمال شرق أثينا.

وقالت الناطقة باسم خفر السواحل إن الناجين "جميعهم رجال"، مشيرة إلى احتمال أن يكون نساء وأطفال بين المفقودين.

وأشارت السلطات إلى أن الناجين هم ٤٧ سوريا و٤٣ مصريا و١٢ باكستانيا وفلسطينيان.

وقال المتحدث باسم الحكومة الأربعاء لقناة "إي أر تي" العامة "لا نعلم عدد من كانوا داخل المركب، لكن نعلم أنه عادةً ما يُغلق عليهم المهربون المنافذ لإبقاء الأمور تحت السيطرة».

وروى أحد الناجين للأطباء في مستشفى كالاماتا أنه رأى نحو ١٠٠ طفل في المركب، وفقا للمصدر نفسه.

وأضاف المصدر أن أكثر من ٢٠ شخصا ما زالوا في المستشفى في كالاماتا.

وقال مانوليس مكاريس، مدير قسم أمراض القلب في مستشفى كالاماتا، في حديث إذاعي "في الغالب يعانون التهابات رئوية وجفافا وانخفاضا في درجة الحرارة».

وأظهرت صورة نشرها خفر السواحل سفينة صيد زرقاء طولها ٢٥ إلى ٣٠ مترا في حال سيئة ويعجّ سطحها بالناس.

وقال مكاريس استنادا إلى شهادات ناجين "داخل المركب كان مليئا بالأطفال والنساء ولا يُعرف عددهم».

وأعلنت سلطات الموانئ اليونانية أنّ طائرة تابعة لوكالة مراقبة الحدود الأوروبية (فرونتكس) شاهدت المركب الثلاثاء، لكنّ فرق الإغاثة لم تتدخّل لأنّ المهاجرين الذين كانوا على متنه "رفضوا أيّ مساعدة».

ولم تعلّق فرونتكس على الموضوع. لكن رئيسها هانس ليتنس توجه الى كالاماتا لتحديد "دور" وكالة مراقبة الحدود الأوروبية في حادث الغرق "الرهيب».

وقال نيكوس سبانوس، الخبير الدولي في الحوادث البحريّة، لقناة اي ار تي "لا يُسأل الأشخاص الذين هم على متن مركب يواجه صعوبات إذا كانوا يريدون مساعدة (...) كان يجب مساعدتهم فورا». وقال سياكانتاريس إن محرّك المركب تعطل الثلاثاء قبيل الساعة ٢٣،٠٠ بتوقيت غرينتش وانقلب في أعمق مياه المتوسط على بعد ٤٧ ميلا بحريا (٨٧ كيلومترا) من بيلوس في البحر الأيوني وغرق خلال ١٠ إلى ١٥ دقيقة.

وبحسب عدد من المسؤولين، لم يكن الناجون يرتدون سترات نجاة. تم إيواء الناجين موقتا في مستودع في ميناء كالاماتا لتتمكن السلطات من التعرّف إليهم، فيما يجري البحث عن المهربين. واستلقى الناجون الذين كانوا في حال صدمة وإرهاق، داخل هذا العنبر وتساعدهم فرق من الصليب الأحمر.

ونُقلت جثث الضحايا إلى مقبرة شيستو في الضاحية الغربية لأثينا حيث سيجري العمل على تشريحها، حسب التلفزيون العام.

ارتفاع كلفة الاقتراض بالسندات في بريطانيا وسط التضخم

❖لندن

ارتفع العائد على سندات الخزانة البريطانية قصيرة الأجل بشكل غير مسبوق منذ تموز عام ٢٠٠٨، وفق ما أفادت صحيفة الإندبندنت البريطانية. وقالت الصحيفة الجمعة، إن نسبة العائد على سندات الخزانة لمدة عامين وصلت إلى نسبة تزيد على ٤٫٨٩ بالمئة بحسب بيانات شركة "ريفينيتيف" لتحليل معلومات الأسواق، وكان أعلى مستوى وصل إليه في ذروة أزمة حكومة رئيسة الوزراء السابقة ليز تراس عند ٤٫٧٥ بالمئة يوم ٢٨ أيلول الماضي.

مانشستر سيتي يرمم دفاعه من البوندسليجا

❖وكالات

دخل نادي مانشستر سيتي، على خط المفاوضات مع لاعب جديد، لإنجاز صفقة مميزة خلال فترة الانتقالات الصيفية.

وكانت تقارير صحفية قد أفادت مؤخرا بقرب تعاقد المان سيتي مع الكرواتي ماتيو كوفاسيتش لاعب وسط تشيلسي.

وقرر بطل أوروبا، التحرك نحو كرواتي جديد، لكن هذه المرة يلعب في الدوري الألماني، وهو جوسكو جفارديول مدافع لايبزيج، بحسب الصحفي فابريزيو رومانو.

وأوضح رومانو عبر حسابه بموقع تويتر، أن المان سيتي يكثف جهوده من أجل التوصل لاتفاق مع الدولي الكرواتي.

وأضاف "المحادثات جارية بين الطرفين بشكل جيد، من أجل التوصل لاتفاق حول بنود التعاقد، كما هو الحال مع كوفاسيتش».

وشدد على أن لايبزيج لا ينوي التخلي عن جفارديول بسهولة، إذ سيطلب مبلغا ضخما نظير بيعه، وإلا سيقرر الإبقاء عليه لموسم آخر على الأقل.

ويصنف جفارديول كأحد أفضل المدافعين الشباب في العالم، وهو ما جعله هدفا لعدد من كبار القارة العجوز.

ألفونسو ديفيز يشكو وضعه في بايرن ميونخ

❖وكالات

عبر اللاعب الكندي ألفونسو ديفيز، عن امتعاضه من وضعه مؤخرا داخل بايرن ميونخ، خاصة في ظل الاعتماد عليه كظهير أيسر منذ سنوات.

ويلعب ديفيز كجناح مع منتخب كندا، لكنه يعود للخط الخلفي مع الفريق البافاري في كافة المباريات.

وخلال تصريحات أبرزتها شبكة سكاي، قال صاحب ال ٢٢ عاما "لا زلت أنتظر فرصتي للعب في الأمام».

وأضاف "أتمنى أن يأتي اليوم الذي يطلب مني فيه اللعب كجناح أيسر، هذا ما أنتظره، وسأقفز حينها في الهواء».

وأشار اللاعب إلى استقدامه في ٢٠١٩ من أجل تعويض رحيل الهولندي روبن، لكن إصابة ديفيد ألابا حينها، دفعت الطاقم الفني للاعتماد عليه كظهير، مضيفا "لا زلت عالقا في هذا المركز منذ ٤ سنوات».

ويجد ديفيز، صعوبة في اللعب كجناح، نظرا لوفرة الخيارات في الفريق الألماني، الذي يملك ليروي ساني وسيرجي جنابري وساديو ماني وكينجسلي كومان.

مانشستر سيتي يرمم دفاعه من البوندسليجا

❖وكالات

دخل نادي مانشستر سيتي، على خط المفاوضات مع لاعب جديد، لإنجاز صفقة مميزة خلال فترة الانتقالات الصيفية.

وكانت تقارير صحفية قد أفادت مؤخرا بقرب تعاقد المان سيتي مع الكرواتي ماتيو كوفاسيتش لاعب وسط تشيلسي.

وقرر بطل أوروبا، التحرك نحو كرواتي جديد، لكن هذه المرة يلعب في الدوري الألماني، وهو جوسكو جفارديول مدافع لايبزيج، بحسب الصحفي فابريزيو رومانو.

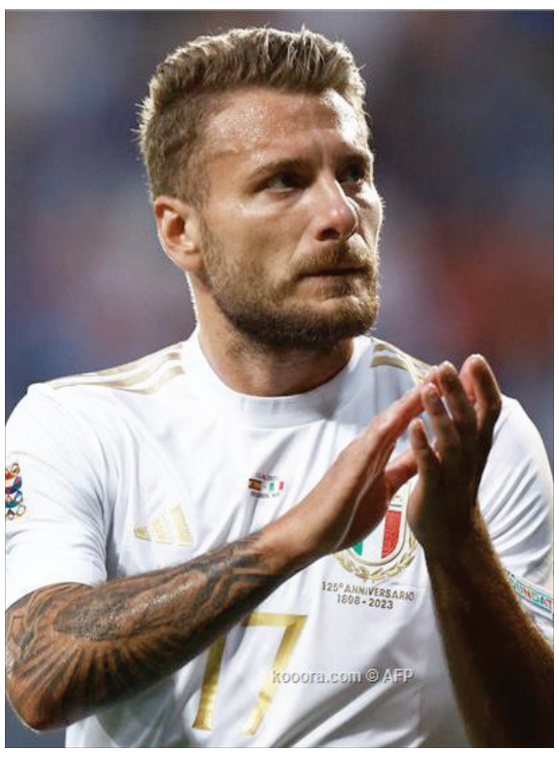
وأوضح رومانو عبر حسابه بموقع تويتر، أن المان سيتي يكثف جهوده من أجل التوصل لاتفاق مع الدولي الكرواتي.

وأضاف "المحادثات جارية بين الطرفين بشكل جيد، من أجل التوصل لاتفاق حول بنود التعاقد، كما هو الحال مع كوفاسيتش».

وشدد على أن لايبزيج لا ينوي التخلي عن جفارديول بسهولة، إذ سيطلب مبلغا ضخما نظير بيعه، وإلا سيقرر الإبقاء عليه لموسم آخر على الأقل.

ويصنف جفارديول كأحد أفضل المدافعين الشباب في العالم، وهو ما جعله هدفا لعدد من كبار القارة العجوز.

إيموبيلي: هزيمة إسبانيا مؤلمة لهذا السبب



❖وكالات

قال تشيرو إيموبيلي، نجم المنتخب الإيطالي إن الهزيمة أمام إسبانيا (٢-١) في نصف نهائي دوري الأمم الأوروبية «مؤلمة».

وصرح إيموبيلي العائد للمنتخب بعدما غاب عن القائمة الأخيرة للإصابة: "إنها عودة مؤلمة لأننا كافحنا حتى النهاية».

وأضاف في تصريحات صحفية عقب المباراة التي أقيمت أمس الخميس: "نتقبل الهزيمة ولكنها مؤلمة لأننا كنا نلعب جيدا».

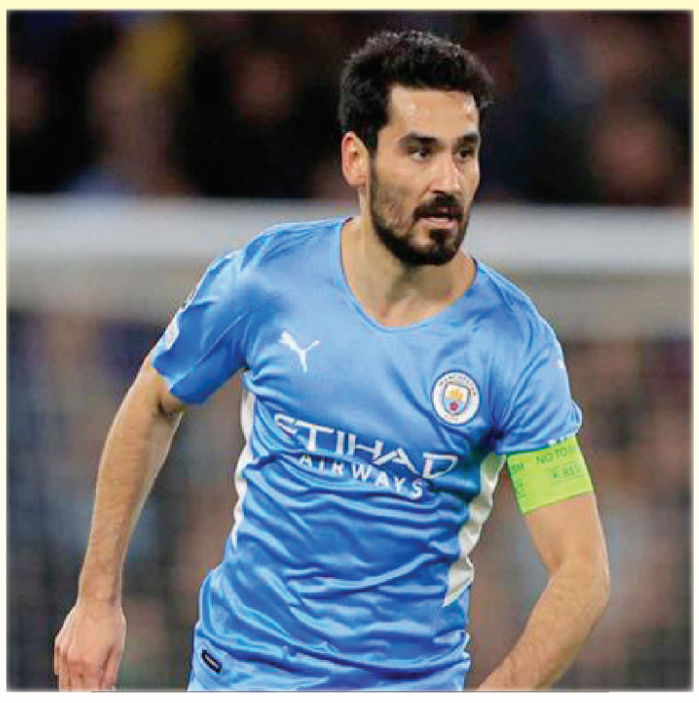
وأشار قائد لاتسيو صاحب ال٣٣ عاما إلى أن إيطاليا كانت تستحق خوض وقت إضافي على الأقل.

وتابع: "من الصعب للغاية اللعب أمامهم لأنهم يستحوذون على الكرة ويجعلونك تركض ويتعبونك».

وأتم: "ربما كانوا هم الأفضل على مستوى اللعب ولكن من ناحية الفرص أعتقد أن الكفة كانت متكافئة».

وبتغلبها على إيطاليا تأهلت إسبانيا لخوض النهائي المقرر الأحد المقبل أمام كرواتيا.

برشلونة يرفع عرضه لإقناع جوندوجان



❖وكالات

يبذل نادي برشلونة، قصارى جهده للحصول على خدمات إلكاي جوندوجان نجم مانشستر سيتي، خلال الميركاتو الصيفي.

ويرتبط اللاعب الألماني إلكاي جوندوجان، بعقد مع ناديه مانشستر سيتي حتى ٣٠ يونيو/ حزيران الحالي.

وذكر موقع "ذا أثليتيك" أن برشلونة قام بتحسين عرضه المقدم لضم جوندوجان، البالغ من العمر ٣٢ عاما.

وتابع الموقع "برشلونة عرض على جوندوجان، التوقيع على عقد لمدة ٣ أعوام مقابل راتب سنوي ٣٠ مليون إسترليني».

ونوه "المان سيتي ليس حريصا على منح جوندوجان، عقدًا طويل الأمر، بعد تقدمه في العمر، رغم أن المدرب بيب جوارديولا يريد الاحتفاظ به».

وأتم ذا أثليتيك "يبقى برشلونة حتى الآن، عاجزًا عن ضمان قدرته على تسجيل جوندوجان، حال الاتفاق مع اللاعب».

منافسة ثلاثية على رئاسة وعضوية مؤسسة النصر السعودي

❖وكالات

اعتمدت لجنة الانتخابات، القوائم المرشحة لرئاسة وعضوية مجلس إدارة مؤسسة النصر غير الربحية في السعودية.

وتتنافس في الانتخابات، ٣ قوائم، الأولى برئاسة مسلي آل معمر، والثانية على رأسها ثامر اليمني، والثالثة يتقدمها مهند الداود.

وحسب الجدول الزمني للانتخابات، جرى فتح الباب أمام تلقي الطعون على هذه القوائم، بداية من اليوم الجمعة.

وكانت وزارة الرياضة قد أوضحت أبرز اختصاصات مؤسسة النادي غير الربحية، وفقا لمشروع الاستثمار والخصخصة، بحيث يجب ألا يقل أعضاء مجلس إدارتها عن ٥ ولا يزيد عن ٩ أعضاء.

كما أن مؤسسة النادي غير الربحية ليس لها علاقة بإدارة شركة النادي، وغير مسئولة عن الفرق أو التعاقدات أو القرارات المالية، ويكون دورها لإبداء الرأي فقط. تجدر الإشارة إلى أن المؤسسة غير الربحية تمثل ٢٥٪ من حصة النادي، مقابل ٧٥٪ لشركات الاستثمار.

بهاء فيصل يعاتب الاتحاد الأردني.. ويكشف وجهته المقبلة

❖وكالات

عاتب المهاجم بهاء فيصل، الاتحاد الأردني لكرة القدم لعدم الاهتمام به عقب الإصابة التي تعرض لها خلال مشاركة منتخب النشامى في كأس العرب.

وقال فيصل في تصريحات تلفزيونية: "لم يتواصل معي أي مسؤول من الاتحاد الأردني خلال مرحلة إصابتي وعلاجي، باستثناء أسامة طلال المدير الإداري السابق للمنتخب وله كل الشكر».

وأكمل: "العتب على قدر المحبة، إذا كان الاتحاد الأردني لا يستطيع أن يتكفل بنفقات علاجي، كان عليه الوقوف إلى جانبي ولو معنويا».

وأشار: "الاتحاد الأردني تكفل بمبلغ بسيط جدا، وأنا تكفلت بنفسي بالإنفاق على رحلة علاجي وبمبلغ وصل إلى ٥٠ ألف يورو».

وأضاف: "كانت رحلة علاجي طويلة ومرهقة، بعد إجراء عملية جراحية في قطر لم أشعر بأي تحسن، فكان لا بد وأن أتخذ خطوة للأمام».

وواصل: "توجهت إلى برشلونة وحظيت بإشراف طبيب معروف عالميا، وقام بإجراء عملية ثانية لي وبدأت أشعر بتحسن ملحوظ من بعدها».

وأشار إلى أن معالج الفيصلي شادي عاصي، أشرف على برنامجه التأهيلي النهائي، وبدأ يشعر بتحسن واضح وكبير، كما وجه شكره العميق له.

وكشف مهاجم منتخب الأردن، أنه يحتاج لشهر تقريبا ليدخل في التدريبات الجماعية، والعودة إلى ملاعب كرة القدم.

وأكد بهاء أن الشمال القطري لم يقصر معه، وصبر عليه كثيرا خلال إصابته، وأن من حقه في النهاية البحث عن محترف بديل.

وأوضح مهاجم منتخب الأردن صاحب ال٢٨ عاما: "الوحدات اكتشفني وصنع نجوميتي وهو الأقرب لقلبي، له كل الحب والتقدير».

وحول وجهته المقبلة، قال: "الأولوية للوحدات الذي انطلقت منه، رغم حصولي على عدة عروض محلية وأخرى قطرية».

الأهلي يلجم طموح معان بهدف قاتل في درع المئوية

❖وكالات

لجم الأهلي، طموح منافسه معان، وفرض عليه التعادل (١-١) في وقت قاتل من المواجهة التي جرت مساء الجمعة على ملعب الأمير محمد بالزرقاء، ضمن الجولة السادسة لدرع المئوية الأردني لكرة القدم.

تقدم معان بهدف السبق عن طريق قائده إبراهيم الرواد عندما ارتقى للضربة الحرة التي نفذها أحمد ياسين، وأودعها برأسية جميلة داخل المرمى في الدقيقة (٥٥).

وضغط الأهلي، بحثا عن التعديل وتحقق له ما أراد في الدقيقة (٩٠+٧) بعدما سدد خالد الدردور كرة بيسراه من داخل منطقة الجزاء في أقصى الزاوية اليمنى لرشيد رفيد حارس معان.

ورفع الأهلي، رصيده إلى ٦ نقاط في المركز السادس، وبقي معان عاشرا ب ٤ نقاط.

أتشيربي يعترف بأحقية فوز إسبانيا

❖وكالات

اعتبر الإيطالي فرانشيسكو أتشيربي مدافع إنتر ميلان، أن إسبانيا كانت الطرف الأكثر جودة، مما ساعدها على بلوغ نهائي دوري الأمم الأوروبية.

وبلغ منتخب إسبانيا، نهائي دوري الأمم الأوروبية، بفوزه القاتل بنتيجة ٢-١ على إيطاليا، أمس الخميس.

وقال أتشيربي عن المنتخب الإسباني "لقد استحقوا أكثر من ذلك.. ربما ليس فيما يتعلق بخلق الفرص، لكننا قدمنا أقل مما يمكننا القيام به».

وأقر بأن "دفاع المنتخب الإسباني ظهر بشكل جيد، لكن كان هناك تقصير من جانبنا».

وأضاف "كان بإمكاننا تقديم أداء أفضل أمام المنتخب الإسباني».

لاعب منتخب صربيا ينضم لفريق بالدرجة الثانية الألمانية

❖وكالات

أعلن نادي هولشتاين كيل، المنافس بدوري الدرجة الثانية الألماني لكرة القدم، تعاقده مع اللاعب الصربي الدولي ماركو إفيزيتش.

ووقع لاعب خط الوسط المدافع على عقد مدته أربعة أعوام، وفقا لما ذكره النادي.

وشارك إفيزيتش للمرة الأولى مع المنتخب الصربي في كانون الثاني/يناير الماضي، وكان يبلغ ٢١ عاما.

وقال أوفه ستوفر المدير الرياضي لكيل: "رغم صغر سنه، ماركو بالفعل لاعب رائع يتحمل المسؤولية ويعلم دوره في الملعب».

روما يربط سمولينج بعقد جديد

❖وكالات

مدد المدافع الإنجليزي كريس سمولينج، عقده مع ناديه روما الإيطالي، لموسمين إضافيين لينتهي في ٢٠٢٥.

وكان سمولينج قد انضم إلى روما في صيف ٢٠١٩ قادما من مانشستر يونايتد، وسرعان ما حجز لنفسه مكانا في التشكيل الأساسي.

وتعليقا على تمديد عقده، قال سمولينج "اتخاذ قرار البقاء في روما كان بسيطا».

وأضاف "أعيش هنا أفضل فترة في مشواري، ونشعر بالترحاب أنا وأسرتي في هذه المدينة الرائعة».

وتابع "بالإضافة إلى ذلك، فإن تطور النادي ملحوظ، وأخيرا أريد شكر جماهيرنا، فقد لعب حبهم غير المشروط دورا في قراري».

وعلى مدار ٤ مواسم، خاض سمولينج مع روما ١٤٣ مباراة وسجل ١٠ أهداف في جميع المسابقات.

صفقة هولندية تدعم صفوف أم صلال

❖وكالات

أعلن نادي أم صلال القطري، التعاقد مع اللاعب الهولندي كينجي جوري، في صفقة انتقال حر، لمدة موسمين.

ووقع اللاعب، القادم من نادي بوافيستا البرتغالي، على عقود انتقاله لأم صلال، في حضور الشيخ عبد العزيز بن سعود آل ثاني رئيس جهاز الكرة.

وكان اللاعب الهولندي قد وصل إلى الدوحة قبل يومين، وخضع للكشف الطبي الذي اجتازه قبل التوقيع الرسمي اليوم الجمعة.

وكان أم صلال قد أعلن أمس الخميس، تعاقده مع المدرب الفرنسي باتريس كارتيرون.

ويسعى أم صلال لتدعيم صفوفه بالمزيد من اللاعبين خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية، من أجل الظهور بشكل مغاير في الموسم المقبل.

وعانى أم صلال في الدوري القطري خلال الموسم المنقضي، وظل يصارع شبح الهبوط حتى الجولة الأخيرة من الدوري القطري.

صدى الشعب
يومية - سياسية - اقتصادية - شاملة
رئيس مجلس التحرير «المدير العام» محمود الفطافطة
رئيس التحرير خالد خازر الخريشا
رئيس هيئة التحرير حازم الخالدي
العنوان: عمان - شارع الملكة رانيا العبدالله (الصحافة سابقا) - بجانب المختار مول
مقسم الاعلان: 5056222
فاكس الاعلان: 5056223
ايميل التحرير: ad@shaabjo.com
ايميل الاعلان: m@shaabjo.com
رقم الايداع في المكتبة الوطنية: ٢٠١٤/١٢٤٨/د