

الفجر	5:51
الظهر	12:25
المصر	3:13
الغروب	5:39
العشاء	6:58

لحضور حفل تنصيب رئيسها الجديد الأحد الملك يزور جمهورية باربادوس

عمان
يبدأ جلالته الملك عبدالله الثاني زيارة إلى جمهورية باربادوس السبت، لحضور حفل تنصيب رئيسها المنتخب جيفري بوسيتك، المقرر إقامته يوم الأحد



دول أوروبية تدين تصاعد عنف المستوطنين الإسرائيليين ضد الفلسطينيين



لندن

دانت المملكة المتحدة وفرنسا وألمانيا وإيطاليا، بشدة، الارتفاع الكبير في عنف المستوطنين الإسرائيليين ضد الفلسطينيين في الضفة الغربية، مؤكدة أن استمرار هذا التصعيد يهدد الاستقرار ويقوّض الجهود السياسية، بما في ذلك خطة النقاط العشرين الخاصة بغزة، وفرص تحقيق سلام وأمن طويلي الأمد.

ودعت الدول الأربعة في بيان نشرته وزارة الخارجية البريطانية، الحكومة الإسرائيلية إلى احترام القانون الدولي، وحماية الفلسطينيين في الأراضي المحتلة، ومحاسبة المسؤولين عن الهجمات، مشيرة إلى تسجيل 264 هجوماً في تشرين الأول، وهو الأعلى منذ 2006.

كما جددت الدول رفضها لأي شكل من أشكال الضم والاستيطان، وشددت على أن الموافقة على آلاف الوحدات الاستيطانية الجديدة ومخطط E1، من شأنه تجزئة الضفة الغربية، داعين إسرائيل إلى التراجع عن سياستها.

ورحب البيان بالموقف الواضح للرئيس الأمريكي دونالد ترمب الراض للضم، مؤكداً المعارضة الأوروبية الشاملة لأي شكل من أشكال الضم، سواء كان جزئياً أو كلياً، وللسياسات الاستيطانية المخالفة للقانون الدولي.

واختتم البيان، بالتأكيد على الالتزام بحل الدولتين باعتبارها الطريق الوحيد لتحقيق سلام عادل ودائم.

وانتقدت الدول الأوروبية حجب إسرائيل أموال الضرائب المستحقة للسلطة الفلسطينية، مطالبةً بالإفراج

العين العياصرة يُشارك بأعمال منتدى الجمعية البرلمانية للاتحاد من أجل المتوسط في القاهرة



عمان

شارك عضو مجلس الأعيان عمر العياصرة، في أعمال منتدى الجمعية البرلمانية للاتحاد من أجل المتوسط وقمة الرؤساء، في العاصمة المصرية القاهرة. ويعقد المنتدى، الذي يستمر لمدة 3 أيام متتالية، تحت عنوان: "تعزيز التعاون الاقتصادي بين ضفتي المتوسط بمناسبة مرور 30 عاماً على إطلاق عملية برشلونة"، بحسب بيان لمجلس الأعيان. وانطلقت الجمعة، سلسلة من الاجتماعات التحضيرية للجان الخمس التابعة للجمعية.

التفاصيل صفحة 2

الأردن يستضيف حواراً حول التمويل المختلط لمشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص

عمان

عقدت الحكومة، ممثلة بوزارتي التخطيط والتعاون الدولي والاستثمار، بالتعاون مع الصندوق العربي للإنماء الاقتصادي والاجتماعي ولجنة المساعدة الإنمائية في منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية، حوار سياسات رفيع المستوى حول الاستفادة من التمويل المختلط لمشاريع الشراكة بين القطاعين العام والخاص في الأردن. وبحسب بيان لوزارة التخطيط، يأتي هذا الحوار في إطار استراتيجية الشراكة القطرية بين الصندوق العربي والأردن للأعوام 2025-2029، وينتزل كذلك ضمن سلسلة من الحوارات تحت إطار الشراكة

الأردن، وتتضمن استراتيجية الشراكة القطرية مكوناً لحشد الموارد المالية لمشروعات الشراكة بين القطاعين العام والخاص، مع التركيز على التمويل المختلط كأولوية أولى تهدف إلى تمكين الحكومة الأردنية من تقديم خدمات اجتماعية عالية الجودة لمواطنيها، حيث يؤكد هذا التوجه الالتزام المشترك للاستفادة من أدوات التمويل المبتكرة لتحسين جودة الخدمات وتحفيز استثمارات القطاع الخاص. وتعد الشراكات بين القطاعين العام والخاص آلية حيوية للحكومة في سعيها لحشد استثمارات القطاع الخاص وخبرته وابتكاره لأجل تطوير البنى التحتية والخدمات العامة.

التفاصيل صفحة 2

الإحصاءات: تراجع إنتاج زيت الزيتون الموسم الحالي

عمان

أصدرت دائرة الإحصاءات العامة تقريرها الشهري الثاني حول قطاف الزيتون لهذا العام لرصد إنتاج زيت الزيتون في معاصر المملكة كافة، وذلك ضمن المسح السنوي لمعاصر زيت الزيتون لعام 2025. وأظهرت البيانات أن كميات زيت الزيتون حتى تاريخ 2025/11/25 قد بلغت 9.124 طناً. وبالمقارنة مع معدل الإنتاج العام خلال السنوات (2025-2012) والذي بلغ 14.845 طناً في ذات الفترة من الموسم. وعليه فإن إنتاج شهر تشرين الثاني من عام 2025 قد شكّل 61.5 بالمئة من المعدل الشهري، وشكّل 60.6 بالمئة منذ بداية الموسم حتى نهاية تشرين الثاني، و 42.3 بالمئة من المعدل الموسمي الكلي، وهو ما يشير إلى إنتاج أقل مقارنة بالمواسم السابقة. كما تشير النتائج أيضاً إلى انخفاض كمية إنتاج الزيتون الداخل إلى معاصر المملكة حتى نهاية تشرين الثاني حيث بلغ 53.5 ألف طن، فيما بلغ الإنتاج الكلي للزيتون حوالي 221 ألف طن في العام الماضي، أي بنسبة 24 بالمئة. يذكر أن دائرة الإحصاءات العامة تقوم برصد كميات الزيت المنتجة في معاصر الزيتون والبالغ عددها 152 معصرة حتى نهاية موسم العصر نهاية العام، وذلك من خلال المسح الميداني الذي تنفذه الدائرة سنوياً بالتعاون مع وزارة الزراعة، بهدف توفير بيانات دقيقة وشاملة حول إنتاج الزيتون وزيت الزيتون لتوفير بيانات للمواطنين والمزارعين والمساعدة في اتخاذ القرارات والسياسات الزراعية المناسبة.

طرح عطاء لشراء كميات من الشعير

عمان

طرحت وزارة الصناعة والتجارة والتموين عطاء لشراء كمية 100 أو 120 ألف طن شعير. ودعت الوزارة، الراغبين بالاشتراك إلى مراجعة قسم العطاءات للحصول على نسخة من دعوة العطاء تتضمن الشروط والمواصفات مقابل 650 ديناراً غير مستردة، علماً بأن آخر موعد لقبول العروض، هو الساعة الثانية من بعد ظهر يوم الأربعاء الموافق 3-12-2025.



التفاصيل صفحة 8

الأردن يفتح تصفيات كأس العالم لكرة السلة بفوز على سوريا

وفد من الأمم المتحدة يزور المستشفى الميداني الأردني جنوب غزة

عمان

زار وفد من الأمم المتحدة، برئاسة المنسق الإنساني للأمم المتحدة في الأراضي الفلسطينية الدكتور راميز الكروف، المستشفى الميداني الأردني جنوب غزة/8، وكان في استقباله قائد قوة المستشفى. وأطلع الوفد خلال الزيارة على آلية العمل داخل المستشفى، وطبيعة التعامل مع مختلف الحالات المرضية، إلى جانب استعراض الاختصاصات الطبية المتوفرة وحجم الخدمات العلاجية والإنسانية التي تقدّم يومياً لتلبية الاحتياجات المتزايدة لأهالي القطاع. وأعرب الوفد عن تقديره للجهود الطبية والإغاثية التي يقدمها المستشفى، وللدور المهم الذي تؤديه مبادرة "استعادة الأمل" عبر وحدة دعم مبنوحي الأطراف، وما توفره من خدمات نوعية للحالات الحرجة التي تتطلب تدخلاً جراحياً فورياً في ظل محدودية الإمكانيات في مستشفيات غزة. مؤكداً حرصه على استمرار التنسيق وتعزيز التعاون بما يسهم في التخفيف من معاناة المرضى وتحسين مستوى الخدمات الصحية. وتأتي هذه الزيارة في إطار بحث آفاق توسيع التعاون لدعم النظام الصحي في قطاع غزة، وتعزيز التواصل مع المؤسسات والمنظمات العاملة فيه، بما يساهم في مهمة المستشفى الميداني الأردني في أداء واجبه الإنساني وتجسيد رسالة المملكة الراسخة في مساندة الأشقاء الفلسطينيين.

عشرات الآلاف يؤدون صلاة الجمعة في المسجد الأقصى

عمان

أدى عشرات آلاف المصلين صلاة اليوم الجمعة في المسجد الأقصى المبارك-الحرم القدسي الشريف، حيث توافدوا إليه منذ ساعات الصباح في ظل الإجراءات العسكرية المشددة التي تفرضها سلطات الاحتلال الإسرائيلي على الوصول إلى الأقصى. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية (وفا)، بأن قوات الاحتلال انتشرت بين المصلين أثناء خطبة الجمعة، ومنعت أبواب الحديد والمجلس والعمود، وشددت الحقائق عند أبواب الأقصى، وأوقفت شباناً وقتلتهم، ودفقت في بطاقتهم الشخصية، ومنعت بعضهم من الوصول للمسجد للصلاة فيه.

متى تكون مناعة الجسم ضعيفة؟



كشفت الدكتورة لودميلا لايلا المدير العام لمركز خدوئوف للتصحيح المناعي العلامات التي تشير إلى ضعف منظومة المناعة.

وتشير الطبيبة في حديث لإذاعة "سبوتنيك" إلى أن الإصابة بالأمراض المعدية ليست العلامة الوحيدة التي تشير إلى ضعف منظومة المناعة. وتشول، "العلامة الأولى لضعف منظومة المناعة هي تكرار إصابة الشخص بالمرض. أما العلامات الأخرى فهي رد فعل حساسات الحساسية، والضعف، والتعب، وسيلان في الأنف واحتقان الأنف، وحكة في العين، ونوع من الطفح الجلدي، واحمرار في العين، هذه إشارة من منظومة المناعة إلى وجود خلل ما بها".

ووفقا لهذه الالتهابات غير المعالجة ونوبات الحساسية والأنظمة الغذائية غير السليمة يمكن أن تؤثر سلبا في منظومة المناعة. وتشول، "يزداد عدد المصابين بالحساسية وكل اتصال بمسببات الحساسية يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة. والسبب الثاني هو بؤر العدوى المزمنة. فمثلا إذا أصيب الشخص بالأنفلونزا أو كوفيد، ويقت "أنارها" الفيروسية، أي ما يسمى بـ "العدوى المستمرة" يمكن أن تستقر في أي خلية من خلايا الجسم. وهذه تتعب الجسم وترقق منظومة المناعة، كما أن نزلات البرد وانخفاض حرارة الجسم والتسمم والصيام والأنظمة الغذائية غير السليمة - كلها تضعف منظومة المناعة".

ووفقا لها، يمكن استعادة مستوى منظومة المناعة فقط تحت إشراف طبيب مختص. وتشول، "إذا مرض الشخص

فيروسية مستمرة. لأنه إذا لم تعالج الحالة، فقد يحدث تلف في الأعضاء. وخاصة في البلكرياس وكيس المرارة".

اللزعة سيكتشف سبب إرهاق منظومة المناعة. وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى

أكثر من 2-3 مرات في السنة. هذا سبب وجيه لاستشارة أخصائي أمراض المناعة والحساسية، الذي بعد الاختبارات

دخض أسطورة شائعة حول الأمراض النفسية الجسدية



أعلنت طبيبة الأعصاب الأيرلندية سوزان أوسوليفان، أن الأمراض النفسية الجسدية ليست نتيجة للوسواس المرضي - وهو الشعور المؤلم بالقلق بشأن احتمال الإصابة بمرض خطير أو أكثر. وتشير في حديث لـ Live Science إلى أن الأمراض النفسية الجسدية هي فرع من فروع الطب وعلم النفس، تدرس كيف تؤثر الأحاسيس والانفعالات في الصحة الجسدية للشخص. وتتميز الأمراض النفسية الجسدية بوجود خلل في عمل الأعضاء والأنظمة الداخلية تسببه الاضطرابات النفسية. ووفقا لها، يخلق التعبير الشائع "كل الأمراض تبدأ من الرأس" مفهوما خاطئا عن الاضطرابات

النفسية الجسدية. لأنه في كثير من الأحيان، لا ينجم الألم عن تدهور الصحة النفسية، بل عن مشكلات صحية حقيقية. وبالإضافة إلى ذلك، ليس الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية جسدية مصابين بالوسواس المرضية. وتتفاقم الحالة النفسية والجسدية للشخص نتيجة تعرضه لضغوط مستمرة يسبب الخوف من الإصابة بالمرض. وبالإضافة إلى ذلك لا تظهر لدى الصائين بالأمراض النفسية الجسدية، في كثير من الأحيان أعراض القلق أو الاكتئاب. أما الاحساس بالألم فيظهر بشكل مستقل، ويكون حقيقيا، وليس طائرا أو مقترضا.

كيف تسبب الأقدام المبللة مشكلات في القلب؟



يمكن أن تنخفض درجة حرارة الجسم بسبب الأقدام المبللة، ما يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة وبالتالي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية المختلفة. وتقول الدكتورة أناتاسيا فوميشوفا أخصائية أمراض القلب والأوعية الدموية في حديث لـ Gazeta.Ru، "بالطبع، الأقدام المبللة وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى مشكلات في القلب. لأن السبب الرئيسي للمرض هو عدوى فيروسية أو بكتيرية. ولكن عند انخفاض حرارة الجسم، قد يؤدي إلى إضعاف منظومة المناعة. ما يسمح بدخول مسببات المرض إلى الجسم، ونتيجة لذلك، مثلا، يمكن أن يتطور التهاب الشغاف العدوي. هذه أمراض التهابية في الشغاف (البطانة الداخلية للقلب) مع ترسب الكائنات الحية الدقيقة على صمامات القلب". ووفقا للطبيبة، يمكن أن يحدث أيضا التهاب عضلة القلب الفيروسي أو اعتلال عضلة القلب الالتهابي. ويتسبب العامل الفيروسي، الذي يخترق الجسم، في تلف خلايا عضلة القلب ويحدث تفاعل التهابي موضعي وإطلاق عمليات المناعة الذاتية. وتقول، "الأقدام المبللة والتشقيق في الجلد هي نقاط دخول للعدوى الفطرية، والتي يمكن أن تكون سببا في التهاب عضلة القلب. كما يمكن أن يؤدي تبريد الساقين وتشنج الأوعية الدموية إلى تفاقم مسار القصور الشرياني أو الوريدي المزمن في الساقين وزيادة متلازمة الودمة. وتجنب مثل هذه المضاعفات في الجسم، يجب الحفاظ على دواء القدمين".

بسبب خطورتها تحذير طبي من هذه المكملات الغذائية



تواصل صناعة المكملات الغذائية التوسع في مختلف أنحاء العالم، حيث بات بإمكانك العثور على حبوب وأقراص لأي شيء تقريبا. رغم أن الأطباء والخبراء يحذرون من مخاطر بعضها. ونقل موقع "شي فايندس" عن طبيب يدعى "تشارلز" وينشر فيديوات توصية باستمرار على حسابه في إنستغرام وتيك توك، قوله إن هناك 4 مكملات غذائية يجب على الناس تجنبها لأنها "خطيرة بالفعل".

وحسب تشارلز، فإن "فيتامين أ" و"فيتامين إي" و"الحديد" و"البيوتين" تفيد الجسم أكثر حين تأتي مباشرة من الأطعمة التي تتناولها، وليس من المكملات الغذائية.

يقول تشارلز إن هذا الفيتامين يعد عنصرا غذائيا مهما للحفاظ على صحة الجلد والرؤية، لكن الإفراط في تناول المكملات الخاصة به يسبب مضرا. مشيها "يمكن أن يتراكم في جسمك ويسبب تلف الكبد".

فيتامين إي، الحديد معدن أساسي وضروري لنقل الأكسجين في الدم. ومع ذلك، يحذر

الذكور أضعف مناعة مقارنة بالإناث؟



"عندما تصاب النساء العوامل بالعدوى من الأشخاص المحيطين بهن فيمكنهن نقلها إلى ذريتهن في الرحم عبر المشيمة. الضغوط التطورية تعني أن النساء وأطفالهن يبقون على قيد الحياة بشكل أفضل إذا قامت أجسام الأمهات باستجابة مناعية قوية لسببات الأمراض، لحماية النسل بأكبر قدر ممكن من الفعالية". ولكنه يقول إن النساء يمكن أن يدفعن في بعض الأحيان ثمنا صحيا مؤثرا لهذه القدرة على حماية أطفالهن الذين لم يولدوا بعد. وفي الوقت نفسه، يمكن للرجال أن يدفعوا ثمنا باهظا بسبب استجاباتهم المناعية الأضعف، كما يشيف أوبيدا دي توريس. وهذا يمكن أن يذهب إلى ما هو أبعد من "أنفلونزا الرجال". ويقول، "ينتج الرجال استجابة أضعف ويكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بالعديد من أنواع السرطان مقارنة بالنساء. وهذا لأن الاستجابة المناعية الأضعف تعني أن مسببات الأمراض قادرة على إصابة الرجال لفترة أطول. ما يمنح الفيروسات أو البكتيريا مزيدا من الوقت للتلاعب بجينات الخلايا التي تصيبها. وهذا يساعد على انتشار العدوى عبر أجسام الرجال. ولكنه يزيد أيضا من خطر تكرار الخلايا بسرعة خارج نطاق السيطرة والتحول إلى سرطان".

يجهز مناعة أقوى من الرجال؟ من منظور تطوري، فإن وجود جهاز مناعة قوي، يمكن المرأة من حماية الجنين بشكل أفضل من العدوى التي تنتقل منها إلى الطفل في الرحم. كما يقول فرانسيسكو أوبيدا دي توريس، أستاذ علم الأحياء الرياضي الذي يدرس التطور والصحة في Royal Holloway جامعة لندن، ويقول،

الحيوانات (ثقوية)، بينما تفرز النساء كميات كبيرة من البيضين. وذلك بشكل أساسي لبناء جهازهن التناسلي. وعلى النقيض من ذلك، يبدو أن هرمون التستوستيرون يثبط الدفاعات المناعية، ربما لأنه يحرك الانشطة، مثل بناء العضلات التي تتطلب الطاقة. لذا تتمتع النساء

ناقش العلماء، لعقود من الزمن، ما إذا كانت ظاهرة "أنفلونزا الرجال" التي تشير عن ضعف مناعة الذكور مقارنة بالإناث، حقيقية أم لا. وفي كتاب جديد بعنوان "كيف تحافظ على صحتك"، تقول خبيرة التغذية جينا هوب إن "الأدلة تظهر أن جهاز المناعة الأنثوي أقوى من جهاز المناعة الذكري". وتشير إلى أن الأمر يرجع إلى الهرمونات. حيث تميل الهرمونات الجنسية الأنثوية، البروجسترون والإستروجين، إلى دعم جهاز المناعة. في حين أن هرمون التستوستيرون الذكري يمكن أن يثبط المناعة. ولم تسليط الضوء على دور هرمون الإستروجين في مناعة الإناث من قبل علماء المناعة في جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور، ميريلاند. وقاموا بإصابة خلايا من طائفة أنوف الرجال والنساء بفيروس الأنفلونزا الشائع. قبل إضافة الشكل الأكثر شيوعا من هرمون الإستروجين لدى النساء، والذي يسمى "أسترايول"، إلى جميع الخلايا. وفي الخلايا لدى النساء، أدى هرمون الإستروجين إلى انخفاض كبير في مستويات فيروس الأنفلونزا. لكن مستويات الفيروس في خلايا الرجال قلت دون تغيير. حساما أفادت المجلة الأمريكية لعلم فسيولوجيا الرئة الخلوية والجزيئية. وينتج كلا الجنسين "أسترايول"، حيث يوجد بكميات صغيرة في الجسمين لدى الرجال (ربما للمساعدة في إنتاج

تقارين تحسن الذاكرة

يساعد التدريب المعرفي المنتظم في مرحلة البلوغ لمدة 20-30 دقيقة يوميا في الحفاظ على الذاكرة وتحسينها. وتشول البروفيسورة إيرينا روشينا من قسم علم النفس العصبي وعلم النفس المرضي للنمو بكلية علم النفس السريري في جامعة موسكو في حديث لـ Gazeta.Ru، "من بين هذه التدريبات تقنية فيبونايتشي، التي تتضمن أن يقول الشخص بينه وبين نفسه سلسلة رقمية. بحيث كل رقم جديد هو مجموع الأرقام السابقة. كما أن تقنية فيثاغورس فعالة أيضا. ووفقا لطريقة فيثاغورس من الضروري في المساء أن تذكر جميع الأحداث التي حدثت على مدار اليوم بالتفصيل دون الإخلال بتسلسلها. والتسريع الآخر يتضمن تذكر أكبر عدد من الكلمات التي تبدأ بكل حرف من الحروف الأبجدية". وتشير البروفيسورة إلى أن الاحتساب الذهني وحل الكلمات المتقاطعة وألعاب أخرى مماثلة فعالة أيضا في تحسين الذاكرة. كما يساعد تذكر تفاصيل أحداث من الحياة الماضية على تحسين الذاكرة.

وتقول، "الذاكرة هي وظيفة عقلية معقدة عليا. وتعتمد فعالية الحفاظ على مجموعة من الأسباب، حالة الصحة الجسدية والنفسية للشخص. ولتدريب الذاكرة في مرحلة الطفولة أهمية كبيرة، كما أن الروتين اليومي الصحيح والنوم والتغذية مهمان أيضا. ويجب أن يقرأ الإنسان كثيرا، ويعيد سرده ما قرأ. وكذلك الكتابة باليد. ودراسة اللغات الأجنبية. وتعلم وتذكر القصائد التي تعلمها بالفعل". وتوصي البروفيسورة بضرورة ممارسة هذه التمارين بانتظام وعدم التخلي عنها. وحينها فقط يمكن تحقيق النتائج المطلوبة.

التهديدات الصحية العالمية التي تواجه المجتمع العالمي

أعلنت منظمة الصحة العالمية أن الفيروس التاجي المستجد تكيف مع الإنسان، ومع ذلك هو مستمر في التحور. وتقول ميليتا فونوفيتش ممثلة منظمة الصحة العالمية في روسيا في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء: "اكتشف الفيروس التاجي المستجد قبل 4 سنوات وما زال مستمرا في الانتشار. ومن الواضح أن الفيروس تكيف مع البشر من أجل الاستمرار في الوجود. وبدأت مسببات أمراض الجهاز التنفسي الأخرى في الانتشار إلى جانب "كوفيد-19" مع حلول فصل الشتاء في أوروبا وآسيا الوسطى. مع العلم، لا يزال الفيروس التاجي المستجد منتشرا على نطاق واسع ويسبب إصابات شديدة ووفيات".

ووفقا لها، إن ما يقرب من نصف البلدان التي تقدم بيانات عن العلاج في المستشفيات لمنظمة الصحة العالمية تشهد زيادة في الإصابات وخاصة في فنلندا وسلوفاكيا وإيطاليا. وتقول، "كما نلاحظ لا يزال هذا الفيروس يتحور ويفسد حياتنا".

ويذكر أن وزير الصحة الروسي ميخائيل موراشكو، كان قد أعلن في وقت سابق أن الفيروس التاجي المستجد مستمر في التحور، بيد أن متغيراته الجديدة لا تتميز بالعدوانية، بل هناك بعض التغيير في سرعة انتشاره ولكنها ليست عصبية.

مخبر مرض السكري مع الفرج الثاني ألاما جيلينا

اكتشف فريق من العلماء ألية جديدة لتكيف انتشار مرض السكري من النوع الثاني. وفي تجارب على فئران بالمختبر، أظهر الباحثون أن حجب إنزيم معين يمكن أن يفتح طريقا جديدا لعلاج المرض. وفق ما نقل موقع New Atlas عن دورية The Cell.

يبدأ مرض السكري من النوع الثاني عندما يتوقف الجسم عن الاستجابة للإنسولين. ويقفد في نهاية المطاف القدرة على إنتاج ما يكفي من الهرمون. وبالتالي تظل مستويات الجلوكوز في الدم مرتفعة وقد تسبب مجموعة من المشاكل الصحية الخطيرة.

غير أن العلماء ما زالوا لا يفهمون تماما سبب توقف نظام الإنسولين عن العمل في المقام الأول.

إنزيم "سكان"

في الدراسة الجديدة، حدد فريق الباحثين من جامعة كيس ويسترن ريزيرف، إنزيمًا يلعب دورا مهما. والإنزيم، المعروف باسم SCAN، هو حامل يربط أكسيد النيتريك بالبروتينات، بما يشمل الإنزيم الذي يعمل كمستقبل لعمل الأنسولين. إن أكسيد النيتريك هو ناقل كيميائي رئيسي في الجسم، يساعد الدورة الدموية وينظم الهرمونات، بما يشمل الأنسولين. لكن الفريق اكتشف نشاطا متزايدا لإنزيم "سكان" في كل من الفئران والبشر المسنين بدءا من السكري. وعلى العكس من ذلك، بدا أن الفئران المعدلة وراثيا التي تقلل من إنزيم "سكان" محمية من تأثيرات مرض السكري.

في السياق قال جوناثان ستامر، الباحث الرئيسي في الدراسة، "قد أظهرنا أن حجب هذا الإنزيم يحمي من مرض السكري، إلا أن الآثار تعد للعديد من الأمراض التي يحتمل أن تكون ناجمة عن إنزيمات جديدة تضيف أكسيد النيتريك"، مشيفا أن "حجب هذا الإنزيم قد يقدم علاجا جديدا".

مرحلة مبكرة للغاية

وقد ربطت المستويات العالية من أكسيد النيتريك بالعديد من الحالات الصحية، مثل مرض الشريان التاجي، لكن كونه جزءا فعاليا يجعل من الصعب استهدافه بشكل مباشر. غير أن نتائج الدراسة الجديدة تظهر أن البحث عن إنزيم ذي صلة يمكن أن يفتح طريقة جديدة تماما لعلاج السكري والأمراض الأخرى. بيد أنه لا يزال البحث مبكرا للغاية ويترجم القيام بالكثير من العمل لتحقيق في كيفية استهداف إنزيم "سكان".

دراسة "حارقة" تكشف أنفق الترم تهدد الترم خسر لا علاج له

نشر خبراء في الأكاديمية الأميركية لطب الأعصاب، مؤخرا، بحثا يشير إلى أن الاستيقاظ باستمرار طوال الليل قد يكون مرتبطا بتطور الخرف لاحقا.

ومنذت الورقة البحثية، التي نُشرت في مجلة علم الأعصاب على الإنترنت، بـ "العلاقة بين انتظام النوم والخرف الناتج عن الحوادث وحجم الدماغ".

وجاء في مقدمة البحث، "كان الهدف من هذه الدراسة هو تقييم العلاقة بين انتظام النوم، أي الاتساق اليومي في أنماط النوم والاستيقاظ وخطر الإصابة بالخرف والأنماط الداخلية المرتبطة بالتصوير بالرنين المغناطيسي للدماغ".

وتابعت الدراسة أكثر من ٨٨ ألف مشارك في المملكة المتحدة لمدة ٧ سنوات. وكان متوسط عمر المشاركين ٦٢ عاما.

ووجدت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من عدم انتظام نومهم كانوا أكثر عرضة بنسبة ٥٣ بالمائة للإصابة بالخرف، مقارنة مع أصحاب النوم المنتظم.

وقال مؤلف الدراسة مايكو يول نيس، من جامعة موناش في ميلبورن الأسترالية، إن الأشخاص الذين يعانون من عدم انتظام النوم قد يحتاجون إلى تحسين انتظام نومهم لتوقيته من الخرف. وأضاف أن هناك "حاجة لأبحاث مستقبلية تأكيد النتائج التي توصلنا إليها". من جهتها، ذكرت الأكاديمية الأميركية لطب الأعصاب، "الدراسة لا تثبت أن عدم انتظام النوم يسبب الخرف، إنها تظهر فقط العلاقة".



علماء يوضحون تأثير النوم الزائد أيام العطلة في الصحة



يوضح للعلماء أن النوم الإضافي، في عطلة نهاية الأسبوع، يمكن أن يخفض من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتشير صحيفة Daily Mail إلى أن باحثين من جامعة نانجينغ الطبية الصينية، تابعوا حالة ٣١٠٠ شخص لتحديد كيفية تأثير دورات النوم في الصحة.

ووفقا لنتائج هذه الدراسة، إن الأشخاص الذين لم يحصلوا بانتظام على قسط كاف من النوم خلال أيام العمل في الأسبوع ثم ناموا بضع ساعات إضافية في أيام عطلة نهاية الأسبوع، انخفض لديهم خطر الإصابة بالنبويات القلبية بنسبة ٦٣ بالمائة.

أما الأشخاص الذين لم يعمدوا قلة النوم في أيام العطلة، إزداد لديهم

ما علاقة "التصفح السلبي" لوسائل التواصل الاجتماعي بالصحة العقلية؟



كشفت دراسة جديدة أن تصفح وسائل التواصل الاجتماعي دون الإحباط أو التعليق على المنشورات قد يرتبط بوجود حالة سحية عقلية مقلقة.

ووجد باحثون من جامعة الصين المركزية للعلمين أن الذين يستخدمون المنصات الاجتماعية "بشكل سلبي" هم الأكثر ميلا للمعاناة من القلق الاجتماعي مقارنة بالذين يستخدمونها بنشاط. مثل تحميل المنشورات ومشاركة أحداث الحياة. وأجرى الفريق استطلاعا للرأي شمل أكثر من ٥٠٠ طالب جامعي حول سحتهم العقلية واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. ووجد أن "المتصفحين" كانوا أكثر خوفا من المواقف غير المألوفة في حياتهم الواقعية.

ومن ناحية أخرى، وجد الفريق أن أولئك الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي بنشاط كان لديهم المزيد من الدعم الاجتماعي وتحسين نوعية المساعدة.

وشملت الدراسة، التي نُشرت في مجلة BMC Psychology، نحو ٥٧١ طالبا من مقاطعة شانشي ومقاطعة هوبي في الصين في الفترة من ماي إلى يونيو ٢٠٢٢. وأكملت المجموعة استبيانات تقيس الانفتاح والاستخدام النشط والسلبي لوسائل التواصل الاجتماعي والتقييم الذاتي والقلق الاجتماعي.

ولقياس الانفتاح، طُلب من المشاركين ترتيب سلسلة من العبارات، واحدة تشير إلى عدم الموافقة بشدة وأخرى تشير

ماذا يحدث لأسنانك مع تقدمك في العمر؟

تخضع أسناننا، مثل أجسادنا، للتغيرات المرتبطة بالعمر. فعندما يحدث لها فعلا مع مرور الوقت، وكيف يمكن الحفاظ على صحتها بشكل جيد.

كشف الخبراء أن تاج السن يغطى بطبقة من المينا الصلبة التي تحيط بالعاج البني الناعم، الذي يحمي القلب في المركز. وتتكون المينا من خيوط هشة متجمعة على شكل قرص لتفاعل مع الضوء لتجعل الأسنان تبدو براقية.

ويشكل العاج الموجود تحت المينا معظم تاج الأسنان وجذرها. ويتكون من الكولاجين والمعادن والماء والبروتينات. كما يحتوي القلب على أوعية دموية وأعصاب تتواصل مع باقي أجزاء الجسم.

ويوجد في معدن العاج والكولاجين أنابيب صغيرة مترابطة لتشكل بواسطة خلايا متخصصة تسمى الخلايا السنية، التي تستقر حول القلب بمجرد أن تتشكل أسناننا بالكامل.

كيف تتغير أسناننا مع تقدمنا في السن؟ بسبب عدم قدرتها على التجدد، تصبح أسناننا هشة وعرضة للكسر. خاصة تلك التي تحتوي على خطوط متشققة أو حشوات كبيرة.

ومع مرور الوقت، يرق السطح الخارجي للمينا ليكشف عن العاج العظم نسبيا، الذي يصبح داكنا مع تقدمنا في العمر. ويصبح العاج داكنا لأن نسيج الكولاجين يتصلب وينكمش. ويمتلئ السائل الموجود في الأنابيب بالمعادن.

وتعلا جزئيات الطعام والشراب الضخمة الدقيقة وخطوط الشقوق الدقيقة المرتبطة بالعمر، والتي تمتد إلى أعلى وأسفل المينا لتغير لونها وتصفيها.

وفيما يلي سبع نصائح لتجنب تراجع الأسنان:

- «تجنب الأطعمة الصلبة»
- «تجنب استخدام أسنانك لتفتيح العيونات أو طحن الأطعمة الصلبة جدا»
- «الضغط بالتساوي بين الأسنان»
- إذا كنت تقطع الخضراوات أو الفواكه، فينبغي مضغ الطعام بدقة شديدة بحيث يمكن استخدام الأسنان الثقيلة.
- ويمكن دعم عملية الشغ من خلال استبدال الأسنان المفقودة بالرسور أو الغرسات أو أطقم الأسنان.

الحفاظ على المينا

قلل من فقدان المزيد من المينا وصاح الأسنان عن طريق اختيار فرشاة أسنان ذات شعيرات ناعمة ومعاين أسنان جيدة.

ويمكن لبعض معاجين الأسنان المبيضة أن تكون كاشطة، ما قد يؤدي إلى خشونة وتآكل أسطح الأسنان.

كما ينبغي الحد من التعرض للأحماض الموجودة في الطعام (مثل الليمون أو خل التفاح) أو المرض (الارتجاع أو القيء)، حينما أمكن ذلك للحفاظ على المينا ومنع تآكلها.

تعزيز اللعاب

يعد اللعاب مهما لتعزيز عملية الشغ والبلع والتحدث. لكن نوعية وكمية اللعاب لدينا تنخفض بسبب التغيرات المرتبطة بالعمر في الغدد اللعابية، وكذلك بعض الأدوية الموصوفة لعلاج الأمراض المزمنة، مثل الاكتئاب والارتفاع ضغط الدم.

تحدث إلى طبيبك حول خيارات الأدوية المتاحة لتحسين اللعاب أو إدارة مرض الارتجاع لمنع التآكل.

علاج أمراض اللثة

من الناحية الجمالية، يؤدي علاج أمراض اللثة إلى تقليل انكماش اللثة (الحسارها) الذي يكشف عادة جذور الأسنان الداكنة نسبيا.

دراسة تربط بين "الترنك السريع" والزيجات السريعة

ربطت دراسة جديدة بين جاذبة الطاعون المثالية، المعروفة باسم الموت الأسود، والتغيرات في الميكروبات الحيوية الضمنية البشرية.

وكشفت نتائج الدراسة أن الموت الأسود ربما ساهم في حثا للجراثيم السريعة اليوم.

وأدت جاذبة الطاعون الثانية في منتصف القرن الرابع عشر إلى مقتل ما يصل إلى ٦٠٪ من سكان أوروبا. وتسببت في الحمى والتعب والتيء بالإضافة إلى تورمات كبيرة ومؤلمة تسمى الدبل في الضلخين والرقبة والابطين والفخذ.

ولم توثق لداعيات حدث الوفيات الجماعية هذا جيدا، لكن دراسة حديثة من ولاية بنسلفانيا وجامعة أديلويد تلقى ضوءا جديدا على إرث الموت الأسود وأشارت إلى أنه قد يكون مرتبطا بجراثيم للجويات السريعة اليوم. بسبب التغيرات الجاسلة في النظام الغذائي والنظافة خلال تلك الفترة.

وكشف تحليل لويحات الأسنان المتكسدة من الهياكل العظمية التي تعد لألاف السنين أن البكتيريا السائدة الموجودة في أفواهها اليوم ترتبط بالنظم الغذائية منخفضة الألياف وغالية الكربوهيدرات، وكذلك استهلاك الألبان. وقالوا إن كل هذه العوامل تميز النظم الغذائية الحديثة، مثل الوجبات السريعة. وربما تكون الأحداث العالمية، مثل الموت الأسود، قد أدت إلى هيمنة هذه البكتيريا.

ويعتقد أن التغييرات في النظام الغذائي والنظافة في جميع أنحاء المناطق التي شهدت الطاعون قد أثرت على الميكروبيوم الضمني لدينا. وهو مجتمع الكائنات الحية الدقيقة، ومعظمها من البكتيريا، الموجودة في أفواهنا.

ومن المعروف أن هذا الخليط من البكتيريا داخل الجسم مرتبط بصحة المناعة والقلب والدماغ. ولكن يمكن أن يرتبط أيضا بأمراض معينة. وقالت البروفيسورة لورا ويريش، من ولاية بنسلفانيا، "ترتبط الميكروبيومات الحديثة بمجموعة واسعة من الأمراض المزمنة، بما في ذلك السمنة وأمراض القلب والأوعية الدموية وضعف الصحة العقلية. إن الكشف عن أصول هذه المجتمعات الميكروبية قد يساعد على فهم هذه الأمراض وإدارتها".

وقامت لورا وفريقها بجمع مواد من أسنان ٢٣٥ شخصا دفنوا في ٢٧ موقعا أثريا في إنجلترا واسكتلندا من نحو ٢٢٠٠ قبل الميلاد إلى ١٨٣٥ بعد الميلاد.

وبعد فحص العينات، حددوا ٩٥٤ نوعا ميكروبيا في مجتمعات مختلفة من البكتيريا. وسيطر على أحدها جنس البكتيريا "Streptococcus"، وهي شائعة في أفواه الأشخاص المعاصرين، والآخر سيطر عليه جنس Methanobrevibacter، الذي يعتبر الآن منقرضا إلى حد كبير لدى الأشخاص الأصحاء.

لماذا تتشقق الشفاه في الشتاء؟



يقال باولز إن التعرض المستمر للهواء الجاف يؤدي إلى جفاف جلد الشفاه الجساس، ما يؤدي إلى تشققها وتقرحها ونزيفها. وهي حالة تعرف علمياً باسم التهاب الشفة الشائع.

ويُحذر حيناً من تقري محاولة تخفيف ذلك عن طريق ترطيب الشفتين بلعاب الفم، إلا أن هذا قد يؤدي في الواقع إلى تفاقم المشكلة. لأن اللعاب يحتوي على إنزيمات هضمية. مثل الأميليز، الذي يحول النشويات إلى سكريات، واللياز، الذي يساعد على هضم الدهون.

وقال باولز، "عندما تلغق شفتيك، فإن اللعاب يزيل الطبقة الواقية الزيتية الطبيعية التي تساعد في الحفاظ على صحة شفتيك". ومع مرور الوقت، يمكن لهذه الإنزيمات أن تلحق الضرر بجلد الشفاه نفسه وتساهم في الجفاف.

ويمكن أن يؤدي انسداد الأنف، وهو السمة المميزة موسم البرد والإنفلونزا في الشتاء، إلى تعرض الشفاه لعاب زائد عن طريق إجبار الشخص على التنفس من خلال فمه، وفقاً لمراجعة عام ٢٠٢٠ في المجلة الدولية للأمراض الجلدية التناسلية.

ويمكن تخفيف الجفاف باستخدام مرطب الشفاه أو المرهم أو جهاز ترطيب الشفاه.

يعاني معظم الناس من جفاف وتشقق الشفاه في فصل الشتاء، ما يدفع البعض للسؤال عن السبب الكامن وراء ذلك.

وبهذا الصدد، قال الدكتور لوك باولز، الطبيب المقيم في لندن والمدير السريري المساعد لعيادات Bupa الصحية، "إن الجلد الموجود على شفتيك يحتوي على حاجز وقائي أرق مقارنةً ببقيّة الجلد على وجهك، ما يجعله أكثر عرضة للجفاف".

وبدءاً من "الحدود القرمزية"، الجلد الحاد الذي يفصل بين أنسجة الشفاه وبقيّة الوجه، تكون الأنسجة مشابهة للشفاه المخاطي الذي يبطّن الفم من الداخل، وتتكون من ثلاث إلى خمس طبقات فقط من الأنسجة ولا يحتوي على أي من بصيلات الشعر أو القدد العرقية الموجودة في أي مكان آخر بالوجه. وفقاً للمصدر الطبي StatPearls.

وقال باولز، "إن الطبقات الجلدية من الجلد على وجهك هي أكثر سمكا بست مرات من تلك الموجودة على شفتيك، وتحتوي شفتيك أيضاً على عدد أقل من القدد الدهنية مقارنةً بأجزاء أخرى من الجسم". ويحدث جفاف الشفاه خلال فصل الشتاء، عندما يصبح الهواء الخارجي أكثر برودة وأقل رطوبة، مع تشجيع الناس للتدفئة في منازلهم وشركاتهم.

حامل مفاجئ يزيده مع خطر الإصابة بخطر القلب



يعد تجلط الدم أو تخثر الدم وسيلة تمنع النزيف في حالات الجروح، وعلى الرغم من أن هذه الاستجابة مفيدة لصحتنا، إلا أنه في بعض الحالات قد تكون الجلطات مهددة للحياة.

وعندما تظهر كتل تشبه الهلام في الأوردة والشرايين دون مبرر، فإنها يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بالتهابات القلبية والسكتات الدماغية.

وما يشير القلق أن درجة الحرارة الخارجية يمكن أن تلعب دوراً في هذه العملية، وفقاً لأحد الخبراء.

والتغيرات المفاجئة في درجة الحرارة، كما هو الحال عندما يدخل الناس إلى مبنى دافئ بعدما كان خارجاً في البرد، يمكن أن تسبب الاجهاد الحراري للجسم.

وهذا يمكن أن يجعل جسمك يعمل بجهد أكبر للحفاظ على درجة حرارة ثابتة.

ويمكن أن تتأثر لزوجة الدم أيضاً، فيصبح أكثر لزوجة وأكثر عرضة للتجلط، وفقاً للبروفيسور مارك وايتلي، استشاري جراحة الأوردة ومؤسس عيادة "وايتلي".

وأوضح البروفيسور وايتلي أن خطر الإصابة بالتهابات القلبية يمكن أن يزيد في الطقس البارد، قائلاً، "قد يكون هذا بسبب زيادة التخثر في الشرايين التاجية، ولكن يمكن أن يكون أيضاً بسبب زيادة مقاومة شع الدم حول الجسم في الطقس البارد عندما تضيق جميع الشرايين لتقليل فقدان الحرارة من الجلد، ما يجعل القلب يعمل بجهد أكبر. لذلك، لم يثبت أن هذا يرجع بالتأكيد إلى تخثر الدم، ومن المثير للاهتمام أنه لا يبدو أن هناك فرقاً كبيراً بين الصائدين بأمراض القلب التاجية الذين يمارسون الرياضة في الطقس العادي أو الطقس البارد، ما يشير إلى أن التمارين المعتدلة في الطقس البارد ليست خطيرة على الأقل وقد تكون مفيدة".

وأضاف الخبراء أن الطقس البارد يرتبط أيضاً بزيادة خطر الإصابة بنوع مختلف من جلطات الدم، وهو الانسداد الرئوي. ويحدث الانسداد الرئوي عندما تسد جلطة دموية تدفق الدم إلى شريان في الرئة وتوقفه. ومع ذلك، أضاف البروفيسور وايتلي أن تجلط الأوردة العميقة، وهو جلطات الدم في الأوردة العميقة، من المرجح أن يحدث مع انخفاض درجات الحرارة.

كما تحذر الأبحاث المنشورة في مجلة International Angiology عن أن درجات الحرارة المنخفضة تزيد "مرتبطة بشكل كبير" بجلطات الأوردة العميقة.

ونظرت الدراسة إلى المرض الذي لم يدخلهم إلى المستشفى بسبب الإصابة بتجلط الأوردة العميقة في شتاتين، الصين، خلال فترة عشر سنوات.

وأظهرت النتائج أن درجات الحرارة المحيطة المنخفضة كانت مرتبطة بأعراض الإصابة بتجلط الأوردة العميقة، مع تأخير تأثيرات البرد في بعض الأحيان لمدة تصل إلى أسبوع واحد. ولحسن الحظ، أوضح البروفيسور وايتلي كيفية تقليل خطر التجلط في الأشهر الباردة إلى الحد الأدنى، قائلاً، "من الواضح أنه من الخطأ البقاء دافئاً أن أمكن، يجب تجنب التدخين لأن النيكوتين يسبب تشنج الشرايين ويزيد من البروتينات التي يمكن أن تزيد من خطر تخثر الدم. وعلى المدى الطويل، يؤدي التدخين أيضاً إلى إتلاف جدران الأوعية الدموية عن طريق التسبب في الالتهاب. والتمارين مفيدة دائماً لأن التدفق الجيد للدم عبر الأوعية الدموية يحافظ على صحة جدار الأوعية الدموية ويقلل من خطر أي تجلط دم داخل الوعاء".

دراسة تفجر مفاجأة... لماذا التمارين يقلل من خطر الخرف؟

لأول مرة توصل علماء إلى عامل مهم يقلل من خطر الإصابة بالخرف بشكل مبكر وتفاذي الإصابة به وتدارك أعراضه بل خفضها.

فقد اكتشف علماء بريطانيون لأول مرة أن خطر الإصابة بمرض الخرف، الذي تبدأ أعراضه قبل سن ٦٥ عاماً، يمكن أن يقل أو ينخفض بتناول جرعة يومية من فيتامين "د"، بحسب تقرير نشره موقع "ديلي تلغراف".

وكان يُعتقد في السابق أن المرض ناجم عن "الجينات فقط، ولم يكن هناك ما يمكن أن يفعله الناس لتقليل مخاطر الإصابة به.

عوامل عديدة للإصابة بالخرف

مع ذلك، وفقاً لأحد التحليلات، يمكن أن يؤدي نقص فيتامين د والاكتئاب وتاريخ الإصابة بالسكتة الدماغية إلى زيادة خطر الإصابة بالخرف المبكر، في حين أن تعاطي الكحول والعزلة الاجتماعية وضعف السمع وأمراض القلب يزيد أيضاً من المخاطر. ووجد باحثون من جامعة إكستر ١٥ عاملاً مرتبطاً بتمتع الحياة والصحة يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بهذه الحالة. كذلك قال العلماء إن معظمها قابلة للتعديل، وهي نفس الأشياء التي تزيد أيضاً من خطر الإصابة بالخرف الطبيعي.

وحللت الدراسة، التي نشرت في مجلة JAMA Neurology، بيانات من أكثر من ٣٥٠ ألف شخص مسجلين في مشروع البنك الحيوي في المملكة المتحدة، ووجدت ما مجموعه ٤٨٥ حالة من الخرف المبكر.

١٠ ميكروغرامات يومي

ونلوسي هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) في بريطانيا كل شخص فوق سن الرابعة يتناول مكملات فيتامين د اليومية بمقدار ١٠ ميكروغرامات إذا كانوا غالباً في الداخل أو لا يتعرضون لأشعة الشمس.

ويصلع الجسم فيتامين د بعد التعرض لأشعة الشمس، وقد يواجه الأشخاص ذوو البشرة الداكنة صعوبة في إنتاجه مثل الأشخاص ذوي البشرة الفاتحة، ويتم تصنيف الخرف قبل سن ٦٥ عاماً على أنه "خرف بداية الشباب" وهو حالة تؤثر على أكثر من ٧٠ ألف شخص في المملكة المتحدة.

دراسة:

صدمة مالية مفاجئة قد تزيد خطر الخرف!



قد تؤدي الصدمة المالية المفاجئة في منتصف العمر، مثل فقدان وظيفة أو معظم مدخراتك، إلى زيادة خطر الإصابة بالخرف.

ويبدو أن الضغط الناتج عن خسارة مبلغ كبير من المال يؤدي إلى تسريع التدهور المعرفي، على الأقل لدى الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين ٥٠ إلى ٦٥ عاماً.

وحللت دراسة شملت ٨٠٠٠ شخص، حالات الأفراد الذين فقدوا نحو ٦٧٪ من إجمالي ثروتهم على مدى عامين. وبالمقارنة بالأشخاص الذين ظل وضعهم المالي مستقرًا، فإن أولئك الذين يعانون من صدمة مالية كانوا أكثر عرضة بنسبة ٢٧٪ للإصابة بالخرف.

وتابعت الدراسة الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن ٥٠ عاماً في الولايات المتحدة، لمدة تصل إلى ١٤ عاماً في المتوسط لمعرفة ما إذا كانوا مصابين بالخرف.

وأظهرت الاختبارات أن التدهور المعرفي لدى الأشخاص يتسارع إذا فقدوا مبلغًا كبيرًا من المال.

لكن العلاقة بين الصدمة المالية المفاجئة والتدهور المعرفي والخرف شوهدت فقط لدى الأشخاص حتى سن ٦٥ عاماً، وليس لدى الأشخاص الأكبر سنًا. ويقول معدو الدراسة، بقيادة كلية الطب بجامعة تشيكاغو في الصين، إن الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن ٦٥ عاماً قد يتعاملون بشكل أفضل مع أحداث الحياة الجيدة.

وقال الدكتور جينغ جو، كبير معدي الدراسة، "بعد تجربة صدمة الثروة السلبية، قد يضطر الناس إلى التخلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الثروة المحدودة، والخفاس مستويات ممارسة الرياضة البدنية بسبب الاكتئاب، فضلاً عن عدد أقل من الأنشطة الاجتماعية بسبب محدودية الوقت الترفيهي".

وتبين سابقاً أن كارثة مالية مفاجئة ترفع ضغط الدم لدى الأشخاص وتزيد السلبية، قد يضطر الناس إلى التخلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الثروة المحدودة، والخفاس مستويات ممارسة الرياضة البدنية بسبب الاكتئاب، فضلاً عن عدد أقل من الأنشطة الاجتماعية بسبب محدودية الوقت الترفيهي".

وقال الدكتور يانزي لي، الذي قاد الدراسة من جامعة "سن يات سن" في الصين، "إن الرفقة التي توفرها الحيوانات الأليفة قد تقلل من الشعور بالوحدة وتزيد من الرفاهية، في حين أن أخذ الكلاب للتزهر قد يساعد على مقابلة أشخاص آخرين، من خلال وجود موضوع مشترك للحادثة. وأظهرت نتائجنا أن أصحاب الحيوانات الأليفة كانوا أقل عرضة للعزلة الاجتماعية، وهو أمر جيد للسمع ويقلل من معدل التدهور المعرفي".

وتابع، "قد يحصل أصحاب الكلاب أيضاً على مزيد من التمارين الرياضية من خلال المشي والنوم بشكل أفضل بعد التعب من هذا المشي، ما قد يساعد في تحسين الوظيفة الإدراكية".

وأضاف، "أي نوع من الحيوانات الأليفة يبعث على الهدوء والاسترخاء ويمكن أن يخفف من التوتر والقلق في حين أن الاعتناء بها وإطعامها يمكن أن يوفر إحساساً بالوجود لأصحابها، وهو أمر مهم جداً لصحة الدماغ".

التهديدات في الجسم، ما قد يضر الدماغ ويسرع فقدان الذاكرة في وقت لاحق من العمر.

ويؤدي فقدان المال أيضاً إلى زيادة خطر الإصابة بالاكتئاب والترابط بالخرف.

نشرت الدراسة في مجلة JAMA Network Open.

السلبية، قد يضطر الناس إلى التخلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الثروة المحدودة، والخفاس مستويات ممارسة الرياضة البدنية بسبب الاكتئاب، فضلاً عن عدد أقل من الأنشطة الاجتماعية بسبب محدودية الوقت الترفيهي".

وتبين سابقاً أن كارثة مالية مفاجئة ترفع ضغط الدم لدى الأشخاص وتزيد السلبية، قد يضطر الناس إلى التخلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الثروة المحدودة، والخفاس مستويات ممارسة الرياضة البدنية بسبب الاكتئاب، فضلاً عن عدد أقل من الأنشطة الاجتماعية بسبب محدودية الوقت الترفيهي".

٦٥ عاماً، وليس لدى الأشخاص الأكبر سنًا. ويقول معدو الدراسة، بقيادة كلية الطب بجامعة تشيكاغو في الصين، إن الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن ٦٥ عاماً قد يتعاملون بشكل أفضل مع أحداث الحياة الجيدة.

وقال الدكتور جينغ جو، كبير معدي الدراسة، "بعد تجربة صدمة الثروة السلبية، قد يضطر الناس إلى التخلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الثروة المحدودة، والخفاس مستويات ممارسة الرياضة البدنية بسبب الاكتئاب، فضلاً عن عدد أقل من الأنشطة الاجتماعية بسبب محدودية الوقت الترفيهي".

خبرة تكشف عواقب

التسمم الكحولي

أوضحت البروفيسورة تاليانا كليمنكو مديرة المركز العلمي الوطني لتعلم المخدرات، أن التسمم الكحولي يسبب مجموعة كبيرة من الاضطرابات العصبية والنفسية والجسدية. وتشول البروفيسورة في حديث لصحيفة "زيفستيا"، "أظهرت دراسات علمية أنه حتى تناول الحد الأدنى من الكحول له آثار ضارة على المدى الطويل. لأن الكحول يسل عبر مجرى الدم إلى جميع الأعضاء الداخلية، والكبد والبنكرياس والجهاز البولي والدماغ والقلب - كل شيء يعاني، أي يزداد خطر الإصابة كثيراً باحتشاء عضلة القلب أو الجلطة الدماغية".

وتضيف، "إن الاستهلاك المتكرر للكحول وخاصة خلال أيام العمل والأعياد، يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة ليس فقط على الصحة، بل وأيضاً على العلاقات مع الأحباء".

كيف يؤثر امتلاك حيوان أليف على حالة مرتبطة بالشيخوخة؟



وكانت دراسات سابقة قد أشارت إلى أن الأشخاص الذين يمتلكون حيوانات أليفة يكونون أسرع ذهنياً ويتمتعون بوظيفة تنفيذية أفضل، ما يساعد على التخطيط وحل المشكلات.

لكن الأدلة متضاربة، وهناك حاجة إلى مزيد من الاختبارات لإظهار أن امتلاك حيوان أليف يبطئ التدهور المعرفي بشكل عام، حيث اختبرت الدراسة الحالية الأشخاص فقط تقدراتهم في اللغة. وعلى الرغم من أن الانخفاض البطيء في مهارات التفكير لدى أصحاب الحيوانات الأليفة من المرجح أن يعني انخفاض خطر الإصابة بالخرف، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من الأدلة على ذلك أيضاً.

وفي الواقع، كان معدل الانخفاض مماثلاً تقريباً لدى أصحاب الحيوانات الأليفة الذين يعيشون بمفردهم مثل الذين لديهم حيوانات أليفة ويعيشون مع شريك أو أشخاص آخرين.

وهذا يعني أن مجرد امتلاك حيوان أليف يمكن أن "يعوض تماماً" المعدل الأسرع للانخفاض في الذاكرة اللفظية والطلاقة لدى الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم، والذين عادة ما يكون لديهم عدد أقل من المحادثات اليومية والتحفيز الذهني. وتأتي هذه النتائج في أعقاب أدلة سابقة على أن امتلاك حيوان أليف يجعل الناس يشعرون بعزلة أقل، يصرف النظر عن الفوائد الصحية الأخرى الناجمة عن أخذ كلب للتزهر كل يوم.

ومن بين ٧٩٦٥ من كبار السن الذين شملتهم الدراسة، كان أكثر من ثلثهم يمتلكون حيوانات أليفة ونحو ٢٧٪ يعيشون بمفردهم.

وتم اختبار ذاكرتهم اللفظية من خلال إعطائهم قائمة من الكلمات ومطابقتهم بتذكرها، على الفور وبعد فترة، في حين تم قياس الطلاقة اللفظية من خلال مطالبة الأشخاص بإدراج أكبر عدد ممكن من أسماء الحيوانات في غضون دقيقة واحدة.

وسجل الذين يعيشون بمفردهم وكان لديهم حيوانات أليفة، معدل تراجع أبطأ في مهاراتهم اللفظية حتى بعد مراعاة العوامل التي يمكن أن تؤثر على صحة الدماغ، مثل العمر وبعض الحالات الطبية ومستويات ممارسة الرياضة.

ارتبط امتلاك الحيوانات الأليفة بمعدلات أبطأ من التدهور المعرفي بين كبار السن الذين يعيشون بمفردهم، وفقاً لدراسة نشرت في JAMA Network Open.

ووجدت بعض الدراسات أن هناك علاقة بين العيش وحيداً وزيادة خطر الإصابة بالخرف، لكن الدراسة الحديثة التي أجريت على ما يقارب ٨٠٠٠ مشارك تشير إلى أن امتلاك حيوان أليف يمكن أن يقلل من هذا الخطر، من خلال جعل الناس أقل وحدة.

ونظر الباحثون في بيانات المشاركين الذين يعيشون في إنجلترا والذين تزيد أعمارهم عن ٥٠ عاماً، وسئلوا عما إذا كانوا يعيشون مع حيوان أليف، وأجروا اختبارات على ذاكرتهم في ما يتعلق بالكلمات والطلاقة اللفظية.

ومن الطبيعي أن تسوء الذاكرة اللفظية مع تقدمنا في السن، لكن هذا الانخفاض كان أبطأ لدى الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم والذين لديهم حيوانات أليفة.

وقال الدكتور يانزي لي، الذي قاد الدراسة من جامعة "سن يات سن" في الصين، "إن الرفقة التي توفرها الحيوانات الأليفة قد تقلل من الشعور بالوحدة وتزيد من الرفاهية، في حين أن أخذ الكلاب للتزهر قد يساعد على مقابلة أشخاص آخرين، من خلال وجود موضوع مشترك للحادثة. وأظهرت نتائجنا أن أصحاب الحيوانات الأليفة كانوا أقل عرضة للعزلة الاجتماعية، وهو أمر جيد للسمع ويقلل من معدل التدهور المعرفي".

وتابع، "قد يحصل أصحاب الكلاب أيضاً على مزيد من التمارين الرياضية من خلال المشي والنوم بشكل أفضل بعد التعب من هذا المشي، ما قد يساعد في تحسين الوظيفة الإدراكية".

وأضاف، "أي نوع من الحيوانات الأليفة يبعث على الهدوء والاسترخاء ويمكن أن يخفف من التوتر والقلق في حين أن الاعتناء بها وإطعامها يمكن أن يوفر إحساساً بالوجود لأصحابها، وهو أمر مهم جداً لصحة الدماغ".

دراسة ضخمة الترافع كبريك الإعجاب في هذه الشخصية في العشر والاف

وجدت دراسة جديدة أن ٧٤ مشكلة صحية ترتبط بعدم الانجاب في وقت لاحق من الحياة، عند تشخيص إصابتك بها في مقتبل العمر.

وحدد الباحثون في جامعتي هارفارد وأكسفورد أن مشاكل الصحة السلوكية، مثل إدمان الكحول والقمار، كان لها التأثير الأكبر على عدم الانجاب بين الرجال الذين تم تشخيصهم في العشرينات من العمر.

ولبين أن النساء لا ينبغي إطلاقاً على الأرجح بسبب أمراض القاعة الذاتية والتهابات مثل التصلب المتعدد واضطرابات القلب والأوعية الدموية ومرض السكري من النوع ٢. عند تشخيصهم في أوائل العشرينات من عمرهم.

وتتكون القائمة الطويلة من ٧٤ حالة مختلفة تزيد من احتمالات عدم الرجل أو المرأة في وقت لاحق من الحياة، بما في ذلك اضطرابات سلوكية وإصابات مثل القمار والنشل الدماغي، وإدمان الكحول والخدرات واضطراب الشخصية المعادية للمجتمع.

وتشمل الحالات الأخرى غير العقلية التي ارتبطت أيضاً بزيادة معدلات عدم الانجاب، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات تخثر الدم والعدوى المبلية وعدم انتظام فترات الحيض. وشملت أقوى العوامل المؤثرة على القدرة على الانجاب في المستقبل، العيوب الخلقية والاضطرابات الأخرى منذ الولادة، ومشاكل الصحة العقلية والاضطرابات التي تؤثر على الجهاز العصبي، مثل مرض التصلب العصبي المتعدد والتهاب المفاصل عند الأطفال.

وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات ١.٤ مليون امرأة - ولدت بين عامي ١٩٥٦ و ١٩٧٣ - و١.١ مليون رجل - ولدوا بين عامي ١٩٥٦ و ١٩٦٨.

وكانت النساء اللاتي تراوحت أعمارهن بين ١٦ و ٢٠ عاماً عندما تم تشخيص إصابتهن بالسمعة، أكثر عرضة لتعلم مقارنة بالنساء اللاتي تم تشخيصهن في مرحلة البلوغ المبكر. وقال الباحثون إن المشاكل العقلية كانت الأكثر تأثيراً بين الرجال، بينما شكلت المشاكل الأيضية والقصد السماء مثل مرض السكري، التأثير الأكبر على معدلات عدم الانجاب لدى النساء.

وقالت الدكتورة أندريا جانا، مديرة معهد الطب الجزيئي بفنلندا (FIMM)، "من خلال تقييم دور العديد من أمراض الحياة المبكرة في عدم الانجاب لدى ٢.٥ مليون شخص في جميع أنحاء فنلندا والسويد، تمهد هذه الدراسة الطريق لفهم أفضل لحالة العقم".

وقال الدكتور أوكسينغ ليو، المعد الرئيسي للدراسة والباحث في جامعة هلسنكي، "تؤدي عوامل مختلفة إلى زيادة معدلات عدم الانجاب في جميع أنحاء العالم، حيث يكون تأجيل الانجاب مساهماً كبيراً قد يزيد من خطر العقم".

كرونا ١٠: الخطى حصى وكشف طبيعة العقم 1 No. 1

في نهاية غشت ٢٠٢٣، تم اكتشاف متحور جديد لفيروس كورونا في الولايات المتحدة، يحمل اسم JN.١. وتهدد العديد من البلدان ارتفاعاً كبيراً في عدد الإصابات بهذا المتحور، الطبيب والباحث في السياسات والنظم الصحية، الطبيب حمضي، يقدم تحليلاً شاملاً حول هذا المتحور وتأثيره على المجتمع والاقتصاد.

وسلط حمضي الضوء، في تصريح لوقع "إس إن آر تي نيوز"، على متحور JN.١ وبين حجم انتشاره السريع في بعض البلدان، مما يشير القلق بشأن مدى تأثيره على الصحة العامة.

وأوضح الطبيب حمضي أن متحور JN.١ هو فرع من سلالة أوميكرون، ويصنف على أنه متحور غير لاهتمام. يشرح أيضاً التطورات التي أدت إلى تصنيفه باعتباره متحوراً كاملاً وقدرته على التهرب من الاستجابة المناعية.

تشير المعلومات الواردة إلى أن أعراض متحور JN.١ تشبه سلالات أوميكرون الأخرى. ولكن لا يوجد دليل على زيادة في خطورته. وتناول الطبيب أيضاً تأثيراته المحتملة وما إذا كانت الطححات الحادية قادرة على التصدي له.

وأكد حمضي أن التفريق ما زال يقي من الأمراض الشديدة والوفيات، وشدد على أهمية التفريق لجميع الفئات العمرية. ومع ذلك، يشير حمضي إلى أنه قد يزيد انتشار المتحور JN.١ من إمكانية إصابة الأفراد حتى وإن كانوا تلقوا اللقاح.

وسلط الضوء على التحديات المتوقعة في الأسابيع المقبلة في المقرب وأماكن أخرى مشيراً إلى احتمال انضمام متحور JN.١ إلى أمراض الشتاء الأخرى، وأوضح الإجراءات الوقائية الممكنة. حيث قدم حمضي نصائح لفئات المعرضة للخطر، مشدداً على أهمية حماية الأفراد الأكثر ضعفاً. كما شدد على ضرورة اتخاذ الشباب إجراءات وقائية للحفاظ على سلامتهم وحماية الأشخاص حولهم.

وكشف حمضي الآثار المحتملة على الحياة الاجتماعية والاقتصادية نتيجة لتزايد الإصابات بمتحور JN.١. وسلط الضوء على أهمية احترام الإجراءات الوقائية لتقليل تأثيرها، ودعا إلى تحسين الإجراءات الوقائية، وشدد على ضرورة التفريق والتزام الجميع بالإرشادات الصحية للحفاظ على سلامة المجتمع في مواجهة تحديات متحور JN.١.

الاحتياطي مع الإقراض طويلة الأمد

وجدت دراسة جديدة أن الإنفلونزا يمكن أن تسبب أعراضاً طويلة الأمد معاناة لأعراض "كوفيد".

وكان المرضى الذين دخلوا المستشفى بسبب الإنفلونزا الموسمية أو كوفيد، أكثر عرضة لخطر الوفاة خلال الأشهر الـ ١٨ التالية. وكانت مشاكل الجهاز التنفسي هي الأكثر شيوعاً، مع احتمال دخول المرضى إلى المستشفى مرة أخرى إذا عانوا من أي من الحالتين. وقال الخبراء إن ذلك يظهر أهمية التطعيمات السنوية، خاصة لدى كبار السن والأكثر ضعفاً.

ويقول أحد الفروص الرئيسية المستفادة من "كوفيد" إن العدوى التي كان يعتقد في البداية أنها تسبب مرضاً قصيراً فقط، يمكن أن تؤدي أيضاً إلى مرض مزمن. ما دفع الباحثين من كلية الطب بجامعة واشنطن، إلى النظر في النتائج طويلة المدى لمرض "كوفيد" إلى جانب الإنفلونزا.

وحلوا أكثر من ٩٠ ألف سجل للمرضى لمدة تصل إلى ١٨ شهراً بعد الإصابة بأي من الفيروسين، مع مقارنة مخاطر الوفاة ودخول المستشفى، و٩٥ نتيجة صحية ضارة تتعلق بالنظافة الأعضاء الرئيسية في الجسم.

صدّات الطفولة تزيد من خطر الإصابة بأحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في العالم



أظهر باحثون أن الإيذاء الجسدي أو الجنسي أو العاطفي أو الإهمال، سواء كل منها على حدة أو مع حالات أخرى من صدمات الطفولة، يزيد من خطر الألام المزمن والإعاقة ذات الصلة في مرحلة البلوغ.

وتؤكد هذه النتائج الجديدة على الحاجة الملحة لمعالجة تجارب الطفولة السلبية (ACE)، وهي الأحداث المؤلمة المحتملة التي تحدث قبل سن ١٨ عاماً، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار ٧٥ عاماً، والتي شملت ٨٢٦٤٥٢ شخصاً بالغاً، وتكشف أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الصادمة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألام المزمن والإعاقة المرتبطة بالألام في مرحلة البلوغ، وخاصة أولئك الذين تعرضوا للإيذاء الجسدي.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر. ويشول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

لنسر دائرة الشدائد وتحسين النتائج الصحية على المدى الطويل لأولئك الأفراد الذين تعرضوا لصدّات الطفولة، وقد تؤثر حالات تجارب الطفولة السلبية على الطفل أو المراهق بشكل مباشر من خلال الإيذاء الجسدي أو الجنسي أو العاطفي أو الإهمال، أو بشكل غير مباشر من خلال التعرض لعوامل بيئية، مثل العنف المنزلي أو العيش مع بيئة تعاطي المخدرات أو فقدان الوالدين.

ويعد الألام المزمن أحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في جميع أنحاء العالم، ويمكن أن تؤثر الحالات المؤلمة طويلة الأمد، مثل آلام أسفل الظهر والتهاب المفاصل والصداع والصداع النصفي، على الأداء اليومي للشخص إلى درجة أنه لا يستطيع العمل أو تناول الطعام بشكل صحيح أو المشاركة في الأنشطة البدنية.

وأشارت الأبحاث السابقة إلى وجود علاقة بين التعرض لتجارب الطفولة السلبية والألام المزمن في مرحلة البلوغ. ومع ذلك، لا تزال هناك ثغرات في فهم هذا الارتباط.

وللمساعدة على معالجة هذه الثغرات، أجرى الباحثون مراجعة منهجية شملت ٨٥ دراسة، ومن بين تلك الدراسات، يمكن تجميع نتائج ٥٧ دراسة في التحليلات الوصفية. ووجدوا أن،

الأفراد الذين تعرضوا لتجارب الطفولة السلبية بشكل مباشر، سواء كان اعتداءً جسدياً أو جنسياً أو عاطفياً أو إهمالاً، كانوا أكثر ميلاً بنسبة ٤٥٪ للإبلاغ عن الألام المزمن في مرحلة البلوغ مقارنة بأولئك الذين لم يتعرضوا لهذه الأحداث.

وتؤكد هذه النتائج الجديدة على الحاجة الملحة لمعالجة تجارب الطفولة السلبية (ACE)، وهي الأحداث المؤلمة المحتملة التي تحدث قبل سن ١٨ عاماً، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار ٧٥ عاماً، والتي شملت ٨٢٦٤٥٢ شخصاً بالغاً، وتكشف أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الصادمة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألام المزمن والإعاقة المرتبطة بالألام في مرحلة البلوغ، وخاصة أولئك الذين تعرضوا للإيذاء الجسدي.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

ويؤيد المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسير، من كلية العلاج الطبيعي والمهني بجامعة ماكجيل في كندا، هذه النتائج مثيرة للقلق للغاية، خاصة وأن أكثر من مليار طفل نصف عدد الأطفال في العالم، يتعرضون لتجارب الطفولة السلبية كل عام، ما يعرضهم لخطر متزايد للإصابة بالألام المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة، وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم.

مَنوعات

مَنوعات

تظهر الودمة نتيجة احتباس السوائل في الجسم لأسباب مختلفة، بدءاً من اتباع نمط حياة غير صحي وانتهاء باضطرابات خطيرة في عمل أعضاء وأجهزة الجسم.

ووفقاً للدكتورة كاميليا تابيبيفا أخصائية القدم السماء والقلب الوقائي ومكافحة الشيخوخة، يمكن أن تظهر الودمة بسبب اضطراب عمل القلب والأوعية الدموية والجهاز البولي والغدد الليمفاوية والسماء والجهاز الهضمي.

وتقول في مقابلة مع Gazeta.RU، "تظهر الودمة غالباً بسبب قصور الوريدية وأمراض القلب - انتفاخ الأوردة (الدوالي). وأمراض القلب التي تسبب عدم انقباض عضلة القلب بالدرجة المطلوبة، ويحول الساء، يزداد تورم الساقين بسبب قصور القلب، وقد يكون مصحوباً بضعف أو عدم انتظام ضربات القلب أو ضيق في التنفس حتى أثناء الراحة أو عند بذل نشاط بدني بسيط".

ووفقاً لها، يمكن أن تظهر الودمة بسبب أمراض الكلى في الصباح وتختفي في المساء. ولكن في حالة وجود اضطرابات حادة في عمل الكلى يمكن أن تبقى طوال اليوم، وتكون مصحوبة عادةً بشحوب الجلد وجفافه.

وتقول، "أما في حالة أمراض الجهاز الهضمي، فتظهر الودمة بسبب اضطراب لدفق الدم، وغالباً ما تظهر على الأطراف، ويزداد التورم في المساء ويختفي عملياً في الصباح أو بعد الراحة".

وتسبب أمراض الجهاز الهضمي، مثل تليف الكبد، احتباس السوائل في الجسم، بالإضافة إلى ذلك، لا ينتج الكبد ما يكفي من البروتين، ما يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغط الدم الجرمي "ضغط الدم التناضحي الغروي" (المسؤول عن الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم)، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والتخدين والبطن بصورة خاصة".

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم السماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، بسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشاكل الغدة الدرقية عادةً أعراض مميزة، العناء والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

أنشطة تربوية وبرامج متنوعة في عدد من الجامعات

رائيا للريادة برعاية سمو الأميرة سمية بنت

الحسن. وخلال الحفل الختامي، كرّمت سمو الأميرة الفريق الفائز MargiClear من جامعة العلوم والتكنولوجيا، والذي يضم طلبة كلية الطب سارة أبو العيين ونور الزور وعامر

مقابلة، تقديرًا لمشروعهم الريادي الذي برز كأحد أهم المشاريع النوعية المشاركة هذا العام. ويقدّم مشروع MargiClear حلًّا ابتكارياً يعتمد على نظام مدعوم بالذكاء الاصطناعي قادر على تقييم هوامش الأورام خلال العمليات الجراحية بشكل فوري، بما يتيح للأطباء اتخاذ قرارات دقيقة أثناء الجراحة، ويقلل من الحاجة إلى عمليات إضافية، ويسهم في تحسين فرص الشفاء وجودة الرعاية الصحية.

وبمثل هذا الابتكار نقلة نوعية في دمج التكنولوجيا بالطب، إذ يوفر أداة تشخيصية سريعة وموثوقة تدعم تطبيقات الطب الدقيق (Precision Medicine).

وقد أُنبت المشروع تميزًا واضحًا خلال مراحل التحكم، سواء على صعيد الابتكار العلمي أو قابلية التطبيق أو الأثر الاجتماعي المتوقع.

كما جرى خلال الحفل، تكريم مركز التميز للمشاريع الإبداعية (CEIP) في جامعة العلوم والتكنولوجيا، تقديرًا لدوره كشريك رئيسي في تنظيم فعاليات أسبوع الريادة العالي، ولجهوده في تدريب الطلبة وبناء قدراتهم الريادية. ويعد المركز من أبرز الحواضن الجامعية الداعمة لتحويل الأفكار المبتكرة إلى مشاريع قابلة للنمو والاستثمار، عبر برامج تدريبية متخصصة وورش عمل وجلسات إرشاد.

وكان فريق MargiClear قد خضع لسلسلة متفكّة من البرامج التدريبية التي نظّمها مركز التميز، مما أسهم في تطوير مهاراتهم وتحويل فكرتهم إلى مشروع ريادي قابل للتطبيق والتطوير.

وبعكس هذا الإنجاز الحضور المتقدم لجامعة العلوم والتكنولوجيا في ميادين الابتكار وريادة الأعمال، وترسيخ مكانتها كمؤسسة أكاديمية رائدة تضع تمكين الطلبة وتطوير مشاريعهم الريادية في صميم أولوياتها.

كما يؤكد حرص الجامعة على توفير بيئة داعمة ومحفّزة تمكّن طلبتها من تحويل أفكارهم إلى حلول عملية تسهم في خدمة المجتمع وتعزيز منظومة الابتكار الوطنية.

كما تُوجّه الجامعة الهاشمية بجائزة ”محفّز الابتكار للعام ٢٠٢٥، ضمن الحفل الختامي لأسبوع الريادة العالمي، والذي نظّمه مركز الملمة رائيا للريادة بالشراكة مع جامعة الأميرة سمية للتكنولوجيا وشركة زين ومنصة ZINC، تقديرًا لدورها الريادي ومشاركتها المتميزة في فعاليات الأسبوع وبكونها الجامعة الحكومية الوحيدة التي نالت إحدى الجوائز العشر الرسمية لأسبوع الريادة العالمي، والتي تناهست عليها ١٤٢ جهة وطنية قدمت ١٥٤٣ فعالية على مستوى المملكة.

وأكد رئيس الجامعة الهاشمية الأستاذ الدكتور خالد الحيارى، أن هذا الإنجاز يُعدّ شهادة على الجهود المؤسسية المتكاملة التي تبذلها الجامعة في دعم منظومة الابتكار وريادة الأعمال.

وقال الحيارى: ”إن فوز الجامعة الهاشمية بجائزة ”محفّز الابتكار للعام“ يأتي تنويجا لمسيره من العمل الجاد والتشاركي بين مراكز الجامعة وكيلائتها وشركائها الوطنيين، معتبرا أن هذا التميز يعكس مكانة الجامعة الريادية ويعزز حضورها الوطني والدولي“. وأضاف أن الجامعة ستواصل الاستثمار في قدرات طلبتها وأكاديميها، وإطلاق مبادرات مبتكرة ترسخ دورها كمؤسسة تعليمية رائدة في الإبداع والابتكار.

من جانبه أشاد نائب رئيس الجامعة الأستاذ الدكتور عوني اطرادات بالجهود الكبيرة التي بذلتها جميع الكوادر الأكاديمية لكتليات الجامعة ومراكزها المختلفة في إعداد ملفات الترشيح للجائزة وللمبادرات المتميزة، مؤكداً أن هذا الفوز يعكس الجدية والحرص على تحديث الجامعة بأفضل صورة في المحافل الوطنية وأن هذا النجاح يشكل خطوة مهمة في تعزيز دور الجامعة الريادي وتشجيع المزيد من المبادرات النوعية في المستقبل.

وأشار مدير مركز الابتكار والمشاريع الإبداعية الأستاذ الدكتور خليل يوسف الذي مثل الجامعة في استلام الجائزة إلى المبادرات والبرامج التي ينفذها المركز في مجال الابتكار وبناء القدرات بالشراكة مع كليات ووحدات ومراكز الجامعة شكلت دافعاَ لمواصلة إطلاق مشاريع ريادية نوعية تمكّن الطلبة وتُعزّز من الابتكار والريادة داخل المؤسسة.

يذكر، أن الأردن حل في المرتبة الرابعة عالمياً بعدد الفليات النوعية لأسبوع الريادة العالمي ٢٠٢٥.

واستكمالا لسلسلة المحاضرات العلمية التي ألققتها الجامعة الهاشمية بعنوان تواصل وتعاون بهدف تعزيز علاقات التعاون مع الباحثين ومراكز البحوث وجهات التمويل محلياً ودولياً، وذلك في إطار سعيها لتوسيع شبكة الشراكات البحثية وتطوير مشاريع علمية مشتركة، قدّم المدير التنفيذي للمركز الأميركي للأبحاث ACOR الدكتور بيرس بول كريسمان محاضرة متخصصة، بحضور نواب

رئيس الجامعة الأستاذ الدكتور محمد سليمان المشالة، والأستاذ الدكتور خالد أبوالتّين، وعدد من الأكاديميين والطلبة خاصة طلبة الدراسات العليا.

وشكّلت المحاضرة، محطة مهمة لأعضاء هيئة التدريس والطلبة والباحثين للتعرف على برامج المركز الأمريكي لأبحاث بما في ذلك من فرص الزمالات والمنح الدراسية التي يقدمها إضافة إلى الشراكات البحثية والمكتبة والأرشيف الإلكتروني وقواعد البيانات الخاصة بالأردن والمنطقة العربية، إذ تمثل هذه الموارد رافعة أساسية لإثراء الدراسات المتعلقة بالثراث الأردني وتعزيز حضور البحث العلمي الأردني على الساحة العالمية، فضلاً عن فتح آفاق واسعة للنقاش حول مشاريع بحثية محتملة وشراكات مستقبلية مع الجامعة.

وقال الدكتور محمد سليمان مشالة نائب رئيس الجامعة، إن الجامعة تسعى إلى بناء علاقات مؤسسية مستدامة مع مختلف المراكز البحثية يعزز دور البحث العلمي عالي الجودة، ويدعم إنشاء شراكات طويلة الأمد، ويوفر منحاَ وتمويلا لمشاريع بحثية رائدة.

وتحدث كريسمان عن الدور الذي يضطلع به المركز الأمريكي لأبحاث منذ تأسيسه في الأردن عام ١٩٦٨، حيث يعمل على دراسة الآثار والتاريخ وحفظ التراث الثقافي الأردني المادي وغير المادي، والتعمق في دراسته وتطوير المعرفة حوله، كما قدّم عرضاً تعريفياً تناول آليات التعاون مع الباحثين من مختلف التخصصات، مؤكداً أن المركز يشكّل منصة فاعلة لدعم التعاون البحثي والعمل وتبادل الخبرات العلمية.

وأوضح، أن المركز يُعدّ مؤسسة أكاديمية دولية غير ربحية، تتمثل رسالته في تعزيز المعرفة بالأردن والمنطقة، ودعم إجراء البحوث التطبيقية في مجالات العلوم الاجتماعية والطبيعية والفيزيائية، والعلوم الإنسانية والفنون، ولتحقيق هذه الأهداف، يقدم المركز برامج زمالة للباحثين والطلبة، ويشرف على مشاريع تنقيب وترميم أثرية، كما ينشر ويحافظ على مكتبة عامة فاعلة، ويوفر مرافق سكنية للباحثين والطلاب، ويستضيف مبادرات متعددة التخصصات تعزز التبادل العلمي والثقافي.

وأشار كريسمان إلى أن المركز يسهم في قاعدة بيانات للتراث الثقافي الوطني الأردني بالتعاون مع وزارة الآثار، إلى جانب مشروع الأرشيف الرقمي الذي يهدف إلى حفظ المواد البحثية والأثرية وإتاحتها للباحثين والمهتمين.

عميدة البحث العلمي الدكتورة لبنى تهتموي. أشارت إلى أن الجامعة تضع البحث العلمي الهادف والابتكار ضمن أول أولوياتها مشيرة أن البحث الجاد لا يتقدم إلا عبر جسور التواصل والتعاون الدولي، وأوضحت أن سلسلة النشاطات التي أطلقتها الجامعة تهدف إلى تمكين الباحثين بالمعرفة والمهارات والشبكات التي تساعدهم على الوصول إلى فرص التمويل، وتحويل الأفكار البحثية إلى أثر ملموس يمكن قياسه في المجتمع والاقتصاد والعلوم.

ونظمت كلية العلوم في جامعة الزرقاء، زيارة علمية إلى المغال النووي البحثي في جامعة العلوم والتكنولوجيا، بإشراف كل من الدكتور سعد العطاوية والدكتور محمد شقير، ومشاركة مجموعة من طلبة كلية العلوم- قسم الفيزياء.

وهدفت الزيارة إلى إطلاع الطلبة على المجالات البحثية المتقدمة وسوق العمل في مجال تخصصهم، إضافة إلى تعزيز معارفهم العلمية وبناء جسور التعاون مع الجامعات المحلية ذات الاختصاص.

وأكدت عميدة كلية العلوم في جامعة الزرقاء، الدكتورة علياء برقان، أن هذه الزيارات تسهم في ربط الجانب النظري بالتطبيق العلمي، وتوسيع مدارك الطلبة في مجالات الفيزياء النووية وتطبيقاتها.

وشارك الدكتور محمد المومني، رئيس قسم تكنولوجيا معلومات الأعمال في كلية الاقتصاد والعلوم الإدارية بجامعة الزرقاء، في المؤتمر الدولي للأعمال والتقنية الرقمية الذي عقد في جامعة المملكة في البحرين خلال الأسبوع الحالي، بمشاركة نخبة من الباحثين والمتخصصين من مختلف دول العالم.

وقدم المومني خلال المؤتمر بحثاً علمياً بعنوان: "Using BI Tools to Predict and Manage Cybersecurity Risks in Organizations"، استلهم أدوات ذكاء الأعمال في التنبؤ وإدارة مخاطر الأمن السيبراني في المؤسسات" تناول كيفية توظيف أدوات ذكاء الأعمال (BI Tools) للتنبؤ بالتهديدات السيبرانية المحتملة، وتحسين آليات إدارة المخاطر، ودعم اتخاذ القرار القائم على البيانات داخل المؤسسات الحديثة.

وأثنى هذه المشاركة انسجاماً مع حرص جامعة الزرقاء على تعزيز البحث العلمي، ودعم كواردها للمساهمة في تطوير المعرفة في مجالات التقنية الحديثة والتحول الرقمي، وتعزيز حضورها الأكاديمي على المستويين الإقليمي والدولي.

–ونظمت كلية العلوم التربوية في جامعة إربد الألفية، اليوم، ندوة علمية تناولت دور الذكاء الاصطناعي في تطوير التعليم الجامعي، رعاهما رئيس الجامعة الدكتور ماجد أبو زريق، بمشاركة فعاليات أكاديمية وطلابية.

وقال عميد الكلية الدكتور فكري الدويري، أن

الندوة تجسد توجهات الكلية نحو تعزيز الوعي الأكاديمي والتربوي بأثار الذكاء الاصطناعي على التعليم الجامعي، مشيراً إلى أن كلية العلوم التربوية تعمل على تطوير برامجها ومناهجها بما ينسجم مع متطلبات التحول الرقمي، وتوفير فرص تعليمية مبتكرة للطلبة.

وقدّم الدكتور مأمون الزبون من جامعة آل البيت، والدكتور علي التميمي من الجامعة الأردنية، محاضرة مشتركة بعنوان ”دور الذكاء الاصطناعي في تقييم تعلم الطلبة وتحليل البيانات التعليمية“، تطرقت إلى دور الأنظمة الذكية في تتبع الأداء الأكاديمي، وتقديم التغذية الراجعة الدقيقة، ودعم القرارات التعليمية، مع عرض نماذج تطبيقية لمنصات تعليمية تعتمد على خوارزميات الذكاء الاصطناعي.

بدوره، تناول الدكتور علاء المخزومي من جامعة اليرموك، محور أخلاقيات الذكاء الاصطناعي في التعليم الجامعي، مسلطاً الضوء على ضرورة وضع سياسات واضحة تنظم استخدام الأدوات الذكية، وتحفظ خصوصية الطلبة، وتحد من الاعتماد المفرط على التقنيات، على حساب الدور البشري للأستاذ الجامعي، إضافة إلى تعزيز الوعي بالأمان الرقمي والأمانة الأكاديمية.

وأوصت الندوة، بإنشاء مركز متخصص للابتكار في الذكاء الاصطناعي داخل الجامعات، وتنظيم برامج تدريبية دورية لأعضاء هيئة التدريس حول أحدث أدوات الذكاء الاصطناعي، ودمج التقنيات الذكية في تطوير المناهج والبرامج الأكاديمية، ودعم المشاريع البحثية التي تجمع بين التعليم والتكنولوجيا الحديثة، إضافة إلى وضع سياسات أخلاقية واضحة تنظم استخدام الذكاء الاصطناعي في العملية التعليمية.

كما قام وفد من جامعة جدارا، بزيارة علمية إلى جمهورية ألمانيا الاتحادية، حيث ضم الوفد كلاً من رئيس هيئة المديرين الدكتور شكري المرشدة، ورئيس الجامعة الدكتور حابس الزبون، وعميد كلية الهندسة الدكتور عصام طراد، والدكتور مروان الموسى.

وشملت الزيارة الاطلاع على كليات جامعة دورتموند ومختبراتها العلمية، والتباحث حول سبل تعزيز التعاون الأكاديمي والبحثي بين الجامعاتين، حيث تم الاتفاق على مذكرة تفاهم أولية لإطلاق مشاريع وبرامج مشتركة.

كما التقى الوفد خلال الزيارة نائب رئيس الجامعة ستيفين وايز، وعميد كلية الهندسة البروفيسور ماثياس ميلر، ونائب عميد كلية الهندسة البروفيسور فينود رجماناثي، ومديرة العلاقات الدولية الدكتورة كارولينا بوخ، والباحث الاردني في الجامعة الدكتور أحمد طافاج، وذلك بهدف تعزيز آفاق التعاون المشترك بين الجانبين.

يشار إلى أن هذه الزيارة تعكس حرص جامعة جدارا على تعزيز التعاون البحثي والتبادل الأكاديمي مع المؤسسات الدولية الرائدة.

واستقبلت الجامعة العقبة للتكنولوجيا، اليوم، وفد هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي وضمان جودتها في زيارة ميدانية إلى مدينة العقبة الرقمية (Aqaba Digital Hub)، بحضور نائب رئيس الهيئة الدكتور سعد بني محمد ومساعد الرئيس الدكتور فداء التميمي، إلى جانب عداء كليات تكنولوجيا المعلومات وممطي الجامعات الأردنية.

وافتتح اللقاء، واجتماعاً مع رئيس الجامعة الدكتور محمد حسن الوشاح أهمية تعزيز التعاون بين الجامعات والهيئات الوطنية والقطاعات التقنية، وتناول الاجتماع مناقشات حول تطوير البرامج الأكاديمية الرقمية، وتوسيع فرص التدريب العملي للطلبة، واستثمار البنية التحتية الرقمية المتقدمة في منطقة العقبة الاقتصادية الخاصة.

وشدد الوشاح على أن استضافة الجامعة لهذا الحدث تعكس التزامها بدعم التحول الرقمي الوطني وتهيئة بيئة تعليمية مبتكرة، مشيراً إلى دور الهيئة كشريك أساسي في تطوير جودة التعليم العالي.

من جانبه، أكد نائب رئيس هيئة الاعتماد الدكتور سعد بني محمد في كلمته بحضور عداء كليات تكنولوجيا المعلومات في الجامعات الأردنية أن الزيارة تعزز التعاون بين الهيئة والجامعات، بما يساهم في مواومة البرامج الأكاديمية مع متطلبات سوق العمل. وأشار إلى سعي الهيئة لتعزيزيز البرامج التدريبية والعلمية والتطبيقية في الجامعات إلى جانب ضرورة التعاون بين القطاع الخاص مع الجامعات وتبادل الخبرات والتجارب العلمية والعملية بما يعزز الجانب التعليمي والعلمي والمهني للطلبة تماشياً مع توجهات الدولة الأردنية وتعزيز المسار التكنولوجي في التعليم.

فيما شدّد الدكتور فداء التميمي من هيئة الاعتماد على أهمية تبادل الخبرات الرقمية وفتح قنوات شراكة جديدة مع مؤسسات التعليم العالي. وبعد الاجتماع، قام الوفد بجولة شملت مرافق المدينة الرقمية، والاطلاع على أبرز المشاريع الرقمية الداعمة للتحول الرقمي، إلى جانب عروض تقنية تبرز آليات تشغيل المنصات الرقمية والفرص المتاحة أمام الجامعات للاستفادة منها في التعليم والبحث العلمي. وفي ختام الجولة، أثلنت الهيئة على جهود الجامعة في تنظييم واستضافة الحدث، مؤكدة استمرار التعاون في مبادرات تعزز جودة التعليم الجامعي في المملكة.

صناعة إربد تختتم فعاليات

«تكنولوجيا ريادة الأعمال والإدارة المالية»



بمؤسسه نايف استيتية على جهوده المتواصلة في تنفيذ برامج نوعية موجهة للشباب، مؤكداً أن الشراكة بين الغرفة والمركز تمثل نموذجاً حقيقياً للتعاون الذي يخدم المجتمع ويعزز فرص الرياديين في الانطلاق نحو مشاريع ناجحة ومستدامة.

وشدد على أن غرفة صناعة إربد تحرص دائماً على أن تكون منصة داعمة للمجتمع المحلي والطاقات الشابة، من خل فتح أبوابها لاستضافة البرامج الريادية، وتوفير بيئة تساهم في تطوير قدراتهم ومنحهم الأدوات اللازمة للانطلاق نحو مشاريع ناجحة ومستدامة. وعبر المشاركون عن شكرهم لغرفة صناعة إربد على الاستضافة، ولمركز تطوير الأعمال على التدريب النوعي الذي ساعدهم في تعزيز مهاراتهم الريادية والإدارية.

إربد اختتمت غرفة صناعة إربد فعاليات ”تكنولوجيا ريادة الأعمال والإدارة المالية“ التي نفّذها مركز تطوير الأعمال (BDC) ضمن برنامج انھض – البرنامج الوطني للتشغيل الذاتي، بمشاركة مجموعة من الشباب الرياديين الذين خاضوا تجربة تدريبية ثرية بالتطبيقات العملية والمعارف الحديثة.

وأكد رئيس غرفة صناعة إربد هاني أبو حسان، أن دعم فئة الرياديين يأتي انسجاماً مع رؤية جلالة الملك عبدالله الثاني في تمكين الشباب وتعزيز مشاركتهم في الاقتصاد من خلال مشاريع مبتكرة وقابلة للنمو، مشيراً إلى أن الريادة أصبحت اليوم ركيزة أساسية في خلق فرص العمل وتعزيز الإنتاجية.

ووجه أبو حسان شكره لمركز تطوير الأعمال

التربية: رفع نسبة الملتحقين بالتعليم

المهني والتقني إلى 50% بحلول 2032

ميدانية تحدد رغبات الطلبة واحتياجات السوق. من جهتها، قالت مديرة تربية قصبة الحفرق، إيمان الخوالدة، إن اليوم شهد انعقاد الملتقى المهني الثاني، الذي يعد من أكبر الملتقيات المتخصصة في هذا المسار، موضحة أن الهدف منه تعريف المواطنين والطلبة وأولياء الأمور بسمارات التعليم المهني والتقني.

وأضافت أن الملتقى تضمن افتتاح جناح فندقي تابع لقسم الضيافة، في خطوة تعد الأولى من نوعها في المديرية، مشيرة إلى أن هناك ١٤٠٠ طالب وطالبة ضمن المسار المهني والتقني يدرسون في ١٠ تخصصات موزعة على ٩ مدارس، ٥ منها للذكور.

بدوره، أوضح مدير مدرسة الحفرق الصناعية، المهندس خالد عودة، أن المدرسة تضم تخصصات الضيافة، والشعر والتجميل، والهندسة، لافتاً إلى زيادة الإقبال على هذه التخصصات، إذ ارتفع عدد الشعب التدريبية خلال العامين الماضيين من ٦ شعب إلى ٢١ شعبة.

واشتمل الملتقى على عروض تعريفية بتخصصات التعليم المهني والتقني (BTEC) المتاحة في لواء قصبة الحفرق والمدارس التابعة له، إلى جانب معرض قدّم خلاله طلبة التخصصات التقنية نماذج من ابتكاراتهم ومشاريعهم.

وزير السياحة والآثار يتفقد عدداً من

المواقع السياحية والأثرية في محافظة معان



لتأهيل هذه المواقع وتعزيز جاهزيتها لاستقبال الزوار، بما ينسجم مع خطط الوزارة الرامية إلى دعم المقاصد في جنوب المملكة. واطلع الوزير حجازين، خلال زيارته لقلعة الشوك بحضور السفير الإيطالي لدى المملكة لوتشيانو بيتسوتي، وفريق من المختصين من جامعة فلورنسا الإيطالية، على مشروع الصيانة والترميم للقلعة الذي قامت به دائرة الآثار العامة بالتعاون مع جامعة فلورنسا.

ولتقى الوزير حجازين، خلال زيارته للشوك، ممثلي المجتمع المحلي في مبنى بلدية الشوك، بحضور محافظ معان خالد الحجاج، ورئيس لجنة بلدية الشوك المهندس محمد النعيمات، حيث جرى مناقشة أبرز التحديات التي تواجه القطاع السياحي في اللواء، وسبل تطوير المشروعات السياحية القائمة، وتمكين المجتمع المحلي من الاستفادة من الفرص التنموية التي يوفرها القطاع.

تفقد وزير السياحة والآثار، الدكتور عماد حجازين، عددا من المواقع السياحية والأثرية في محافظة معان، وقضاء أذرح بهدف الاطلاع على واقع الخدمات السياحية، ومتابعة احتياجات المواقع المختلفة، وتعزيز التواصل مع المجتمعات المحلية. واستهل الدكتور حجازين زيارته محافظة معان، والتي رافقه بها محافظ معان خالد الحجاج، ومدير عام دائرة الآثار العامة الدكتور فوزي أبو دنة، حيث تفقد قلعة معان، والسوق التراثي، وقصر الملك المؤسس، ومحطة سكة الحديد، واطلع على مستوى الخدمات المقدمة للزوار ومراحل العمل في المشاريع التطويرية الهادفة إلى تحسين التجربة السياحية في هذه المواقع التاريخية. وتوجه الوزير إلى لواء أذرح، حيث زار مركز الزوار، واستمع إلى شرح حول الجهود المبذولة

