

منوعات الفكر

ص 22

سعيد بن طحون يفتتح
مركز قسرة القلب
بمستشفى عين الخليج

ص 27

منافسة لنجوم
الصف الأول في
موسم عيد الأضحى



رائحة الفم الكريهة يمكن أن
تشير إلى عدوى رئوية "مزمنة"



المراسلات: ص. 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الخميس 22 يونيو 2023 م - العدد 13881
Thursday 22 June 2023 - Issue No 13881

بايدن يدعو للتصدي لمخاطر الذكاء الاصطناعي

نادى الرئيس الأميركي جو بايدن بضرورة التصدي لمخاطر الذكاء الصناعي على الأمن القومي والاقتصاد، مضيفاً أنه يسعى للحصول على مشورة الخبراء في هذا الصدد.

وقال بايدن في فعالية بسان فرانسيسكو "إدارتي ملتزمة بحماية حقوق الأميركيين وسلامتهم مع حماية الخصوصية ومعالجة التحيز والمعلومات المضللة والتأكد من أن أنظمة الذكاء الاصطناعي آمنة قبل إطلاقها".

والتقى بايدن بمجموعة من قادة المجتمع المدني، الذين سبق أن انتقدوا تأثير شركات التكنولوجيا الكبرى، لمناقشة الذكاء الاصطناعي. وتدرس العديد من الحكومات كيفية التخفيف من مخاطر التكنولوجيا الناشئة، التي زادت استثماراتها وشعبيتها بعد إطلاق شركة (أوبن إيه.أي)، المدعومة من مايكروسوفت، روبوت الدردشة "تشات جي.بي.تي".

وضم اجتماع بايدن تريستان هاريس، المدير التنفيذي لمركز التكنولوجيا الإنسانية، ومؤسس رابطة العدالة الخوارزمية جويو لامويني، والأستاذ بجامعة ستانفورد روب رايش.

«سنترال» من البيرو أفضل مطعم في العالم

منح تصنيف "50" بست رستورانتس "الشهير لقب" أفضل مطعم في العالم" لسنة 2023 لـ "سنترال" من البيرو لصاحبه الطاهين فيرجيليو مارتينيز وبيا ليون، وخصص حيزاً كبيراً لفن الطهو الإسباني.

وأوضحت الجهة المنظمة التي أقامت احتفالها في مدينة فانسيا الإسبانية أن المطعم الكائن في ليما حصل على اللقب خلفاً لـ "جيرانوم" الدنماركي نظراً إلى أن أطباقه تتميز بـ "تنوع مكوناتها" وإلى أن مطبخه يعبر عن "تاريخ البيرو وتقاليدها".

واحتل "ديسفرتار" في برشلونة المركز الثاني في هذا التصنيف الذي تضعه مجلة "رستورانت" البريطانية، متقدماً على مطعمين إسبانيين آخرين هما "ديفيسو" في مدريد (في المركز الثالث) و"أسادور إتشباري" (في المرتبة الرابعة).



التعب والإرهاق .. علاجات مجربة تساعدك على النوم

هل تجد صعوبة في النوم ليلاً ولثباتك غير مريحة، لكنك لا تريد اللجوء إلى الحبوب المنومة؟ فيما يلي مجموعة من أفضل النماذج والعلاجات القديمة المجربة للعودة إلى النوم المريح:

- حمام الخس المائي اسلقي أفضل أوراق الخس واضغطي عليها في ماء الطهي. أضيفي هذا الماء إلى ماء الاستحمام.
- فالخس منوم خفيف وليس له آثار ضارة.
- حمام الزيزفون ضعي 500 جرام من أزهار وأوراق الزيزفون المحضفة في 2 لتر من الماء. سخنيها واتركيها تغلي لمدة 5 دقائق.
- صقي المزيج وأضيفيه إلى ماء الحمام.
- الخزامى تحت الوسادة ضعي كيساً من الخزامى (اللافندر) المحضف تحت الوسادة لتهدئة التوتر. إذا لم يكن ذلك كافياً، يمكنك أيضاً تدليك صدغيك بزيت اللافندر الأساسي لبضع دقائق قبل النوم.

- البايونج على المنضدة احتفظي بزجاجة صغيرة من زيت البايونج الروماني الأساسي في متناول يدك على المنضدة. في المساء، قبل إطفاء الضوء، افثحي الزجاجة واستنشقي 5 أو 6 مرات، واملئي رثتيك بهدوء قدر الإمكان.

- القطن بين أصابع القدم ضعي قطعة من القطن مبللة بزيت اللوز الحلو بين إصبع القدم الكبير والجار. غطي قدميك بالجوارب حتى لا تتسح الملاءات. فإذا كانت برودة القدم تمنعك من النوم، سوف تغنين بشكل أفضل.

- جورب مليء بالأرز قبل ساعتين من الذهاب إلى الفراش، ضعي جورباً مليئاً بالأرز في الفريزر. في وقت النوم، ضعي هذا الجورب على ظهر الركبتين أو الكاحلين أو داخل المرفقين أو على الجبهة. يساعد على خفض درجة حرارة الجسم في الجو الحار، ومعدل ضربات القلب.

- العسل والخل قبل الذهاب إلى الفراش، اختاري عسل "الأزهار الكاملة" أو عسل البرتقال أو اللافندر واخلفي ملعقتين صغيرتين مع ملعقتين صغيرتين من خل التفاح. خففي كل شيء في كوب من الماء. اشربي ملعقتين صغيرتين في وقت النوم وعندما تستيقظين في الليل.

- كوب حليب ساخن سخني بعض الحليب واسكبيه في كوب فوق ملعقة كبيرة من زهر البرتقال. يترك لينقع لمدة 10 دقائق تحت الغطاء. قومي بتصفيته وتحليلته بعسل زهر البرتقال لتعزيز التأثير المريح للحليب الساخن. هذه الوصفة موصى بها بشكل خاص في حالة القلق أو الحفقان.

أبل .. حرب «غريبة» لا يمتلك صور التفاح حول العالم

في واقعة غريبة، تلاحق شركة أبل الأمريكية، أقدم شركة تجارة التفاح في سويسرا، من أجل "خطف" حقوق الملكية حول صور التفاح وشعارات التفاح.

وتستخدم شركة اتحاد الفواكه السويسري، التي تعود نشأتها لأكثر من 111 عاماً، شعار تفاحة حمراء، يغطيها العلم السويسري الشهير. وفقاً لموقع "واير"، تخشى أقدم وأكبر شركة مزارع فواكه في سويسرا، أن تضطر إلى تغيير شعارها الشهير، لأن شركة أبل، تحاول الحصول على حقوق الملكية الفكرية لصور فاكهة التفاح.

وقال رئيس الشركة السويسرية: "هدفهم هنا هو حقا امتلاك حقوق التفاح الفعلية"، بالنسبة لنا، التفاح هو رمز عالمي ويجب أن يكون متاحاً للجميع مجاناً.

وفقاً لسجلات المنظمة العالمية للملكية الفكرية، قدمت أبل طلبات مماثلة لعشرات من سلطات الملكية الفكرية حول العالم، بدرجات متفاوتة من النجاح.

وافقت السلطات في اليابان وتركيا وإسرائيل وأرمينيا على طلبات الشركة الأميركية.

وعبرت الشركة عن "قلقها" بسبب "القوة القانونية المضطربة" التي يدخل بها المسؤولين في أبل للحصول على حقوق صور التفاح في سويسرا.



تعرض الحامل لمواد كيميائية يزيد بدانة الطفل

أكدت دراسة جديدة أن مخاطر التعرض للمواد الكيميائية طويلة الأمد تبدأ حتى قبل الولادة، وأن تعرض الحامل لها قد يؤدي إلى سمنة الأطفال في المستقبل. وربطت الدراسة التي أجريت في جامعة براون بين خطر بدانة الأطفال وبين مجموعة واسعة من البيانات الديموغرافية في الولايات المتحدة بتعرض الأمهات أثناء الحمل لمواد كيميائية معينة. ووفق موقع "إفيزومنتال هيلث"، تبين أن أكثر هذه المواد تأثيراً هي بوليفلوروكيل PFAS، والتي توجد في المنسوجات الطاردة للزيوت والماء، ومنتجات العناية الشخصية، ورسوخة مكافحة الحرائق، ومغلفات المواد الغذائية، ومنتجات طبية ومنزلية عديدة أخرى. وقالت الدراسة إنها تستمر في البيئة لألاف السنين، وتعرف بـ "المواد الكيميائية إلى الأبد".

ووجد الباحثون أن المستويات المرتفعة من هذه المواد الكيميائية في دم الأم أثناء الحمل ارتبطت بزيادة وزن الأبناء، ولوحظ تساوي خطر الإصابة بالسمنة بين الذكور والإناث.

خوارزمية قيادة السيارات الآلية تفوز البكراس الاصطناعي

أظهرت دراسة جديدة أن الخوارزمية المستخدمة في قيادة السيارات ذاتية القيادة، وفي التغلب على أفضل لاعبي الشطرنج، يمكنها تحسين أداء أجهزة البكراس الاصطناعي المصممة لعلاج مرضى السكري من النوع 1، وخاصة الأطفال.

وتعمل الخوارزمية التي تمت تجربتها في جامعة بريستول بألية التعلم المعزز في وضع عدم الاتصال بالإنترنت، وقد تبين أنها تساعد في رعاية من يعيشون بحالة السكري من النوع 1 بشكل أفضل من أجهزة البكراس الاصطناعي الحالية المحدودة بخوارزميات اتخاذ القرار المبسطة. ووفق موقع "ساينس دايلي"، بيئت التجربة أن آلية أو خوارزمية التعلم المعزز ساعدت أطفال السكري من النوع 1 على ضبط مستوى الجلوكوز بالدم لمدة ساعة ونصف إضافية خلال اليوم، مقارنة بالخوارزمية المبسطة المستخدمة حالياً.



منوعات الفكر

22

سعيد بن طحنون يفتتح مركز قسطرة القلب بمستشفى عين الخليج



•• العين - الفجر:

شهد معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحنون ال نهيان افتتاح مركز قسطرة القلب بمستشفى عين الخليج الذي يشهد تطوراً سريعاً في منشآته وتقنياته وتخصصاته وخدماته النوعية ويشرف على المركز الجديد الدكتور وليد مبارك - استشاري أمراض القلب والقسطرة العلاجية، وذلك بحضور محمد بن شمل العمري - رئيس مجلس إدارة المستشفى وعدد من المسؤولين

وأكد معاليه حرص القيادة الرشيدة على تنامي وتطوير المنشآت الطبية العامة والخاصة وتوسيع نطاق تخصصاتها موضحاً أن من شأن ذلك توفير خدمات تنافسية مميزة لأفراد المجتمع لاسيما المرضى منهم إلى جانب زيادة قدرات القطاع الصحي ودوره في تنشيط حركة السياحة العلاجية في مدينة العين والإمارات

وقام معالي الشيخ سعيد بجولة تفقدية في المستشفى، واستمع إلى شرح من الدكتور المختص حول استراتيجيات وإجراءات عمليات قسطرة القلب بالمستشفى وأهمية المركز ومجمل الخدمات الطبية التي يوفرها في هذا التخصص الدقيق، واطلع على الاستعدادات التي تم اتخاذها من تجهيزات وتقنيات حديثة، حيث تم تزويد المستشفى بجميع المعدات والأدوات الطبية اللازمة وجاهزية الطاقم الطبي من اختصاصيين وأطباء وممرضين لعلاج الحالات التي ستتم إحالتها إلى المستشفى، ليشكل بذلك إضافة مهمة للمستشفيات العاملة في مدينة العين

وقال معاليه بحدونا الفخر بأن تكون مستشفى عين الخليج في مدينة العين حيث تجمع بين الأنظمة المتكاملة والمتقدمة في مكان واحد.. حيث تجلب أحدث ابتكارات التقنيات الطبية لصالح المرضى في سبيل تعزيز النتائج السريرية وإنقاذ الأرواح

وأبدى معاليه إعجاباً بمنظومة العمل المتكاملة التي تم إعدادها لتأكيد أعلى مستويات كفاءة العمل في المركز والمستشفى

وأشاد معاليه بالجهود التي تبذلها الجهات الصحية في الدولة في هذا الصدد، موجهاً الشكر للكوادر الطبية من أطباء وأطقم ومرضى ومساعدين، وكذلك للإداريين وجميع فرق العمل الميداني، حيث تمثل جهودهم الركيزة الأولى للنجاح، متمنياً معاليه لهم جميعاً السلامة والتوفيق والنجاح في مهامهم..

بمشاركة 386 طبيباً مقيماً

المعهد الوطني للتخصصات الصحية يعلن انطلاق اختبارات البورد الإماراتي

البورد الإماراتي التخصصية من المعهد الوطني للتخصصات الصحية، وأشار الحوقاني بأن أحقية الدخول لاختبارات البورد تشمل جميع المتدربين في البرامج المعتمدة من المعهد الوطني للتخصصات الصحية والتي تركز على قياس دوري لكفاءات المتدربين، وتلتزم بمطالبات المعهد المبني على أفضل الممارسات في التعليم الطبي، ويتوجب على المتدرب استيفاء معايير متطلبات التدريب التخصصي، وإظهار الكفاءة، وذلك من خلال تقييم المهارات أثناء فترة التدريب واجتياز امتحان البورد الذي يتكون من الجزء الأول "المعري"، والجزء الثاني "العملي" للحصول على البورد الإماراتي. وتوقع الحوقاني أن يتضاعف عدد البرامج المعتمدة والمتدربين تحت مظلة المعهد خلال العام القادم بما يؤكد رغبة المؤسسات التدريبية بالارتقاء بمعايير التدريب والتي بدورها تعكس إيجابياً على جودة الخدمات الصحية المقدمة.

والجدير بالذكر أن المعهد الوطني للتخصصات الصحية تأسس بموجب قرار وزاري من مجلس الوزراء رقم (28) لعام 2014 كمؤسسة وطنية مكلفة بقيادة وتنظيم التطوير المهني لفوق العاملة الصحية مع التركيز بشكل خاص على التدريب التخصصي. المعهد الوطني للتخصصات الصحية ملحق بجامعة الإمارات العربية المتحدة، والتي تعد المؤسسة الوطنية الأولى للتعليم العالي في الدولة، ويديره مجلس إدارة رفيع المستوى برئاسة معالي وزير التربية والتعليم.

•• العين - الفجر:

أعلن المعهد الوطني للتخصصات الصحية انطلاق اختبارات البورد الإماراتي بمشاركة 386 طبيباً مقيماً، في مركز الاختبارات بكلية الطب والعلوم الصحية بجامعة الإمارات بدءاً من 11 يونيو الجاري 2023. وتعد هذه الاختبارات إحدى حلقات استيفاء متطلبات التأهيل التخصصي للأطباء، والذي يتم وفق معايير صارمة تشمل تطبيق منهج تعليمي وتدريبي مبني على الكفاءات بجانب منظومة تقييم مستمر لأداء المتدربين واختبارات معرفية وعملية.

وأوضح الدكتور محمد الحوقاني، الأمين العام للمعهد الوطني للتخصصات الصحية: "أنه تم عقد اختبارات البورد الإماراتي بالتزامن مع اختبارات الهيئة السعودية للتخصصات الصحية وذلك بناءً على اتفاقية التفاهم بين المؤسستين والتي تعد أحد مخرجات مجلس التنسيق السعودي الإماراتي، وقد تم عقد اختبارات الجزء الأول لقياس التحصيل المعري للمتدربين والتي شملت التخصصات التالية: الطب النفسي، الجراحة العامة، أمراض النساء والولادة، جراحة الأذن والأنف والحنجرة، التخدير، الجلدية، الباطنية، طب الأطفال، طب الطوارئ وجراحة المسالك البولية. وسوف يتبع ذلك عقد الاختبارات النهائية بعد استكمال مدة ومتطلبات التدريب التخصصي بما يفرض إلى نيل شهادة



على هامش فعاليات ندوة الريادة للطاقة

مدرسة 42 أبوظبي تنظم جولة تعريفية في حرمها لطلبة الجامعات بالدولة



•• أبوظبي - الفجر:

نظمت مدرسة 42 أبوظبي، مدرسة البرمجة المتكاملة في أبوظبي، التي تعتمد منهجية التعلم الذاتي المشترك عبر المشاريع العملية والألعاب، جولة تعريفية في حرمها لطلبة الجامعات من كافة أنحاء الدولة، والتي جاءت على هامش فعاليات ندوة الريادة للطاقة، والتي نظمتها شركة توتال للطاقات في الإمارات العربية المتحدة في جامعة خليفة. وخلال الجولة التعريفية، استقبلت مدرسة 42 أبوظبي، طلبة من جامعات الدولة بما في ذلك جامعة السوربون أبوظبي، جامعة خليفة، جامعة الإمارات العربية المتحدة، الجامعة الأمريكية في الشارقة وجامعة محمد بن زايد للعلوم الإنسانية وجامعة زايد، للتعرف على مرافق المدرسة ومختبراتها، حيث تم تقديم شرح تفصيلي عن منهجية التعلم في مدرسة 42 أبوظبي، والتي تعتمد على توفير مسارات تعليمية مرنة بالاعتماد على التعلم من خلال المشاريع، بهدف تمكين الطلبة من خوض تجربة تعليمية رائدة.

وشارك الطلبة في محاضرة ألقاها سيرجي براز، مدير تطوير المشاريع في مجموعة "إي دي إف"، بحضور مجموعة من موظفي شركة توتال للطاقات في الإمارات العربية المتحدة، والتي قدمت شرحاً تفصيلياً حول أهمية خفض البصمة الكربونية لتعزي الاستدامة وحماية البيئة. وشهدت ندوة الريادة للطاقة، مشاركة طلاب مدرسة 42 أبوظبي، إلى جانب مجموعة من طلبة الجامعات والمؤسسات التعليمية بالدولة، في هاكاثون ركز على تطوير تقنيات من شأنها المساهمة في خفض البصمة الكربونية للأفراد، تماشياً مع جهود الدولة لتعزيز مستقبل مستدام للأجيال القادمة.

وتجسد مدرسة البرمجة 42 أبوظبي، التي أسست عام 2020، نوعاً جديداً من مدارس البرمجة الحديثة والمتكاملة، وتعد المدرسة إحدى مبادرات دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي، وبرنامج أبوظبي للمسرعات التنموية "عدداً 21"، التي تهدف إلى دعم جهود التنمية المتواصلة في أبوظبي عبر توفير استثمارات متعددة الجوانب لتطوير الأعمال والابتكار والأفراد.

الجامعة البريطانية في دبي تطلق برنامج ماجستير العلوم في التمويل وإدارة المخاطر

•• دبي - الفجر:

أطلقت الجامعة البريطانية في دبي برنامج ماجستير جديد، في التمويل وإدارة المخاطر. حيث تم طرح البرنامج لتزويد الطلاب بالمعرفة والمهارات والأدوات اللازمة للنجاح كمدير للمخاطر المالية أو محلل مالي. حيث سيقوم الطلاب بدراسة أحدث التطورات في مجال تمويل الشركات والمشتقات المالية واستراتيجيات التحوط والأسواق المالية والمخاطر المالية والتنظيم والتكنولوجيا المالية وكذلك إدارة البلوك تشين والعمل المشفرة. كما يهدف البرنامج إلى تطوير وتأهيل الكفاءات العاملة في قطاع التمويل وإدارة المخاطر سواء في القطاع المصرفي أو القطاعات الأخرى ورفد سوق العمل بكوادر مؤهلة لمواجهة التطورات العالمية والمحلية في الصناعة المالية في مجال إدارة المخاطر.

وكما هو الحال مع جميع برامج الجامعة، فقد تم اعتماد برنامج الماجستير الجديد من قبل وزارة التربية والتعليم في دولة الإمارات العربية المتحدة. كما أنه معتمد ومعترف به من قبل هيئات مهنية دولية كالرابطة العالمية لمختصي إدارة المخاطر (GARP) ومعهد المحاسبين القانونيين في إنجلترا وويلز (ICAEW). والجامعة البريطانية في دبي هي شريك أكاديمي مع GARP ويساعد هذا البرنامج الطلاب على تعلم أحدث ممارسات إدارة المخاطر المالية وتجهيزهم لإجراء اختبار مدير المخاطر المالية (FRM) الجزء الأول من GARP. وخريجوا البرنامج مؤهلون أيضاً للتقدم لطلب لإحتساب مساهمات مختارة من معهد المحاسبين القانونيين في إنجلترا وويلز.

وقال البروفيسور عبد الله الشامسي، مدير الجامعة البريطانية في دبي: "يسعدنا أن نعلن عن إطلاق برنامج الماجستير الجديد في التمويل وإدارة المخاطر. هدفنا



منوعات

الفكر

23

توصلت دراسة إلى أن الانتحار له علاقة بالجينات، حيث اكتشف العلماء أربعة اختلافات جينية أكثر شيوعاً في المحاربين القدامى الذين انتحروا أو عانوا من أفكار انتحارية. وارتبطت هذه الجينات سابقاً بحالات نفسية مثل اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) والاكتئاب والفصام.

ويقول الباحثون إنه في حين أن هذه الجينات ربما تزيد من خطر الأفكار الانتحارية، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من العمل لفهم ما إذا كان تحديد العلامات الجينية قد يؤدي إلى علاجات مستهدفة.

الانتحار هو ثاني قاتل رئيسي للرجال الأمريكيين دون سن 45

اكتشاف أربعة «جينات» تزيد من مخاطر الأفكار والأفعال الانتحارية

تمثل الجينات قدراً صغيراً من المخاطر بالنسبة إلى العوامل الأخرى، فإننا بحاجة إلى فهم أفضل للمسارات البيولوجية التي تكمن وراء خطر الانخراط في سلوك الانتحار. ولم يجد الباحثون أي صلة لعرقية أو لأسلاف معينة بتعرض الشخص لخطر الموت بالانتحار. وقد نُشرت النتائج في مجلة JAMA Psychiatry.

وأخيراً، يرتبط TRAF3 بالسلوك المعادي للمجتمع، وتعاطي المخدرات، وفرط النشاط. ويُعد عقار الليثيوم - وهو نوع من الأدوية يُعرف باسم مُثبِّت الحالة المزاجية - التعبير عن TRAF3 والعديد من الجينات الالتهابية الأخرى. وقال الدكتور ناثان كيمبريل، المؤلف الرئيسي المشارك للدراسة والأستاذ المشارك في جامعة ديوك، "بينما

بعد الصدمة والذهان إلى انتحار الشخص. ونظر باحثون من جامعة ديوك في دورهام بولاية نورث كارولينا في عينات الدم من قاعدة بيانات تضم 630 ألفاً من المحاربين القدامى. وتم ترتيب العينات لبناء ملف جيني لكل مشارك، والتي تم مقارنتها بعد ذلك بسجلاتهم الطبية. وتلعب الجينات دوراً في كل جانب من جوانب حياة الشخص، بدءاً من الطريقة التي ينظرون بها إلى كيفية عمل أجسامهم وعمل أدمغتهم.

سن 45، وفقاً لبيانات مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها. وكما زادت المعدلات بين النساء بنسبة 50% في السنوات الأخيرة، حيث حذر الخبراء من أن زيادة مستويات التوتر ومشكلات احترام الذات التي تسببها وسائل التواصل الاجتماعي قد تلعب دوراً. ومن المرجح أن تؤدي حالات مثل الاكتئاب واضطراب ما

وتعزز النتائج فهم كيف تلعب عوامل الخطر الموروثة دوراً في علم الأمراض للأفكار والأفعال الانتحارية. وفي عام 2020، حيث توفرت أحدث البيانات، توفي 45979 أميركياً منتحراً. وكان قدامى المحاربين العسكريين هم الأكثر عرضة للخطر، حيث مات 6146 في ذلك العام. والانتحار هو ثاني قاتل رئيسي للرجال الأمريكيين دون



وكل شخص لديه ما يزيد عن 20 ألف زوج من الجينات، ويتلقون صفة واحدة من والدهم، وواحدة من والدتهم، لتشكيل كل زوج في الرحم. ويمكن أن تكون الآثار التي يمكن أن تحدثها الجينات المختلفة على دماغ الشخص والجهاز العصبي والوظيفة الجسدية العامة مسؤولة عن التغييرات الكبيرة في الصحة العقلية. وكان هناك 121211 حالة مسجلة لأفكار أو محاولات انتحارية بين المشاركين.



كما وجد الباحثون أن أربعة جينات كانت أكثر انتشاراً في الأشخاص الذين لديهم أفكار انتحارية: ESRI و DRD2 و DCC و TRAF3. وهذا يعني أن هناك ارتباطاً وراثياً في السلوك الانتحاري إلى جانب حالات الصحة العقلية الأخرى. ويعد ESRI هو أحد مستقبلات هرمون الاستروجين الذي تم ربطه سابقاً باضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب. وهذه بروتينات في الخلية يتم تنشيطها بواسطة الإستروجين.



رائحة الفم الكريهة يمكن أن تشير إلى عدوى رئوية "مزمنة"

في كثير من الحالات، ترتبط رائحة الفم الكريهة بما تأكله وتشربه. وغالباً ما يكون أيضاً مؤشراً على وجود مشكلات داخل الفم، مثل أمراض اللثة.

ومع ذلك، يمكن أن تحدث رائحة الفم الكريهة أيضاً بسبب مجموعة من المشكلات الطبية الأخرى في أماكن أخرى من الجسم.



قبل UNC Health، الذي يدرج الالتهاب الرئوي والتهاب الشعب الهوائية كأسباب لرائحة الفم الكريهة. وتدعى أن ما بين 5% إلى 10% من حالات رائحة الفم الكريهة ناتجة عن مشاكل خارج الفم أو الأنف.

ووفقاً لموقع WebMD، فإن إحدى هذه المشكلات الصحية هي حالة الرئة المزمنة. ويمكن أن تشمل هذه الحالات الربو والتهاب الشعب الهوائية والالتهاب الرئوي. ويقول الموقع الصحي: "رائحة الفم الكريهة يمكن أن تنتج عن جفاف الفم أو الأطعمة والمشروبات التي تتناولها. لكن أمراض اللثة والتهاب اللثة يمكن أن تساهم أيضاً في تكرار مزعج لرائحة الفم الكريهة. وبعيداً عن الأسنان واللثة، يمكن أن تنتج رائحة الفم الكريهة عن بعض المشاكل الصحية الأساسية التي تتطلب عناية طبية فورية".

وربطت دراسة نُشرت في مجلة Research in Medical and Dental Science عام 2019، رائحة الفم الكريهة بأمراض الرئة. وأضافت أنه "من بين الأمراض التي تسبب رائحة الفم الكريهة الخراج الأنفي البلعومي والتهابات الجهاز التنفسي السفلي مثل توسع القصبات وسرطان الحنجرة وخراج الرئة والتهاب الشعب الهوائية المزمن والربو والتليف الكيسي وأمراض الرئة الخلالية والتهاب الرئوي".

وقال الباحثون: "التهاب الشعب الهوائية يوضح الباحثون: "يحدث التهاب الشعب الهوائية عندما تصاب أنابيب الشعب الهوائية، والأنابيب المسؤولة عن نقل الهواء إلى رئتيك، بالعدوى والتورم. وهذا يسبب سعالاً حاداً مصحوباً بمخاط كريه الرائحة ورائحة الفم الكريهة".

يقول الباحثون: "التهاب الرئوي هو عدوى بكتيرية أو فيروسية تصيب رئتيك. وعندما تصاب الرئتان بالعدوى، تلتصق الأكياس الهوائية وتمتلئ بالبلغم أو القيح، وهذا يسبب نوبات خطيرة من السعال، وعندما يكون السعال مع البلغم ذو الرائحة والقيح، فإنه يسبب رائحة الفم الكريهة".

وكان هذا مدعو ما من

مراجعة د. محمود علياء



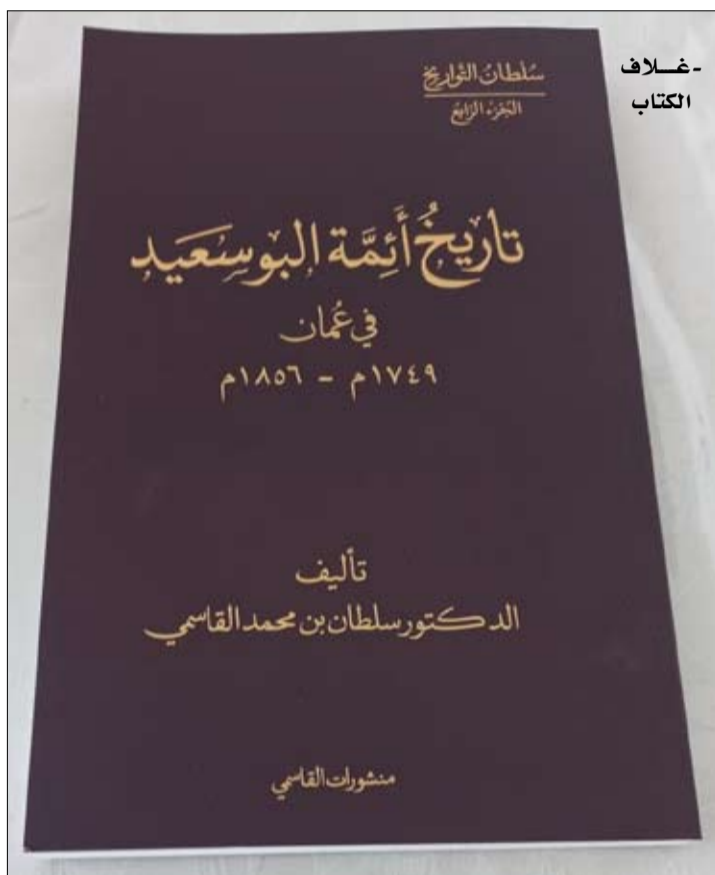
صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي يتوسط الرئيس ميشال سلمان، والزميل الدكتور محمود علياء في افتتاح المنتدى الإعلامي

تتوالى إصدارات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى للاتحاد حاكم الشارقة عاماً بعد عام شاملة للأدب والتاريخ، والسياسة والاجتماع، والفلسفة والدين، والحياة والناس عامة.

إصدارات سلطان بن محمد القاسمي تتوالى في سلسلة سلطان التواريخ

- كتاب تاريخ أئمة البوسعيد في عمان آخر هذه الإصدارات

- تاريخ منهجي لأئمة البوسعيد في عُمان يزدان بالتوثيق والتعليق والتحليل



عن الإمام سعيد بن سلطان، والارتباط مع الحكومة البريطانية. وفي الفصل العاشر، يتحدث سموه عن الإمام سعيد بن سلطان بين عمان والسواحل.

ويذكر سموه في خاتمة الكتاب "صفحة 216" أنه بعد اطلاع السلطات البريطانية على كذب كابتن "كريستوفر بالمر ريغي" أخذت بريطانيا برايه، وهسمت الإمبراطورية العمانية، وانفردت بالأقليم الأفريقي، واستطاعت أن تنزع الساحل الأفريقي من انتمائه إلى زنجبار، وهو مشروع الانتقام نفسه، الذي حاولت بريطانيا تنفيذه في شهر ديسمبر العام 1823 ميلادية.

ويتمتع فصول الكتاب العشرة ثلاثة ملاحق يوضح سموه بالصور الوثيقة الفرق بين علم غافري، وعلم بريطانيا، وكيف يترين علم غافري بوسطه بين الأخضر والأحمر الآية الكريمة "نصر من الله وفتح قريب".

أما الملحق الثاني فيأتي برسالة "وليم بروس" مدير وكالة شركة الهند الشرقية في "أبوشهر" إلى السكرتير الأول لحكومة بومبي "جيه لومسدن".

أما الملحق الثالث، فيذكر سموه رسالة "وليم بروس" مدير وكالة شركة الهند الشرقية في "أبو شهر" إلى الرئيس والحاكم في المجلس، لحكومة بومبي "لاجوناثن ريكان". ثم يتبع هذه الملاحق سلسلة هوامش للكتاب، حيث يرقى سموه في توثيقه إلى أعلى مراتب البحث عن الحقيقة، بقدر ما يسعى إلى توثيق التاريخ، بالأشخاص والزمان والمكان، مع خلفيات كل قضية، أو كل حدث، أو كل طارئ، لتكون خلاصة الخلاصة إضافة راحة للمعرفة الإنسانية عامة، وللأجيال المتواليه بشكل خاص.

التي سببتها القبلية، ومن التجزئة، التي سببتها الأطماع الأجنبية. ويتابع سموه: كانت تلك المدة قرناً ونيفاً، كان القائد منهم فيها لا يسكن بعد حدته، ولا يلين بعد شدته، حتى يسلم الراية إلى من يليه في القيادة، ويضيف سموه في المقدمة: إن هذا الكتاب هو جزء من الموسوعة التي أطلقت عليها: "سلطان التواريخ" ومعناها حجة التواريخ، ويأتي تاريخ كتاب أئمة البوسعيد في الجزء الرابع من تلك الموسوعة، أرجو الله تعالى أن أكون قد وفقت، في نقل كل ما جاء في الوثائق والكتب بصدق وأمانة، والله ولي التوفيق.

تاريخ أئمة البوسعيد في عمان

فقبل أيام معدودات، وفي سلسلة "سلطان التواريخ" الصادرة عن منشورات القاسمي في الشارقة، صدر الجزء الرابع من كتاب "تاريخ أئمة البوسعيد في عمان" ما بين العام 1749 ميلادية، والعام 1856 ميلادية، وذلك في معرض الدوحة الأخير للكتاب.

ويتناول سموه في الكتاب، وبمنهجية الأكاديمية المهودة، وتوثيقه المعتمد، وخلال عشرة فصول متواليه، شخصية الإمام أحمد بن سعيد البوسعيد مؤسس دولة البوسعيد في الفصل الأول. وفي الفصل الثاني يتناول النهضة العمانية في عهد الإمام أحمد بن سعيد، كما يتناول في الفصل الثالث المهام الصعبة، وفي الفصل الرابع يتحدث سموه عن مقتل شيوخ بني غافر، وفي الفصل الخامس يأتي إلى موضوع الخلاف بين أبناء الإمام أحمد بن سعيد. أما في الفصل السادس فيتناول سموه مقتل الإمام سلطان بن أحمد، وفي الفصل السابع يتحدث عن الأوضاع الخطيرة في عمان، أما في الفصل الثامن فيتناول موضع السيد سعيد بن سلطان إماما لعمان.

ويتابع سموه وثيقته التاريخية الدقيقة، فيحدث في الفصل التاسع

فتجمع هذه الإصدارات المتواليه، بين أصالة الماضي، وحدانية الحاضر، واستشراف المستقبل، بتوازن موضوعي ودقيق ومدروس، يمين على فهم الحقائق بأناة، وتبصر. فيثري المكتبة العربية بهذه الإصدارات المتواليه، المصاحبة لسبل البحث عن الحقائق، بمنهجية علمية مدروسة تعيد الرواية إلى الوثيقة، والتاريخ إلى التاريخ، وتنوع المصادر والمراجع، إلى منهج البحث العلمي الخلاق، والذي يستند على الحقائق متفردة، أو مجمعة، في سياق الاستقراء، والاستنتاج، والسعي قدما إلى خلاصة الخلاصة، في تكريس حقائق، أو دحض أوهام، تفضي إلى ما يعتمد عليه من معلومات راسخة، تضيف إلى المكتبة العربية المزيد من كنوز المعرفة، وتفصيل الأحداث المكتنزة بالتعليق والتحليل والتصنيف. ليأتي دور التحقيق الوثيق، الذي يغربل ما يتوالى من روايات و معلومات، وما يفرضه من شروحات، وما يصل إليه من خلاصات. تضيف النور على النور، ليأتي الضوء الكاشف بكنوز المعارف. فينهل منها القارئ بسفغ، والدارس بحصافة، والباحث بتبصر، والعالم بيقين راسخ لا يخيب نوره، ولا يشغ زينه، ولا يهتز سطوعه. وهكذا نجد لدى سموه دائما في مؤلفاته المتواليات منارات ساطعة تجمع بين الكم والنوع، وتقتل بين الغث والسمين، فانزبد يذهب جفاء، وما ينفع الناس يمكث في الأرض، مصابيح في مشكاة الحقائق، شعاعها الحكمة والموعظة، ونورها العلم والمعرفة من جيل إلى جيل.

المقدمة

يقول سموه في مقدمة الكتاب: يروي هذا الكتاب جزءاً من تاريخ عمان في مدة من الزمان، ليست بالقليلة أو الكثيرة، قادها أئمة أئمة، غايتهم من الزمان والمكان، حفظ تلك الأمة، وتلك الأرض من الفرقة،

الأرشيف والمكتبة الوطنية يسلط الضوء على خطة تصنيف الوثائق في الجهات الحكومية



الاتحادية والتي أعدها الأرشيف والمكتبة الوطنية وفقاً للمادة 35 من اللائحة التنفيذية للقانون الاتحادي رقم 7 لعام 2008 بشأن الأرشيف والمكتبة الوطنية، والتي تشرح تفاصيل الأوصاف التي تتكون من وظائف وأنشطة وعمليات، مع الإصرار على ضرورة البدء بتطبيقها لدى الجهات الاتحادية.

ويواصل الأرشيف والمكتبة الوطنية عبر العديد من الأنشطة والفعاليات المتخصصة دوره في حفظ ذاكرة الوطن وفق أساليب حديثة وتقنيات متطورة.

لدى الأرشيف والمكتبة الوطنية لأهمية تصنيف الوثائق، وشرح المراحل والمنهجية المتبعة لإعداد تلك الخطة وكيفية تطبيقها ورقياً وإلكترونياً. وتجدر الإشارة إلى أن هذه الدورة التدريبية التي سلطت الضوء على إعداد خطة تصنيف الوثائق في الجهات الحكومية - تسهم بشكل كبير في تعزيز مهارات موظفي الأرشيف وتطوير الكوادر المؤهلة في مجال إدارة الوثائق والأرشيف؛

إذ استعرضت خطة التصنيف الوظيفي للوثائق المشتركة في الجهات الحكومية

وتأتي هذه الدورة التدريبية انطلاقاً من إدراك الأرشيف والمكتبة الوطنية لأهمية الوثائق الحكومية لما فيها من معلومات قيمة وفريدة من نوعها يمكن الاستفادة منها في حفظ الحقوق والاستثمار في التجارب السابقة ودعم اتخاذ القرارات، ما يستوجب حفظها بشكل جيد في بيئات مناسبة، وتنظيمها وتصنيفها وفق أفضل الممارسات، والقواعد العلمية والمتطلبات القانونية. هذا وتطرقت الدورة التدريبية المتخصصة التي حضر فيها الدكتور سفيان بوحرات خبير فني في الأرشيف

أبوظبي-الجزيرة

نظم الأرشيف والمكتبة الوطنية دورة تدريبية افتراضية حول موضوع إعداد خطة تصنيف الوثائق، والتي استهدفت موظفي الجهات الحكومية بالدولة، لتمكينهم من إعداد نظم متطورة لتصنيف الوثائق وإدارتها، وصولاً إلى مُدَّت استبقائها وتقرير مصيرها بالحفظ الدائم في الأرشيف والمكتبة الوطنية إذا كانت مهمة في تاريخ دولة الإمارات العربية المتحدة أو إتلافها إذا لم تعد هناك فائدة من الاحتفاظ بها.

بالتعاون مع مركز أبوظبي للغة العربية وضمن برنامج رحلة الأجيال

قصر الوطن يستقبل عدداً من المواطنين الإماراتيين للتعرف على إنجازات الدولة الملهمة بين الماضي والحاضر



الهامة، والجلسات الدورية للمجلس الأعلى للاتحاد، وقاعة الهدايا الرئاسية التي تضم العديد من العروض القيمة المقدمة على مر السنين من رؤساء دول وشخصيات بارزة، استعانوا بها كلفة ترحيب للتعبير عن محبتهم وتقديرهم لدولة الإمارات.

وتجول الضيوف أيضاً أثناء زيارتهم في أرجاء مكتبة قصر الوطن التابعة لدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، واطلعوا على أحدث الكتب والإصدارات، كما قاموا بزيارة معرض جائزة الشيخ زايد للكتاب، والذي يضم مجموعة من الكتب الفائزة بالجائزة في الدورات السابقة، بالإضافة إلى تجولهم في معرض الكتب النادرة، والذي يحوي على مجموعة من المخطوطات والكتب النادرة، كما تعرفوا أيضاً على كافة الخدمات المكتبية والإلكترونية التي تقدم للجمهور من خلال وسائل وتقنيات حديثة.

واختتم الضيوف جولتهم بالتعرف على امتزاج الماضي بالحاضر والأصالة بالحضارة والتحضّر والحداثة والمدنية في هذا الصرح الحضاري الاستثنائي الذي يجسد مسيرة التقدم في دولة الإمارات العربية المتحدة، ويشكل جسراً للتواصل العربي والحضاري بين شعوب العالم. وتمتاز زيارة قصر الوطن بتجربة ثقافية فريدة، ويمكن للزوار من مختلف الأعمار زيارته مراراً وتكراراً، لاسيما وأن زيارة واحدة لا تكفي لمشاهدة جميع روائع العمارة وصنائه الفنية والتعرف على إرثه التاريخي الأصيل. ويستقبل قصر الوطن الزوار من جميع الأعمار يومياً من الساعة 10:00 صباحاً حتى الساعة 5:30 مساءً.

الكبرى التي تحتل موقعاً مميزاً وسط قصر الوطن، حيث تعرفوا بصحبة المرشد الخاص على القاعات المختلفة التي تجسد ملامح جمال القصر، وتعكس روعة التصاميم والزخارف والأشكال الهندسية البديعة، وشاهدوا المجموعة الواسعة من القطع الأثرية والمخطوطات النادرة، التي تستعرض تاريخ العالم العربي والمساهمات العربية في الحضارة الإنسانية في مختلف المجالات.

وتعرف الضيوف كذلك على عدد من المواقع الخاصة مثل القاعة المخصصة لاستضافة الاجتماعات والقمم الرسمية

أبوظبي-الجزيرة

تماشياً مع إرثه الثقافي والتراثي الفريد، استضاف قصر الوطن ضمن برنامج "رحلة الأجيال" يوم 20 يونيو مجموعة من المواطنين الإماراتيين بالتعاون مع مركز أبوظبي للغة العربية التابع لدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي.

وبدأ الضيوف جولتهم بعبور بوابات القصر المهيبة المصنوعة من خشب القيقب الفاخر، وصولاً إلى القاعة



منوعات

الفكر

27

يشهد موسم عيد الأضحى السينمائي، منافسة قوية لنجوم الصف الأول، حيث تستعد دور العرض السينمائي لاستقبال 4 أفلام هم، "بيت الروبي" بطولة كريم عبد العزيز ونور اللبنانية وكريم محمود عبد العزيز وتارا عماد، و"البعبع" بطولة أمير كرارة وياسمين صبري ومحمد عبد الرحمن توتا وباسم سمرة ومحمد أنور و"تاج" بطولة تامر حسني ودينا الشربيني وعمرو عبد الجليل وساندي و"مستراكس" بطولة أحمد فهمي وهنا الزاهد.

أبرزهم كريم عبد العزيز وتامر حسني وكرارة

منافسة لنجوم الصف الأول في موسم عيد الأضحى

زوجاتهم، والحفاظ على حقوقهم، وسط ظهور عدد كبير من ضيوف الشرف.

فيلم "مستراكس" بطولة أحمد فهمي، هنا الزاهد، أوس أوس، بيومي فؤاد، محمد أنور، محمود حافظ، رحاب الجمل، أمير شاهين، العمل قصة أماني التونسي، وفكرة محمد سليم وفادي أبو السعود، إخراج أحمد عبد الوهاب.

إيهاب بلبل، وإخراج حسين المنباوي.

فيلم "مستراكس" الزوجين أحمد فهمي وهنا الزاهد لأول مرة سينمائيًا، ويقدمان عملاً كوميدياً، تدور أحداثه حول أحمد فهمي الذي يمتلك شركة يساعد من خلالها الرجال لكي يظلوا

صبري خلال الأحداث، وتحدث بينهما العديد من المواقف، ويحاول التخلي عن إجرامه، وسط العديد من مشاهد الأكلن المزوجة بالكوميديا. فيلم "البعبع" بطولة أمير كرارة، ياسمين صبري، باسم سمرة، ومحمد عبد الرحمن توتا، ومحمد أنور، إنعام سالوسة، رحاب الجمل، بالإضافة إلى عباس أبو الحسن، والعمل من تأليف

كل من، ياسمين صبري، باسم سمرة، ومحمد عبد الرحمن توتا، ومحمد أنور، بالإضافة إلى عباس أبو الحسن، والعمل من تأليف صبري خلال الأحداث، وتحدث بينهما العديد من المواقف، ويحاول التخلي عن إجرامه، وسط العديد من مشاهد الأكلن المزوجة بالكوميديا. فيلم "البعبع" بطولة أمير كرارة، ياسمين صبري، باسم سمرة، ومحمد عبد الرحمن توتا، ومحمد أنور، إنعام سالوسة، رحاب الجمل، بالإضافة إلى عباس أبو الحسن، والعمل من تأليف

بطولة تامر حسني، ودينا الشربيني وبيومي فؤاد، ساندي، هالة فاخر، والعديد من النجوم، وتأليف تامر حسني وإخراج سارة وافي.

فيلم البعبع

يخوض النجم أمير كرارة المنافسة في موسم عيد الأضحى السينمائي بفيلم "البعبع" وهو مجرم يحاول الهرب، ولكنه يقابل ياسمين

فيلم بيت الروبي

يخوض النجم كريم تامر حسني المنافسة في موسم عيد الأضحى السينمائي بفيلم "بيت الروبي" وتدور أحداثه في إطار كوميدى فانتازي، حول تيمة البطل الخارق "سوبر هيرو"، ويجسد تامر حسني شخصيتين لشقيقتين توأم

اسمهما تاج وهارون، ويمران بالعديد من الأزمات مع تتابع الأحداث، الفيلم

افتتح النجم كريم عبد العزيز فيلم "بيت الروبي" موسم عيد الأضحى السينمائي 2023، أمس الأربعاء، حيث قرر صناع الفيلم طرحه قبل حلول العيد بأسبوع ليكون أول أفلام الموسم التي تنطلق في السينما.

تشهد أحداث فيلم "بيت الروبي" مشاركة نجمين كبيرين من نجوم الكوميديا وهما النجم كريم عبد العزيز، والنجم كريم محمود عبد العزيز، كما تدور الأحداث كما أظهر البرومو الرسمي للعمل في إطار كوميدى حول الزوجين إبراهيم الروبي وإيمان (كريم عبد العزيز ونور اللبنانية) اللذان يعيشان في أحد المدن الساحلية، ثم يأتي إليه شقيقه إيهاب (كريم محمود عبد العزيز)، لتدور بينهم العديد من المواقف الكوميدية، ثم يعودوا إلى القاهرة، وعن طريق الصدفة يغني إبراهيم في أحد الأفراح ليصبح

تريندا، وانفلسر مشهور.

فيلم "بيت الروبي" بطولة كريم عبد العزيز، نور اللبنانية، كريم محمود عبد العزيز، تارا عماد، شريف دسوقي، حاتم صلاح، محمود السيسى، وضيوف الشرف محمد عبد الرحمن توتا، منى الشاذلي، مصطفى أبو سريع، وقصة وسيناريو وحوار محمد الدباج وريم القماش وإخراج بيتر ميمي، وتدور الأحداث في إطار كوميدى اجتماعي، حول زوجين يعانين من بعض المشاكل بسبب معاناة الزوجة من مشكلة في الإنجاب، مما يضطرها إلى اختطاف أحد الأطفال للتغلب على تلك المشكلة.



أيتن عامر تنتهي من تصوير آخر مشاهداتها في فيلم "مندوب مبيعات"

انتهت الفنانة أيتن عامر من تصوير آخر مشاهداتها في فيلم "مندوب مبيعات" الذي صورته على مرحلتين بين دبي والقاهرة، قبل شهر رمضان الماضي، وتم استكمال التصوير بعد عيد الفطر مباشرة، وتظهر أيتن عامر خلال الأحداث بشخصية فتاة تعرف عليها بيومي فؤاد الذي يعانى بعد وفاة زوجته وينشأ بينهما قصة حب. فيلم "مندوب مبيعات" بطولة بيومي فؤاد، أيتن عامر، أحمد فتحي، إسلام إبراهيم، هبة عبد العزيز، يسرا المسعود، إيمان يوسف، وائل عوني، أيمن قنديل، منى فاروق، ولياء كرم وعدد من نجومات السوشيال ميديا، وتأليف وإخراج حامد صالح، وتدور أحداثه في إطار اجتماعى كوميدى مع خط رومانسي حول العلاقات العاطفية والزوجية. وتنتظر أيتن عامر طرح فيلم "لف وارجع تاني" الذي تم الانتهاء من تصويره مؤخراً، ويشارك في بطولته شيري عادل، أحمد فتحي، محمود حافظ، صلاح عبد الله، محمد رضوان، طارق الإبياري، إسماعيل فرغلي، سليمان عيد بالإضافة إلى عدد كبير من ضيوف الشرف، منهم سليمان عيد وإسماعيل فرغلي، وهو تأليف محمود حمدان، وإخراج شادي علي.



دينا الشربيني وأوس أوس وبيومي فؤاد وعمرو عبد الجليل نجوم سينما العيدين



فهى وهنا الزاهد، وتشهد الأفلام المقرر عرضها في موسم عيد الأضحى السينمائي، تواجد عدد من الفنانين الذين خاضوا منافسات موسم عيد الفطر ومازالت أفلامهم يتم عرضها في السينمات حتى الآن، ليكون هؤلاء الفنانين هم نجوم سينما العيدين في 2023، وأبرزهم دينا الشربيني، وأوس أوس، بيومي فؤاد وعمرو عبد الجليل وغيرهم. دينا الشربيني شارك في موسم عيد الفطر السينمائي بفيلم "يوم 13" مع أحمد داود، وتخوض منافسات موسم عيد الأضحى بفيلم "تاج" الذي يجمعها بالنجم تامر حسني ويشارك في بطولة الفيلم عمرو عبد الجليل، هالة فاخر، أحمد عبد العزيز، محمد الجوهرى وعدد من الأطفال ومن تأليف تامر حسني وإخراج سارة وافي، ويعد أول فيلم سوبر هيرو مصري. أوس أوس أيضاً شارك في موسم عيد الفطر هذا العام بفيلمين هما "بعد الشر" مع على ربيع وميرنا نور الدين وعمرو عبد الجليل ورنا رئيس وبيومي فؤاد، و"مغامرات كوكو" مع بيومي فؤاد وشيرين رضا وخالد الصاوي ومنة فضالي، يظهر في موسم عيد الأضحى في فيلم "مستراكس" مع أحمد فهمي، هنا الزاهد، محمد أنور، بيومي فؤاد، محمود حافظ ورحاب الجمل.

عمرو عبد الجليل كذلك تواجد في أفلام عيد الفطر 2023 خلال فيلم "بعد الشر" مع على ربيع ويشارك في موسم عيد الأضحى بفيلم "تاج" مع تامر حسني، أما بيومي فؤاد فظهر في موسم عيد الفطر بفيلم "مغامرات كوكو" و"بعد الشر" ويشارك في موسم عيد الأضحى بفيلم "مستراكس" مع أحمد فهمي وهنا الزاهد.

تستعد دور العرض السينمائي لاستقبال أفلام موسم عيد الأضحى 2023 الذي يشهد عرض 4 أفلام هي "بيت الروبي" بطولة أمير كرارة ونور اللبنانية وكريم محمود عبد العزيز وتارا عماد، و"البعبع" بطولة أمير كرارة وياسمين صبري ومحمد عبد الرحمن توتا وباسم سمرة ومحمد أنور و"تاج" بطولة تامر حسني ودينا الشربيني وعمرو عبد الجليل وساندي و"مستراكس" بطولة أحمد فهمي وهنا الزاهد.



الفكر

النوم غير المنتظم يزيد خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية

وأضافت: "الحفاظ على جداول نوم منتظمة وتقليل التباين في النوم هو سلوك نمط حياة قابل للتعديل بسهولة لا يمكن أن يساعد فقط في تحسين النوم، بل يساعد أيضاً في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية لدى كبار السن". ويشار إلى أن أمراض القلب والأوعية الدموية هو مصطلح شامل لوصف للحالات التي تصيب القلب أو الأوعية الدموية وهي أحد الأسباب الرئيسية للوفاة في جميع أنحاء العالم. وتحدث حالات النوبات القلبية عندما يتم منع وصول الدم إلى القلب بسبب تراكم الكوليسترول، والسكتات الدماغية، عندما يحدث ذلك مع وصول الدم إلى الدماغ. ويؤدي ارتفاع ضغط الدم والكوليسترول والتدخين والسكري وزيادة الوزن وعدم ممارسة الرياضة بشكل كاف إلى زيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

نشرت الدراسة كاملة في مجلة Journal of the American Heart Association.

حذر العلماء من أن النوم في أوقات مختلفة كل ليلة قد يعرضك لخطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية القاتلة. وقالوا إن نمط النوم غير المنتظم لبضع ساعات فقط يزيد من فرص الإصابة بهذه الظروف الصحية. وتتبع الدراسة أنماط النوم ضد النوبات القلبية ومعدل السكتة الدماغية لألفي شخص بالغ في الولايات المتحدة لمدة ثلاث سنوات. ووجدت أن خطر الإصابة بنوبة قلبية ارتفع بنسبة 140% لأولئك الذين يعانون من أنماط نوم غير منتظمة تزيد عن ساعتين فقط في غضون أسبوع. ووجدوا أيضاً أن احتمال الإصابة بسكتة دماغية زاد بنسبة 120% لدى أولئك الذين يعانون من أنماط نوم غير منتظمة لأكثر من ساعتين فقط في غضون أسبوع. وقالت المؤلفة الرئيسية للدراسة، كيلسي هول، من المركز الطبي بجامعة فاندربيلت في ناشفيل بولاية تينيسي، إنه يجب على الناس تحسين نومهم للاعتناء بصحة قلوبهم.

اكتشاف ارتباط بين تلوث الهواء واضطراب عقلي مع التقدم في العمر

ارتبط تلوث الهواء بأمراض القلب والأوعية الدموية والجهاز التنفسي، لكن دراستين حديثتين تشيران إلى أنه يمكن أيضاً أن يؤثر على الصحة العقلية. وتقول الدراسة الأولى المنشورة في JAMA Network Open، أن التعرض طويل الأمد لمستويات مرتفعة من تلوث الهواء يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب المتأخر بين كبار السن. وتوصلت الدراسة الثانية التي نشرت في JAMA Psychiatry، إلى أن التعرض طويل الأمد لمخلفات الهواء، حتى المستويات المنخفضة منه، كان مرتبطاً بزيادة الإصابة بالاكتئاب والقلق. ولدراسة آثار تلوث الهواء على الأمريكيين المسنين، قام باحثون من جامعة هارفارد وجامعة إيموري بفحص بيانات ما يقارب 9 ملايين شخص في برنامج الرعاية الصحية التابع للحكومة الأمريكية لمن تزيد أعمارهم عن 64 عاماً. وتم تشخيص أكثر من 1.52 مليون منهم بالاكتئاب خلال فترة الدراسة من 2005 إلى 2016، وفقاً لادعاءات Medicare. وقال الباحثون: "لاحظنا ارتباطات ضارة ذات دلالة إحصائية بين التعرض طويل الأمد لمستويات مرتفعة من تلوث الهواء وزيادة خطر تشخيص الاكتئاب في أواخر العمر". وأضافوا: "لوحظ أن المحرومين اجتماعياً واقتصادياً معرضون لخطر الإصابة بالاكتئاب في أواخر العمر بشكل أكبر بكثير في هذه الدراسة. إنهم يتعرضون في وقت واحد لكل من الضغوط الاجتماعية والظروف البيئية السلبية، بما في ذلك تلوث الهواء". وخلال الدراسة، وضع الباحثون خريطة لمستويات التلوث وقارنوها بعناوين مرضى الرعاية الطبية. وكانت الملوثات التي تعرضوا لها هي الجسيمات الدقيقة مثل الغبار أو الدخان وثاني أكسيد النيتروجين الذي ينبعث بشكل أساسي من الانبعاثات المرورية والأوزون الذي ينبعث من السيارات ومحطات الطاقة والمصانع. وقال الباحثون إن كبار السن قد يكونون عرضة بشكل خاص للاكتئاب المرتبط بالتلوث بسبب ضعفهم الرئوي والعصبي. وأشار الفريق إلى أنه "رغم أن الاكتئاب أقل انتشاراً بين كبار السن مقارنة بالشباب، إلا أنه يمكن أن تكون هناك عواقب وخيمة، مثل ضعف الإدراك والأمراض الجسدية والموت". وفي دراسة أخرى، حقق باحثون في بريطانيا والصين في ارتباط التعرض طويل الأمد للملوثات الهوائية المتعددة بالإصابة بالاكتئاب والقلق. وقاموا بدراسة مجموعة من نحو 390 ألف شخص، معظمهم في بريطانيا، على مدى 11 عاماً ووجدوا أن هناك خطراً متزايداً للإصابة بالاكتئاب والقلق حتى عند مستويات التلوث التي تقل عن معايير جودة الهواء في المملكة المتحدة.



رجل يهبط على باراموتور بالقرب من الأهرامات، في الجيزة، على مشارف القاهرة. - رويترز.

قرأت لك



الفول السوداني

أكد خبراء تغذية أن الفول السوداني يحتوي على فوائد صحية رائعة تعود على القلب والدماغ وكل أجزاء الجسم من هذا الطعام، هذا بالإضافة لكونه مصدراً للطاقة. وتعود فوائد السوداني للجسم سواء كنت تأكل السوداني كوجبة خفيفة أو تتناول زبدة الفول السوداني على الإفطار مع الخبز أو شرائح التفاح. ومن أبرز الفوائد الصحية للسوداني: - يحتوي السوداني على دهون ومكونات نباتية تحارب سرطان المعدة، وتمنع نموه. - يقلل الكوليسترول الجيد الذي يحتويه السوداني من الكوليسترول الضار في الجسم ويعطره. - يوفر السوداني مضادات للأكسدة تمنع انسداد الشرايين والجلطة. - أكل السوداني مفيد للوقاية من السكري، لأنه لا يرفع نسبة السكر بالدم بسرعة، ويعزز الإحساس بالشبع. - يحتوي السوداني على مادة تزيد إنتاج الجسم لهرمون السيروتونين الذي يخفف الاكتئاب.

سؤال وجواب

- أي السور التي ذكر فيها البعوض؟
- سورة البقرة.
- ما هي أول العملات الإسلامية؟
- الدينار الذهبي.
- أي الحيوانات يمكن أن يُصاب بالحبس؟
- القرد.
- ما هو أقوى أنواع الحجارة؟
- الأتاس.
- ما الدولة التي تتكون من عدة جزر على شكل الهلال؟
- جزر القمر.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض
- هل تعلم أن الذهب يوزن بالجرام و الماس بالقيراط
- هل تعلم أن عدد بحور الشعر هو : ستة عشر بحراً
- هل تعلم أن ضوء الشمس لا يتخلل مياه البحر أكثر من 400 م
- هل تعلم أن كثافة كوكب زحل قليلة جداً بحيث أنك لو جعلت هذا الكوكب يسقط في بحر وسيع لطفقا على سطحه
- هل تعلم أن قلم الرصاص مصنوع من الجرافيت
- هل تعلم أن آلة الاسطرلاب آلة فلكية لقياس ارتفاع الكواكب
- هل تعلم أن أول حيوان سار على قدميه في التاريخ هو الديناصور
- هل تعلم أن أول إنسان حاول الطيران هو من أصل عربي واسمه عباس بن فرناس
- هل تعلم أن الرازي أول من استخدم الخيوط في الجراحة
- هل تعلم أن أول دبابية في العالم كانت موجودة في بريطانيا
- هل تعلم أن أشعة الليزر أقوى من أشعة الشمس بأربع مرات
- هل تعلم أن اللغة المالطية هي أكثر اللغات تأثراً باللغة العربية
- هل تعلم أن العنبر يستخرج من أمعاء حوت العنبر وهو مادة قيمة في صناعة العطور
- هل تعلم أن أول من أشاروا إلى تفتيت الحصى في المثانة هم الأطباء العرب
- هل تعلم أن - الرؤية - تعني تحريك العينين وإدراجهما لتسييد النظر على الهدف

قصة جحا المخادع

تمنى شيخ التجار ان يرى احدا يستطيع ان يضحك على جحا وافضى بامتيته هذه إلى حسان احد اصدقائه فقال حسان حسنا ومن يفعل ذلك فقال شيخ التجار له عندي مائة دينار... ذهب حسان إلى السوق وبحث عن جحا حتى وجده وعند ذلك قال له احمد الله اني وجدتك ايها الظالم السارق ثم رفع يده وضعف جحا ضعفاً قوياً وهو يقول الان انا اصغحك يا مسعود أما المرة القادمة فسأنتكك.. فقال جحا: انا لست مسعوداً يا رجل انا جحا ومن هنا لا يعرفني؟ فقال الرجل اسف اسف اعتقدت انك مسعود ثم مشى إلى شيخ التجار فذهب خلفه وعند الباب سمع ضحكاتهم معا ففرح انهم ضحكوا عليه .

في المساء تذكر جحا جيداً وذهب لبيت حسان وطلب مقابلة ثم دخل عليه قلقاً وقال: يا سيد حسان ان شيخ التجار يقول لك ارسل اليه 005 دينار وقال في الحال اسرع فهناك مشكلة ويقول لك العلامة هي ما حدث بينكم صباحاً وما فعلته في جحا.

فصافه حسان واسرع واخرج 500 دينار وقال هل اتي معك؟ فقال: لا... انه واقع في مشكلة ويخاف ان تأخذك الشرطة معه.

ذهب حسان صباحاً وهو متردد وخائف لينظر في امر شيخ التجار... فمر على دكانه فوجده يجلس هناك فاستعجب لذلك. والقى عليه السلام ثم سأله هل تركتك الشرطة؟ فقال شيخ التجار: اية شرطة؟

فحكى له ماحدث وهو يضرب رأسه بيده حزناً على ضياع النقود. فقال شيخ التجار: ومن يعرف ما حدث من امر جحا غيرنا؟ فسمعوا صوتاً يقول انا.. تقدم جحا وهو يضحك.. لا يوجد احد يضحك على جحا. فقال حسان سأخبر الشرطة بما حدث منك فقال جحا.. حسنا اثبت ذلك ايها المخادع وتذكر دائماً ان صغفتي تساوي 500 دينار.

