

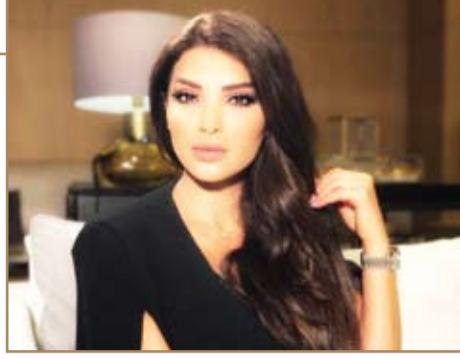
ص 22

برجيل الطبية بأبوظبي تجري
عملية زراعة كبد لأصغر طفل في
الدولة عانى مرضاً خلقياً نادراً



ص 27

دينا حايك:
لا يوجد فنان قادر
على إرضاء كل الأذواق



المضادات الحيوية تضر
بالمعاء.. وهكذا يتم ترميمها

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

اكتشاف متجربة حوت من عصر ما قبل التاريخ

اكتشف علماء أستراليا متجربة حوت حاد الأسنان، وهو حيوان مفترس كان يجوب البحار قبل 26 مليون سنة. وأعاد متاحف فيكتوريا في مليونين تكوين هذا النوع استناداً إلى متجربة جمجمة كانت لا تزال محفوظة بشكل جيد عندما عُثِر عليها عام 2019 في مقاطعة سيرف كوست، جنوب غرب المدينة. وتوصل العلماء إلى أنه "حيوان مفترس سريع الحركة وحاد الأسنان" بحجم الدلفين تقريباً. قال الباحث روبيريد دكان إنه "في الأساس حوت صغير ذو عيون كبيرة وفم مليء بأسنان حادة كالشفرة". وأضاف "تخلوا نسخة من الحوت البالييني شبيهة بسمك القرش، إذ هو صغير ويوحى ظاهرياً أنه ظريف، لكن شكله خادع، وهو بالتأكيد يتسم بالشراسة". وتعود الجمجمة إلى مجموعة من حيتان ما قبل التاريخ، وثمة قرابة بعيدة بينها وبين حيتان اليوم التي تتغذى بالترشيح لكنها أصغر حجماً. وهذا هو رابع نوع من هذه الفئة من الحيتان يُكتشف على الإطلاق، وفقاً لمتاحف فيكتوريا. وقال عالم الإحاثة إريك فينجرال الذي شارك في إعداد الدراسة المنشورة في "زولوجيكال جورنال أو ذي لينين" سوسايتي "إن هذه المتجربة توفر فهماً أعمق لكيفية نمو الحيتان القديمة وتطورها، وكيف ساهم التطور في تشكيل أجسامها أثناء تكيفها مع الحياة البحرية".

جثة شاب تتدلى من عمود كهرباء

شهدت منطقة خلدة جنوب العاصمة اللبنانية بيروت حادثة مأساوية أودت بحياة الشاب حمزة محمود إبراهيم، بعد أن قتل بصقعة كهربائية أثناء محاولته إصلاح عطل مناسخ في شبكة الكهرباء على أحد الأعمدة. وكانت عودة التيار الكهربائي المفاجئة سبباً مباشراً لوفاته على الفور، ما أحدث صدمة كبيرة بين أهله وسكان المنطقة. وتم توثيق لحظات الوفاة المأساوية في فيديو متداول أظهر الشاب معلقاً على العمود قبل أن يتم إنزاله، وحضرت القوى الأمنية والأجهزة المختصة سريعاً، كما تم تأمين الموقع وإطلاق التحقيق في ملابسات الواقعة لتحديد المسؤولين والأسباب، بحسب ما نقلت تقارير إعلامية.

بينها السبانخ.. 5 أطعمة قد تغنيك عن الفيتامينات

للفيتامينات فوائد صحية متعددة، فهي تساعد في إنتاج الطاقة، وتقوية المناعة، بالإضافة إلى دورها في الوقاية من الأمراض المختلفة، وغيرها الكثير. إلا أن العديد من الأشخاص يلجأون للفيتامينات المتعددة كحل سريع لتلبية احتياجاتهم الغذائية. بينما يقول خبراء الصحة إن الاعتماد كلياً على المكملات الغذائية قد لا يكون النهج الأكثر فاعلية. في هذا السياق، كشف اثنان من المتخصصين الطبيين لشبكة "فوكس نيوز" الأميركية عن أفضل البدائل الغذائية لمكونات الفيتامينات المتعددة الشائعة. وفيما يلي 5 أطعمة معتمدة من قبل الأطباء يمكن أن تساعد بشكل طبيعي في استبدال أو تقليل اعتمادك على الفيتامينات المتعددة:



- السبانخ: أشار الدكتور ويليام لي - الطبيب والعالم والمؤلف - إلى أن السبانخ غنية بالعناصر الغذائية الضرورية، بما في ذلك فيتامينات "أ"، و"سي"، و"ب1" (الثيامين)، و"ب2" (الريبوفلافين). وقال لي "فوكس نيوز" إن الخضراوات الورقية تحتوي أيضاً على فيتامينات "ب3" (النياسين)، و"ب6"، و"ب9" (حمض الفوليك)، وفيتامين "إي"، مضيفاً أن "السبانخ يمكن أن تساعد في خفض ضغط الدم، وهو أمر مهم لصحة القلب والأوعية الدموية والوقاية من السكتات الدماغية".
- البابايا: أورد مؤلف كتاب "تناول الطعام للتغلب على المرض" الصادر عام 2019 أن البابايا مصدر ممتاز لفيتاميني "أ" و"سي". كما أوضح أن هذه الفاكهة الاستوائية توفر فيتامينات "ب5"، و"ب9" (حمض الفوليك)، وفيتامين "إي"، التي تدعم صحة الهرمونات والخلايا والمناعة على التوالي. كذلك بين أن البابايا يمكن أن تساعد في تقليل الالتهابات وتحسين المناعة، بالإضافة إلى المساعدة في الهضم. ويقول الخبراء إن هذه الفاكهة الصيفية اللذيذة تساعد في التغلب على الحر مع تعزيز صحة القلب والدماغ.
- العدس: العدس غني بفيتامينات "ب"، بما في ذلك "ب1" (الثيامين)، و"ب2"، و"ب3"، و"ب5"، و"ب6"، و"ب9". ولفت لي إلى أن البقوليات تحسن عملية الأيض، وتخفض الكوليسترول الضار (LDL)، وتخفف الالتهابات. بدوره أوصى الدكتور ديفيد كاهانا، أيضاً بالعدس، واقترح الفاصوليا السوداء أو الحمص كبديل. كما شدد مختص أمراض الجهاز الهضمي في تصريحات "فوكس نيوز" على أن هذه الأنواع "رائعة للبروتين النباتي، وفيتامينات (ب)، وصحة الأمعاء".
- التوت: أوضح كاهانا أن إضافة التوت الأزرق، أو توت العليق، أو الفراولة، أو أي نوع توت آخر تفضله إلى نظامك الغذائي اليومي يمكن أن يحدث فرقاً كبيراً. وأضاف أن جميع أنواع التوت تحتوي على "مضادات أكسدة قوية" تساعد في مكافحة الالتهابات ودعم صحة القلب.
- الأسماك الدهنية: نصح كاهانا بتناول الأسماك الدهنية، مثل السلمون والسردين، لتغطية الاحتياجات الغذائية اليومية. وقال إن هذه الأسماك غنية بأحماض (أوميغا 3) المفيدة لصحة الدماغ والقلب.

دراسة تكشف سبباً محتملاً وراء زيادة خطر إصابة الأطفال بالتوحد

أثبتت دراسة حديثة أجريت في الولايات المتحدة أن تعرض الوالدين لبعض المواد الكيميائية في بيئة العمل قبل وبعد حدوث الحمل يزيد مخاطر إصابة أطفالهم بالتوحد. ويعرف التوحد بأنه من الأمراض العصبية التي تؤدي إلى خلل في الوظائف الاجتماعية ومهارات التواصل لدى الطفل مع ظهور بعض السلوكيات المتكررة لدى المريض، وتبدأين حدة المرض وأعراضه من حالة لأخرى. وفي إطار الدراسة التي نشرتها الدورية العلمية International Journal of Hygiene and Environmental Health المتخصصة في علوم الصحة والطب والبيئة، فحص الباحثون التاريخ الوظيفي لأباء وأمهات أطفال مرضى بالتوحد قبل ثلاثة أشهر من حدوث الحمل وكذلك خلال فترة الحمل، مع قياس معدلات تعرض هؤلاء الآباء والأمهات لحوالي 16 مادة كيميائية بما في ذلك البلاستيكات والبوليمرات والمطهرات والأدوية وسوائل السيارات وغيرها. وقام الباحثون أيضاً بتقييم حدة أعراض التوحد لدى أطفالهم وفق معايير متخصصة لقياس المهارات السلوكية والعرفية والسلوكيات اليومية لهؤلاء الأطفال. ووجد الباحثون أن تعرض الوالدين لمواد مثل البلاستيكات والبوليمرات ترتبط بضعف الأداء العربي ومهارات التأقلم وبعض المشكلات السلوكية مثل الانعزال الاجتماعي والنشاط المفرط.

العمل من المنزل.. هل يشكل مستقبل الوظائف؟

منذ جائحة كورونا، أصبحت خيارات العمل من المنزل، والجمع بين الحضور المكتبي والعمل عن بعد، جزءاً من الحياة اليومية في العديد من الشركات، والتي ترى في هذا النوع مزايها واضحة قد تجعله يشكل مستقبل الوظائف، لكنه بالطبع لا يخلو من العيوب. وبحسب استطلاع أجراه معهد منهام لبحوث الاقتصادية "زد إي دابليو"، شمل قرابة 1200 شركة من قطاعات التصنيع والعلوم، وأجرى في يونيو الماضي، تنتظر الشركات بإيجابية إلى العمل من المنزل في ضوء رضا الموظفين عن مسار العمل بهذا الشكل. وترى أكثر من ثلثي الشركات التي شملها الاستطلاع أن نماذج العمل الهجينة "الجمع بين العمل من المنزل ومقر الشركة" تعد ميزة في هذا الصدد، كما ترى أكثر من نصف الشركات مزايها تتعلق باجتذاب الكفاءات الماهرة، بينما ترى واحدة فقط من بين كل 10 شركات عيوباً. وتختلف الآراء حول الاحتفاظ بالموظفين، فبينما ترى ما يقرب من نصف الشركات بنسبة 47 بالمئة أن نماذج العمل الهجينة تساعد على الاحتفاظ بالموظفين، ترى نحو ثلث الشركات هنا عيوباً. وأبدت شركات انتقاداً شديداً لتأثير نماذج العمل الهجينة على التواصل الداخلي والعمل الجماعي، وترى ثلثا الشركات عيوباً في هذا الصدد، بينما ترى 7 بالمئة فقط مزايا.

عدوى بكتيرية مرتبطة بتقليل شخصين وتصيب 21

أعلنت وزارة الزراعة الفرنسية، إصابة 21 شخصاً في فرنسا بداء الليستريا، وهو عدوى منتقلة عن طريق الغذاء، ووفاة شخصين، أحدهما كان يعاني من مشاكل صحية سابقة. وأوضحت الوزارة أن الإصابات قد تكون مرتبطة باستهلاك جبن طري من إنتاج شركة فرنسية، مشيرة إلى أن العديد من منتجات الجبن من هذه الشركة قد تم سحبها من الأسواق. ودعت الوزارة بشكل خاص النساء الحوامل وكبار السن والأشخاص ذوي المناعة الضعيفة إلى ضرورة الانتباه لأعراض مثل الحمى والصداع وآلام العضلات، مؤكدة أن داء الليستريا قد يتخذ مساراً خطيراً، وأن فترة الحضانة قد تمتد حتى ثمانية أسابيع، وبعد داء الليستريا مرضاً معدياً تسببه بكتيريا الليستريا، التي توجد عادة في الطبيعة. وفي الأشخاص ذوي المناعة السليمة، نادراً ما يؤدي المرض إلى الإصابة، وإن حدث فإنه يظهر في صورة أعراض شبيهة بالإنتانوز أو قيء أو إسهال وغالباً ما تمر العدوى دون ملاحظة.

خبراء: موجات الحر الممتدة تشكل خطراً متزايداً على حياة البشر

باريس-أم:

حذرت منظمة الصحة العالمية، وخبراء في الصحة والمناخ من أن موجات الحر الطويلة لم تعد مجرد إزعاج مؤقت، بل أصبحت تشكل خطراً متزايداً على الصحة البشرية قد تصل إلى الوفاة، وذلك في ظل موجات حر قياسية تثير تساؤلات جديده حول آثارها التراكمية. ووفقاً لوكالة الصحافة الفرنسية، فإن الخطر الأكبر لا يكمن فقط في التأثيرات الفورية مثل ضربة الشمس أو الجفاف الشديد، بل ما ينتج عن تفاعل أمراض مزمنة كالقلب والجهاز التنفسي، والتي قد تظهر أعراضها أو تؤدي إلى الوفاة بعد عدة أيام من بداية الموجة الحرارية، وهو ما أكدته وزيرة الصحة الفرنسية كاترين فورتان بالقول "إن تأثير الحرارة على الأجسام لا يظهر بالضرورة في اللحظة ذاتها، لذا علينا أن نكون يقظين في الأيام التالية". ورغم استمرار الجدل العلمي حول حجم التأثير التراكمي، حيث أشارت دراسة في مجلة "Epidemiology" عام 2011 إلى وجود "تأثير إضافي ضئيف" بعد اليوم الرابع، بينما خللت دراسة أخرى في "Science of the Total Environment" عام 2018 من أهمية مدة الموجة، فقد كشفت أبحاث حديثة بعداً جديداً للمخاطر، إذ وصفت تقارير علمية نشرت عام 2024 في "ذا لانسيت كاونت داون" و"Sleep Medicine" ارتفاع درجات الحرارة بأنه "تهديد عالمي للووم"، مما يضيف قدرة الجسم على التعافي. وتعيد هذه المعطيات إلى الأذهان صيف 2003، حين تسببت موجة حر طويلة في أوروبا بوفاة أكثر من 70.000 شخص، ما يؤكد أهمية دراسة هذه الظاهرة في ظل تغير مناخي متسارع.

الشاي والقهوة يحميان الذاكرة من التدهور في الشيخوخة

قالت دراسة أسترالية جديدة إن الاستهلاك المعتدل للشاي والقهوة يبطئ تدهور التفكير والذاكرة لدى كبار السن. واستندت الدراسة إلى بيانات 8715 شخصاً في المملكة المتحدة، أعمارهم بين 60 و85 عاماً، ممن كانوا خالين من الخرف عند بداية الدراسة، وتمت متابعتهم على مدى 10 أعوام. وتم تقييم الوظيفة الإدراكية باستخدام اختبارات محوسبة تقيس الذكاء السائل (القدرة على حل مسائل التفكير اللفظي والعصبي)، ووقت رد الفعل، والذاكرة العددية، وأخطاء مطابقة الأزواج (اختبار الذاكرة البصرية). أما معدل استهلاك الشاي والقهوة فتم تصنيفه إلى 3 أنواع: عدم تناوله أبداً، أو تناوله باعتدال (بين كوب و3 أكواب يومياً)، أو تناوله بكميات كبيرة (أكثر من 4 أكواب يومياً). وبحث "نيوز-مديكال"، طلب من المشاركين الخضوع لتقييمين إدراكيين على الأقل خلال فترة الدراسة. وشهد المشاركون الذين أفادوا بعدم شرب القهوة مطلقاً أو باستهلاك معتدل للقهوة انخفاضاً أيضاً في الذكاء السائل مقارنة بمن تناولوا كميات كبيرة من القهوة. وبالنسبة للشاي، ارتبط كل من تناول الشاي باعتدال وكثافة بانخفاض أيضاً في الذكاء السائل مقارنة بمن لم يتناولوا الشاي مطلقاً.



كوداك.. مهددة بالتوقف بعد 133 عاماً

أعلنت شركة "إيستمان كوداك"، الرائدة في التصوير الفوتوغرافي منذ 133 عاماً، أبناء صامدة، موضحة أنها قد تضطر إلى وقف عملياتها نهائياً في ظل أزمة مالية خانقة تهدد ببقائها. وكشفت الشركة، في تقرير أرباحها الأخير، أنها لا تملك "تمويلًا مضموناً" أو سيولة متاحة "للسداد التزاماتها المقبلة التي تبلغ نحو 500 مليون دولار، مؤكدة أن هذه الظروف "تثير شكوكاً جوهرياً حول قدرة الشركة على الاستمرار". وأوضحت أنها تعتمد توفير السيولة بوقف مساهماتها في خطة معاشات التقاعد، مع تقليل أثر الرسوم الجمركية على نشاطها، خاصة أن معظم منتجاتها، من كاميرات وأحبار وأفلام، تصنع في الولايات المتحدة. ورغم هذا التحذير القاتم، أكد المتحدث باسمها لشبكة "سي إن إن" أن الشركة واثقة من قدرتها على سداد جزء كبير من قرضها طويل الأجل قبل موعد استحقاقه، مع العمل على إعادة هيكلة أو تمديد أو إعادة تمويل ما تبقى من ديونها وأسهمها المتأثرة.



في جراحة ناجحة استغرقت 12 ساعة

مدينة برجيل الطبية بأبوظبي تجري عملية زراعة كبد لأصغر طفل في الدولة عانى مرضاً خلقياً نادراً

•• أبوظبي - الفجر

هي براعة فائقة في الميكرومليمتر تُجرى تحت ضغط شديد، حيث يتناغم كل فرد من الفريق بشكل مثالي للحفاظ على استقرار حالة الطفل طوال العملية. وأضاف: "أحمد بات من بين الناجين القلائل حول العالم من هذا المرض النادر بفضل الزراعة التي تكلت بفضل الإيمان بالله والتنسيق الدقيق للأدوار بين الفريق الطبي وبالطبع تعاون العائلة منذ بداية الرحلة، مشيراً إلى أن أحمد ينمو بشكل جيد حالياً مع تحسن مستمر في وظائف الكبد ورصد دقيق لتطوره العصبي، ويتلقى دعماً غذائياً ومتابعة مناعية وإرشاداً عائلياً ضمن برنامج رعاية طويل الأمد".

أجريت العملية في شهر أبريل 2025، وكانت واحدة من أكثر العمليات الجراحية تعقيداً للأطفال في المنطقة، وقاد فريق الجراحة الدكتور غوراب سين والدكتور جونز ماتيو، حيث تم تحضير قطعة صغيرة من الكبد تناسب تجويف بطن الرضيع الضيق، وأدار فريق تخدير الأطفال بقيادة الدكتور رامامورثي العملية بدقة عالية، مع دعم مكثف في وحدة العناية المركزة للأطفال بقيادة الدكتور كيسافا راماكريشنان استشاري العناية المركزة للأطفال ورئيس الوحدة حيث مكث فيها أحمد لبضعة أيام بعد العملية، وبالرغم المخاطر الكبيرة، نجحت العملية، وتمكن أحمد من التنفس بشكل طبيعي بعد فترة وجيزة، وبدأ في تناول الطعام خلال أيام، مع تحسن كبير في وظائف الكبد، وقد أشرف على متابعة الحالة فريق متعدد التخصصات يشمل أطباء العناية المركزة، وأطباء الجهاز الهضمي، وأخصائيي التغذية، وأخصائيي التأهيل.

خلق نادر في "الجليكوزيل" مرتبط بجين ATP6API، وهو اضطراب وراثي نادر جداً لا يتجاوز عدد حالاته 25 حالة في العالم بحسب الدراسات والأبحاث العالمية. وقال الدكتور جونز شاجي ماثيو، جراح زراعة الأعضاء في مدينة برجيل الطبية: "هذا المرض متعدد الأوجه لكنه يؤثر بشدة على الكبد، كانت حالة أحمد تتدهور بسرعة في طريقها نحو الفشل الكبدي، لم تكن هناك إجابات واضحة بسبب ندرة المرض، لكن كان علينا التحرك لإنقاذ الطفل". وبينما كان الفريق الطبي يدرس تعقيدات إجراء الزراعة لطفل صغير بحالة صحية غير مستقرة، ونظراً لحالته الحرجة احتاج الطفل إلى عملية زرع كبد عاجلة، وبحثت الأسرة عن متبرع حي لتجنب أي تأخير لكن دون جدوى، حتى جاء الأمل من داخل الأسرة، حيث تبرعت زوجة عم الطفل كمتبرعة حية، وكانت مطابقة تماماً ولانقطة للتبرع له. قال يحيى، والد الطفل: "لا أنسى ألم فقداننا ابناً الأول بسبب مرض الكبد، وعندما علمنا بحالة ابنتنا أحمد، شعرت أن القدر يلعب دوره، لكن الفريق الطبي أعادوا لنا الأمل، وعادت لنا الحياة بفضل زوجة أخي".

في اليوم العالمي للتبرع بالأعضاء الذي يأتي في 13 من أغسطس كل عام، تبرز قصة الطفل الإماراتي أحمد يحيى الياسي، الذي نجا من مرض وراثي نادر بفضل جزء الكبد الذي تبرعت به له زوجة عمه في جراحة ناجحة استمرت لـ 12 ساعة، تُسلط الضوء على الأثر الكبير للتبرع بالأعضاء وقوة الدعم العائلي في مواجهة التحديات الصعبة في الحياة وإنقاذ الأرواح.

قبل عدة أشهر، واجه الطفل الرضيع أحمد يحيى مستقبلاً غامضاً بعدما تم تشخيصه بمرض وراثي نادر أثر على كبده والأنظمة الحيوية الأخرى في جسده، حينها عندما خضع لعملية زراعة كبد، لم يتجاوز وزنه 4.4 كيلوغراماً وكان عمره أقل من خمسة أشهر فقط، ليكون أصغر طفل يشهد هذا الإجراء الناجح في دولة الإمارات، وقد تحقق هذا الإنجاز بفضل شجاعة أحد أفراد العائلة ومهارة الفريق متعدد التخصصات في مدينة برجيل الطبية.

كان مولد أحمد الطفل الخامس للعائلة والولد الوحيد لأربعة أخوات بنات، مصدر فرح وأمل، خصوصاً بعد أن فقدوا ابنتهم الأول عام 2010 بسبب مرض في الكبد، ولكن بعد الولادة بفترة قصيرة، أشارت أنزيمات الكبد المرتفعة لفق الأطباء، وعلى الرغم من توقعات استقرار الحالة الصحية تدهورت حالة أحمد سريعاً، وتم تشخيصه في مدينة برجيل الطبية بمرض



«ديواني الشارقة» يفوز بتكريم دولي جديد في عاصمة الخط العربي

هشام المظلوم يهدي التكريم لحاكم الشارقة راعي وداعم الفن التشكيلي

•• إسطنبول - عبدالرحمن نقي

من خمسين خطاطاً من تركيا والإمارات والمغرب والعراق وسوريا واليمن وفلسطين والجزائر وإيران وأفغانستان وألمانيا، وتضمن عرض منزل مشروع ديواني الشارقة بالإضافة إلى عرض أكثر من 150 لوحة فنية بالإضافة إلى 3 أسطر خطية تمثل مدارس وأساليب متنوعة في فن الخط العربي، وجناح خاص لأعمال الخطاطين القدماء المعروضة.

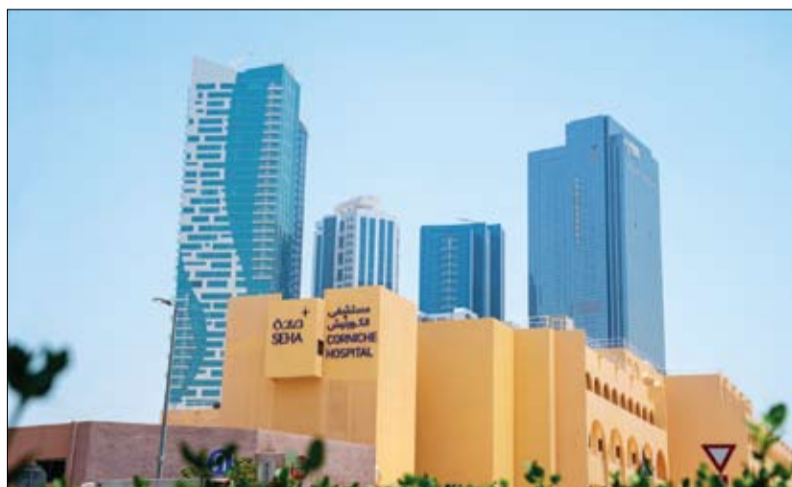
والأعلى حاكم الشارقة راعي وداعم الحركة التشكيلية والفنية ولدور سموه والشارقة في الحفاظ وإبراز الثقافة والفنون العربية والإسلامية. وحل المظلوم ضيفاً شرفياً في حفل الانطلاق الرسمي للمعرض الأول لدراسة الخطاطين في إسطنبول "SESSİZ TEBLİĞ" في مركز الثقافة والفنون لجامع تقسيم 13-2 أغسطس الجاري، وشهدت الانطلاقة الرسمية حضور شخصيات رفيعة المستوى من تركيا وعدد من الدول والمنظمات، من بينهم سعادة سليمان صويلو ممثل وزير الثقافة التركي والنائب في البرلمان، وممثلين عن منظمة المؤتمر الإسلامي وجائزة البدر بدولة الامارات العربية المتحدة، والمركز الإسلامي في الكويت وشخصيات بارزة من أقطار مجلس التعاون الخليجي واليمن، وسوريا، والعراق. شارك في المعرض الأول لدراسة الخطاطين عدد من الاساتذة الرواد وأكثر

نال ميني "ديواني - الشارقة" مالكه المصمم الإماراتي هشام المظلوم، تكريم دولي جديد هو الثالث في غضون عام واحد من إنجاز المشروع، وهو تكريم المعرض الأول الدولي لدراسة الخطاطين في "عاصمة الخط العربي" إسطنبول، كما تم استضافة المصمم هشام المظلوم في ندوة دولية فنية مميزة في جامعة جيليشم، استعرض فيها تجربته في تصميم مشروعه العالمي "أول ميني في العالم يمزج بين الخط العربي والعمارة المعاصرة".

وأهدى المصمم الإماراتي هشام المظلوم الفوز والتكريم الدولي الجديد إلى صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس

مركز الكورنيش للخصوبة يحقق حلم الإنجاب للمرضى

المرکز ينجح في علاج حالات الخصوبة عالية الخطورة، مقدماً الأمل للمرضى ذوي التاريخ الطبي المعقد



يقبل من مخاطر المضاعفات أثناء العلاج، مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق حمل ناجح". أعلنت دائرة الصحة - أبوظبي أن نسبة نجاح عمليات التلقيح الاصطناعي في أبوظبي قد بلغت أكثر من 51%، وتعد من بين الأعلى عالمياً، مشيرة إلى أن المنشآت الصحية المتخصصة في الإمارات قد سجلت 695 حالة ولادة ناجحة باستخدام التلقيح الاصطناعي خلال العام 2024. وتعد نسبة النجاح المتميزة دليلاً على جودة وكفاءة خدمات الرعاية المقدمة في أبوظبي، والتي استطاعت أن تُرسخ مكانتها بين أفضل وجهات الرعاية الصحية عالمياً.

من جينتين لإجراء اختبار التشخيص الوراثي. وصالحان للنقل. وبعد تحضير بطانة الرحم عبر دورة طبيعية، تم نقل جين واحد في 11 سبتمبر 2024، وأسفر ذلك عن تأكيد الحمل بجينين واحد في 9 أكتوبر 2024. وتعيش جينا الآن فرحة حملها في الأسبوع الثاني والثلاثين. وأعلنت الدكتورة راكيل لوجا فيتورينو، أخصائية الإخصاب وأطفال الأنابيب في مستشفى الكورنيش، قائلة: "تجسد هذه الحالة أن مركز الكورنيش للخصوبة هو الوجهة المفضلة لعلاج التناسل، حيث تتم إدارة الحالات المعقدة وعالية الخطورة من خلال نهج متعدد التخصصات

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت شركة "صحة"، التابعة لـ "بيورهيث"، أكبر مجموعة للرعاية الصحية في منطقة الشرق الأوسط، أن مركز الكورنيش للخصوبة، يواصل تعزيز مكانتها كالمزود الرائد لخدمات الطب التناسلي المتخصص في أبوظبي وعلى مستوى دولة الإمارات العربية المتحدة، من خلال مشاركة قصة نجاح ملهمة جديدة. ويشتهر مركز الكورنيش للخصوبة بنموذج متعدد التخصصات رسالته في تحقيق حلم الإنجاب للمرضى، حيث نجح في مساعدة المريضة جينا فيتالاف، على تحقيق الحمل بعد سنوات من العقم الثانوي، وقد تم تحويل جينا من مركز إخصاب آخر بسبب تاريخها الطبي المعقد، والذي شمل إصابات بجلطة دماغية ناجمة عن تمرق الشريان السباتي والإصابة بخلل التنسج الليفي العضلي، مما يجسد الخبرة والرعاية المتخصصة عالمية المستوى التي يقدمها المركز. وقد استقبل المركز المريضة لأول مرة في مايو 2024 بعد ثلاث سنوات من محاولات الحمل غير الناجحة، بالإضافة إلى سجل من أربع دورات. بناء على حالتها، نصحت جينا بالبدء بعلاج أطفال الأنابيب في مركز الكورنيش للخصوبة، وبعد وضع خطة علاجية منسقة وعناية وبالتشاور مع أطباء الباثنية. تم استرجاع ثنتي عشرة بويضة، خضعت خمس منها للإخصاب الطبيعي، كما تم أخذ خزعة



شرطة أبوظبي تكرم الشباب المتميزين تزامناً مع اليوم العالمي للشباب

للمواصلات، وشركة ساعد للأنظمة المرورية، تقديراً لجهودهم في إنجاز مبادرات الإدارة، وإسهامهم في نشر الوعي المروري بين مختلف فئات المجتمع.



كرمت شرطة أبوظبي ممثلة في إدارة المرور والدوريات الأمنية بمنطقة العين بمدينة المرور والدوريات الأمنية، عدداً من الشباب العاملين المتميزين، تزامناً مع اليوم العالمي للشباب، وذلك بحضور العقيد سعيد علي الحساني نائب مدير المديرية لشؤون الدوريات الأمنية، والمقدم أحمد عبدالله الشريفي نائب مدير المديرية لشؤون المرور، وعدد من الضباط والعناصر الشرطية وممثل الشركاء الداخليين، في مبنى الإدارة. وأكد العقيد جابر سعيدان المنصوري مدير إدارة المرور والدوريات الأمنية بالعين، أن شرطة أبوظبي تولي اهتماماً كبيراً بالشباب من منسوبيها، باعتبارهم ركناً أساسياً في مسيرة بناء الوطن، لا لهم من دور بارز في تطوير منظومة العمل الشرطي والأمني، والمساهمة في تنفيذ المشاريع والمبادرات والبرامج التي تعزز الوعي الأمني لدى أفراد المجتمع، إلى جانب ابتكاراتهم الإبداعية في مختلف المجالات، وشمل التكريم منسوبي إدارة الترخيص والأليات والسائقين، وإدارة المرور والدوريات الأمنية، وقسم الإعلام الأمني، والشباب العاملين من الشركاء الداخليين، ومنهم مؤسسة الإمارات

منوعات الفكر

23

أصبح الاستهلاك العشوائي للمضادات الحيوية آفة العصر التي يحذر منها الأطباء والعلماء لما لها من تداعيات، على رأسها مقاومة مضادات الجراثيم التي تتزايد صعوبات مواجهتها. وصحيح أنه قد لا يكون هناك مفر من تناول المضادات الحيوية أحياناً، وتكون هناك حاجة ماسة لذلك لمعالجة حالات معينة، لكن، لتناولها شروط ودواع لا بد من التقيد بها للحد من تداعيات تناول هذا النوع من الأدوية، إذ لا يعرف الجميع أن المضادات الحيوية لها أثر كبير في صحة الأمعاء وفي التوازن البكتيري بالجهاز الهضمي، مما ينعكس على صحة الجسم بالكامل من نواح عديدة. لذلك، عند الحاجة إلى تناولها تبرز أهمية اتخاذ كل الإجراءات اللازمة لاستعادة صحة الأمعاء وتوازن البكتيريا فيها بأسرع وقت ممكن إذا كان ذلك ممكناً.

يجب عدم تناولها من دون سبب يبرر ذلك ومن دون استشارة طبيب

المضادات الحيوية تضر بالأمعاء... وهكذا يتم ترميمها

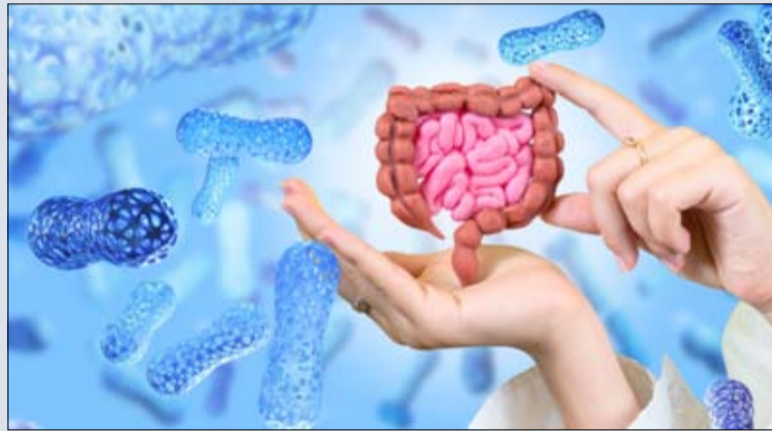


وحده الطبيب يحدد الحاجة إلى ذلك بعد التأكد أن سبب المشكلة بكتيريا وليست فيروساً. كما تدعو شاتيللا إلى ترك الجسم يقاوم المرض قبل اللجوء إلى المضاد الحيوي لأن الجسم يكون قادراً على تخطي الالتهاب تلقائياً أحياناً، فيتعافى من دون حاجة إلى مضاد حيوي، إنما المشكلة الأساس في تناول المضادات الحيوية بكونها تقتل البكتيريا الجيدة كما الضارة في معظم الأوقات، وهي لا تميز بين النوعين في معظم أعضائها. هي تقتل مجموعة واسعة من البكتيريا، وغالباً ما تصبح البكتيريا الضارة أعلى نسبة، خصوصاً عندما تكون المضادات الحيوية من النوع الذي يقتل شريحة واسعة من البكتيريا ولا تحدد أنواعاً معينة منها. وتتابع شاتيللا "المشكلة الأساسية في تناول المضادات الحيوية أنها تقتل مجموعة واسعة من البكتيريا في الأمعاء، وهي تقضي على التنوع البكتيري في الوقت نفسه، وتحتاج هذه البكتيريا إلى وقت طويل لاستعادتها، هذا إن عادت، إذ إنه من الممكن ألا تعود أبداً. ويشبه أثر المضادات الحيوية على الأمعاء حال التصحر التي يمكن أن تحصل، مع ما لذلك من انعكاسات على الجسم. فعند تناول المضادات الحيوية تبقى البكتيريا المقاومة أكثر، وقد تكون من تلك الضارة مما يسبب مشكلات صحية عديدة منها مشكلات الأمعاء وارتفاع خطر الإصابة بأمراض مرتبطة بالغذاء، وأيضاً صعوبة بامتصاص الفيتامينات، إضافة إلى كل ما لها من أخطار على المناعة، ففسادة التنوع البكتيري تؤثر بطرق سلبية كثيرة في الصحة".

بقدر ما تعتمد المضادات الحيوية في سن صغرى يكون أثرها السلبي أهم وتزيد الأخطار المرتبطة بها والمشكلات التي تنتج منها، منها أمراض الجهاز الهضمي. وأظهرت دراسات أن تناول المضادات الحيوية قبل عمر 10 سنوات، بصورة متكررة، يزيد خطر الإصابة بـ "متلازمة القولون العصبي"، ومواجهة مشكلات مثل النضخة والحرقة في المعدة، لذلك، عندما تدعو الحاجة، يمكن اللجوء إلى المضاد الحيوي الذي يصفه الطبيب حصراً، على أن يكون من الأصناف الوجيهة بحسب نوع البكتيريا المسببة للالتهاب، علماً أنه بات من الممكن كشف نوع البكتيريا بفضل الفحوص المتطورة المتوفرة، وهي تحدد أيضاً ما إذا كانت المشكلة في فيروس أو بكتيريا أصلاً.

من جهة أخرى تدعو شاتيللا إلى التقيد بفترة زمنية معينة في تناول المضاد الحيوي لتجنب التداعيات السلبية التي لا حاجة إليها لأن لتطول المدة تأثيراً أيضاً.

وفي فترة تناول المضاد الحيوي قد ينقد الحياة ولكن، وفق ما يوضحه الطبيب التخصص في أمراض الجهاز الهضمي والكبد سامر خليفة، "يعد اللجوء إلى مضادات الجراثيم حيوياً



المضادات الحيوية هناك إجراءات معينة يمكن اتخاذها للحد من أثارها السلبية في الجهاز الهضمي إلى أقصى حد ممكن والمساهمة في تعالج الأمعاء و"الميكروبيوم" واستعادة التوازن البكتيري والتنوع بأسرع وقت ممكن. أما الإجراءات التي يمكن اتخاذها فهي:

- تناول "البروبيوتيك" التي تحوي الطفيليات الصحية والبكتيريا الجيدة، هذا شرط اختيار الأنواع التي تزيد الدراسات عليها، ويمكن للطبيب أن يحدد ذلك.
- التركيز على تناول المخللات مثل الزيتون والخيار المخلل وغيرها.
- التركيز على تناول اللبن الزبادي العادي، واللبن اليوناني لغناه بالبكتيريا الجيدة، إضافة إلى أنواع أخرى من الأطعمة التي تحوي البكتيريا الجيدة مثل الكفير.
- التركيز على الألبان التي تحوي البكتيريا الجيدة.
- ممارسة الرياضة كونها تعزز مستويات البكتيريا الجيدة.
- اتباع نظام غذائي متوازن وغني بالألياف، بصورة خاصة، لأن الألياف تلعب دوراً مهماً في تعزيز مستويات البكتيريا الجيدة وفي تحسين صحة الجهاز الهضمي.

المضاد الحيوي وإنقاذ الحياة
المضاد الحيوي قد ينقد الحياة ولكن، وفق ما يوضحه الطبيب التخصص في أمراض الجهاز الهضمي والكبد سامر خليفة، "يعد اللجوء إلى مضادات الجراثيم حيوياً

في "الميكروبيوم" ميزان الصحة يلعب "الميكروبيوم" أو مجموعة البكتيريا والفيروسات والطفيليات دوراً جوهرياً في جسم الإنسان، وأي خلل فيها يؤدي إلى تداعيات كبرى على الصحة عامة، لا على صحة الأمعاء فحسب. ففي الجسم عدد كبير من الكائنات الحية الدقيقة، وبحسب الطبيعة الاختصاصية في أمراض الجهاز الهضمي والكبد رجاء شاتيللا تتوزع هذه الكائنات في مختلف مواضع الجسم، "إلا أنها تتركز في القولون بالنسبة الكبرى منها، وهي في معظمها جيدة، ولهذه الكائنات أهمية كبرى لصحة الإنسان، وهي تساعد على الهضم، وعلى الحفاظ على المناعة، ولها أثر حتى في الصحة النفسية بما أنها تؤثر في مستويات السيروتونين في الجسم، مما يؤكد العلاقة الوثيقة بينها وبين الدماغ، لذلك، تبرز أهمية الحفاظ على مستويات جيدة منها في مختلف الأوقات".

خلل مع المضادات الحيوية
في حالات معينة من المؤكد أن الإنسان قد يضطر إلى تناول المضادات الحيوية لأسباب معينة،



دراسة صادمة... جائحة كوفيد-19 سرعت

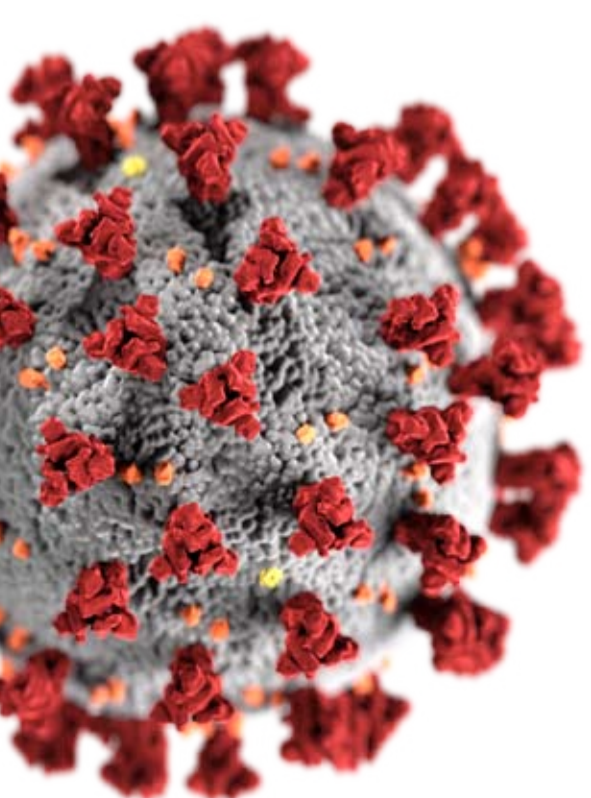
شيخوخة الدماغ حتى لدى غير المصابين بالفيروس!

أفادت دراسة حديثة أن جائحة "كوفيد-19" ساهمت في تسريع وتيرة شيخوخة الدماغ، حتى لدى الأشخاص الذين لم يصابوا بالفيروس مطلقاً.

البريطاني قد منحت الباحثين فرصة فريدة لدراسة تأثير الأحداث العالمية الكبرى على صحة الدماغ. ورغم هذه النتائج المقلقة، إلا أن الباحثين أعربوا عن تفاؤل حذر، مشيرين إلى أن التغيرات الملاحظة في شيخوخة الدماغ قد تكون قابلة للانعكاس، خاصة مع عودة الحياة إلى طبيعتها وتلاشي الضغوط النفسية المصاحبة للجائحة. ومع ذلك، فإنهم يؤكدون على الحاجة إلى مزيد من الدراسات طويلة المدى لتأكيد هذه الفرضية وفهم الآليات الدقيقة وراء هذه التغيرات الدماغية.

الدماغ حتى لدى الأشخاص الذين لم يصابوا بالعدوى، ما يسلط الضوء على التأثير المحتمل للعوامل المصاحبة للجائحة مثل العزلة الاجتماعية والقلق وعدم اليقين على صحة الدماغ. واعتمد الباحثون في دراستهم على تقنيات متطورة في التصوير الدماغية وتعلم الآلة لتطوير نموذج يمكنه تقدير "عمر الدماغ" بدقة، وذلك بالاعتماد على قاعدة بيانات كبيرة تضم أكثر من 15 ألف فحص دماغي لأفراد أصحاء. وهذا النموذج مكن الفريق من مقارنة العمر البيولوجي للدماغ مع العمر الزمني للمشاركين وتقييم التغيرات التي حدثت خلال فترة الجائحة. وأشارت البروفيسورة دوروثي أوير، إحدى كبار الباحثين في الدراسة، إلى أن هذه النتائج تذكرنا بأن صحة الدماغ تتأثر ليس فقط بالأمراض العضوية، ولكن أيضاً بالبيئة المحيطة والعوامل النفسية والاجتماعية. كما أضاف البروفيسور ستاماتيوس سوتيريولوس أن البيانات الطولية التي وفرها البنك الحيوي

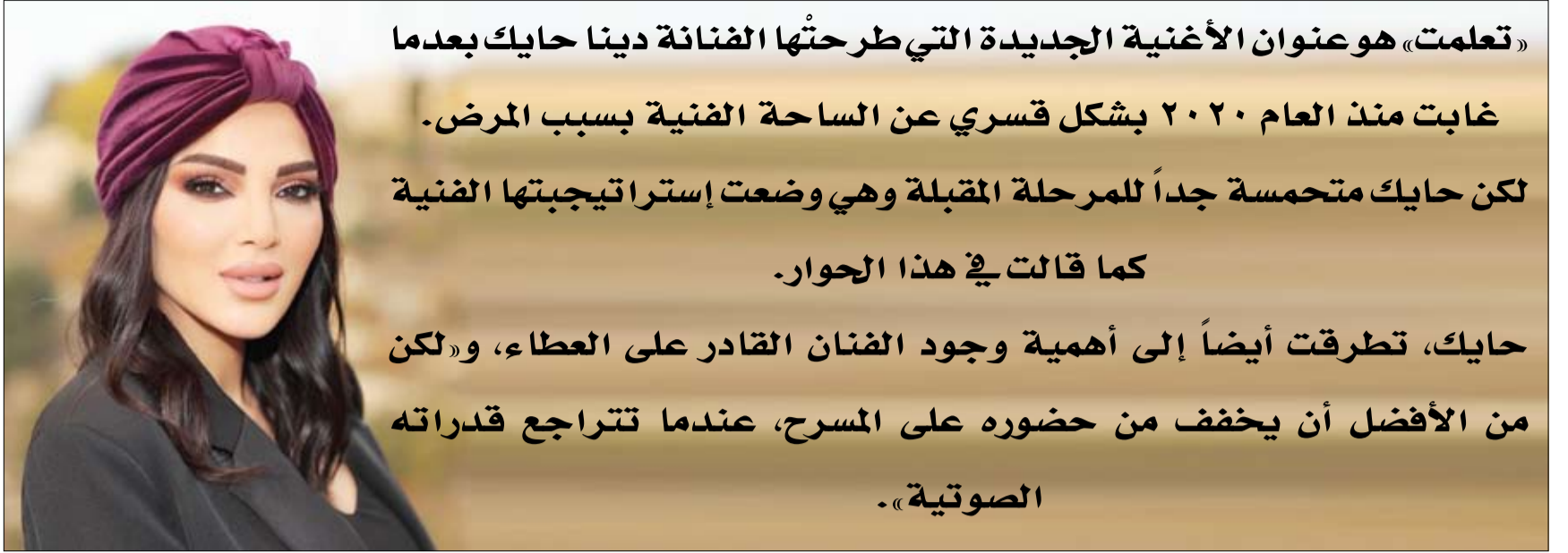
واعتمدت الدراسة التي أجراها باحثون من جامعة نوتنغهام على تحليل فحوصات الرنين المغناطيسي للدماغ، وشملت بيانات نحو 1000 بالغ من الأصحاء، حيث تمت مقارنة فحوصات أجريت قبل الجائحة مع أخرى أجريت بعدها. وأظهرت البيانات أن المشاركين الذين خضعوا للفحص بعد الجائحة أظهرت علامات تدل على تسارع في شيخوخة الدماغ مقارنة بأولئك الذين تم فحصهم قبل انتشار الوباء. وكانت هذه التغيرات أكثر وضوحاً لدى فئات معينة، خاصة كبار السن والرجال وأفراد المجتمعات الأكثر حرماناً. ومن اللافت للنظر أن الانخفاض في بعض الوظائف الإدراكية مثل المرونة الذهنية وسرعة معالجة المعلومات ظهر فقط لدى المشاركين الذين أصيبوا فعلياً بفيروس كورونا بين فترتي الفحص. وهذا الاكتشاف يشير إلى أن تأثير الجائحة على تسارع شيخوخة الدماغ قد يكون منفصلاً عن تأثير العدوى الفيروسية المباشرة، وأنه قد لا يرتبط بأعراض إدراكية واضحة في هذه المرحلة. وأوضح الدكتور علي رضا محمدي نجاد، الباحث الرئيسي في الدراسة، أن أكثر ما أثار دهشته هو ملاحظة تغيرات في شيخوخة



منوعات

الفكر

27



«تعلمت» هو عنوان الأغنية الجديدة التي طرحتها الفنانة دينا حايك بعدما غابت منذ العام ٢٠٢٠ بشكل قسري عن الساحة الفنية بسبب المرض. لكن حايك متحمسة جداً للمرحلة المقبلة وهي وضعت إستراتيجيتها الفنية كما قالت في هذا الحوار. حايك، تطرقت أيضاً إلى أهمية وجود الفنان القادر على العطاء، و«لكن من الأفضل أن يخفف من حضوره على المسرح، عندما تتراجع قدراته الصوتية».

غابت عن الساحة لأسباب صحية وعادت بـ«تعلمت»

دينا حايك: لا يوجد فنان قادر على إرضاء كل الأذواق



• كم من الوقت استغرق منك التحضير للأغنية الجديدة، خصوصاً أنها جاءت بعد خمس سنوات من الغياب فرضه عليك ظركك الصحي؟
- سمعت الكثير من الأغنيات وسجلت عدداً كبيراً منها، بعضها سريع وبعضها شعبي وبعضها الآخر شبابي، ولكنني كنت أرغب في أن تكون عودتي باللون الرومانسي، لأن الناس يعرفوني بهذا اللون ويتوقعون أن أعود به. وأنا لحتقت إحساسي وعندما سمعت «تعلمت»، تبين أنها من هذا اللون الذي يشبهني، ولذلك اخترتها واشغلت عليها واستغرق التحضير لها الكثير من الوقت.
• تتمسكين بلونك الغنائي، في حين سعى البعض إلى التغيير من أجل إرضاء الجيل الجديد؟
- وأنا أيضاً أتوجه إلى هذا الجيل بلوني، وأعتقد أنه جيل ذواق ويحب هذا اللون، ولكن الدنيا أذواق ومن لا يحبه فلا يمكننا أن نرضيه عليه. ولا يوجد فنان قادر على إرضاء كل الأذواق، كما بالإمكان تقديم أغنيات تكون قريبة من الجيل الجديد ولكنها تشبه الفنان في الوقت نفسه، لأن شخصيته تفرض نفسها وكذلك مسيرته وصوته وشكله، ويفترض به أن يحدد مكانه على الساحة، لا أن يطرح عملاً لا يشبهه لجزء أن يتبع الموجة السائدة.
• وما يثبت صحة كلامك هو أن بعض الفنانين طرحوا أغنيات خاصة بتطبيق «تيك توك»، ولكنها لم تحقق ما كان متوقعاً منها؟
- كل فنان لديه طريقة تفكير خاصة به، ولكنني منذ بداياتي أحرص على تقديم الأغنيات التي أقتنع بها، والتوفيق من رب العالمين. صحيح أنني طرحت خلال مسيرتي الفنية أغنيات سريعة ولكن التركيز الأكبر كان على الأعمال الرومانسية.
• ما الإستراتيجية التي ستعتمديها في المرحلة المقبلة للتعويض عن الفترة الماضية؟

- أخطأت كي لا أغيب مرة أخرى، خصوصاً أن غيابي خلال الأعوام الماضية كان قسرياً ولأسباب صحية الكل يعرفها، كما أخطط لطرح أكبر عدد ممكن من الإنتاجات ولكن بترو، لأنني أنتج على حسابي الخاص، وهذا الأمر يتطلب مني أن أكون متأنية، وسأعتمد إستراتيجية معينة في الفترة التي تلي أغنية «تعلمت»، على مستوى الأعمال التي سأقدمها وكذلك على طريقة التسويق لها. فأنا لا أحب أن أعمل بسرعة بل بشكل مدروس وأن أفرح بنجاح كل عمل جديد وأن أنتظر إلى أن يتأثر النجاح الذي يستحقه.
• هل يحتاج العمل الرومانسي إلى بعض الوقت كي ينتشر ويصل إلى الناس؟
- بالطبع، على عكس الأغنيات السريعة التي تصل مباشرة إليهم، ولكن بمجرد أن تنتشر الأغنية الرومانسية فإنها تصل بشكل صحيح وتعيش أكثر، وهذا الكلام أقوله استناداً إلى خبرتي والأعمال الرومانسية التي طرحتها في السابق.
• وهل سيكون هناك تنوع بالألوان الغنائية في أعمالك المقبلة؟
- في جعبتي مجموعة أغنيات جاهزة وهي بلهجات مختلفة وقد انتهيت من تسجيلها.
• في رأيك، هل تشهد الساحة الفنية نوعاً من الغربة في المرحلة الحالية؟
- لا أعرف ولا أحب أن أشغل نفسي في هذه المواضيع. كل فنان لديه جمهوره يحبه، والوقت قليل بإثبات كل شيء ومن هو الفنان القادر على الاستمرار، وماذا يمكنه أن يقدم مجدداً، لأن الاستمرارية هي الأهم. فصحيح أن النجاح الأول مهم ومطلوب، ولكن الأهم يبقى ما الذي يقدمه

الفنان بعد هذا النجاح.

• ما رأيك بالجيل الجديد من الفنانين؟

- بعيداً عن الأسماء فإن البعض منهم مهضوم وناجح، ولكنني لا أريد أن أذكر أي اسم كي لا أظلم الآخرين. كل فنان يقدم نمطاً موسيقياً يشبهه ويشبه شخصيته. كما يجب ألا ننسى أن بعض مغني الجيل الجديد يملكون قدرات صوتية لكنهم يقدمون موسيقى تشبههم وتشبه جيلهم، هم «مهضومين» ولا يسعون إلا أن أقدم التهيئة لأي عمل جميل ما دام أصحابه يحققون النجاح ولديهم جمهور يحبهم. وربما هم ينظرون إلى الموسيقى من مكان مختلف، وليس خطأ أن يكون هناك نمط موسيقي جديد.

• وهل هذا النمط الموسيقي الجديد يمكن أن يستمر أم أنه مؤقت ولا يلبث أن يزول؟

- لا يمكن لأحد أن يعرف، ولو كنا نعرف لكنا أذكرنا مسبقاً أن الأغنية التي تقدمها ستكون «هيت». ربما هو يستمر وربما لا، وسبق أن ظهرت أنماط موسيقية، بعضها استمر وبعضها الآخر اختفى، وهذا رهن المستقبل وما الذي يمكن أن يقدمه من يعتمدون هذا النمط من الموسيقى. وربما يتجهون إلى تقديم أنماط أخرى أكثر غرابة وأكثر حداثة.

• وما رأيك بالفنانين الذين يبحثون عن النجاح من خلال تجديد الأغنيات؟

- لست ضد تجديد الأغنيات، وسبق أن قمت بخطوة مماثلة وجددت إحدى أعمال الفنان طوني حنا، كما أفكر في أن أكرر التجربة خلال الفترة المقبلة. وأرى في التجديد تقديراً للفنانين الذين نحبه، شرط أن نعيد تقديمها بأسلوب جميل وبطريقة تليق بهم وتحافظ على قيمتهم وليس التقليل من شأنهم.

• وهل التوزيع هو العنصر الأهم في التجديد؟

- وأيضاً الصوت الذي يؤدي الأغنية. كل الأغنيات التي نجدها معروفة ومنتشرة وتربينا عليها ولا ينقصنا أن نضيف إليها، بل هي تقدير منا لأصحابها ولتعريف الجيل الجديد عليهم.

• ما رأيك بتراجع بعض النجوم خصوصاً أنه تبين أنه يخونهم ولم يعد مناسباً أن يفنوا «لايف»، على المسرح، وهل أنت مع اعتزال الفنان في مرحلة معينة؟

- ما دام الفنان قادراً على العطاء فإن وجوده مهم، ولكن من الأفضل أن يخفف من حضوره على المسرح عندما تتراجع قدراته الصوتية، لأنه لا يمكن أن يكون غناء الفنان جيداً في الاستديو وأن يقصر، عندما يغني بشكل مباشر، فالتأثير يحبون أن يسمعوا الفنان «لايف»، وأن يفرحوا به. لكن بعض الفنانين يمكن أن يخونهم صوتهم على المسرح مع أن قدراتهم الصوتية تكون جيدة، وهذا الأمر يمكن أن يحصل مع الجميع.

جنة عبد المنعم تجسد دور صحفية في just you من مسلسل ما تراه ليس كما يبدو



تشارك الفنانة الشابة جنة عبد المنعم في بطولة حكاية just you من مسلسل ما تراه ليس كما يبدو المقرر انطلاق عرضه غدا السبت بعرض أولى حكايات العمل التي تحمل اسم «فلاش باك» من بطولة أحمد خالد صالح ومريم الجندى. وكشفت جنة عبد المنعم لـ «اليوم السابع» عن ملامح دورها في حكاية just you، حيث تجسد دور صحفية في الجريدة التي تعمل بها بطلة الحكاية تارا عماد، لافتة أن الشخصية قريبة منها لأن لها علاقة بدراساتها للإعلام مشيرة إلى هناك العديد من التطورات التي تحدث مع توالي الأحداث.
حكاية just you من بطولة تارا عماد، بسمة داود، عمرو جمال، وهاء صادق، ونبيل نور الدين ومن تأليف محمد حجاب، وإخراج جمال خزييم، وتعتمد أحداث الحكاية على الطابع النفسي والإنساني وتحمل في طبقاتها كثيراً من الغموض والمشاعر المتداخلة.
في إطار درامي مشوق يجمع بين الواقع والخيال، وهو ما يتماشى مع هوية المسلسل القائم على المفاجآت وتبدل الحقائق.
مسلسل «ما تراه ليس كما يبدو» من إنتاج K Media للمنتج كريم أبو ذكري، ومكون من 35 حلقة، 7 بواق، 7 حكايات، كل حكاية من 5 حلقات، بفريق عمل مستقل، سواء الأبطال أو التأليف أو الإخراج.
وتم الانتهاء من تصوير أول 3 حكايات من العمل وهي: «فلاش باك» بطولة أحمد خالد صالح ومريم الجندى، و«بتوقيت 2028» بطولة هنادى مهني وأحمد جمال سعيد، إضافة إلى just you.
جنة عبد المنعم ممثلة شابة شاركت في أكثر من مسلسل خلال السنوات الماضية أبرزها: «بت القبائل» بطولة حنان مطاوع ومحمد رياض وعمرو عبد الجليل، و«الحلم» بطولة صابرين وأحمد عبد العزيز، ومحمد رياض وكمال أبو رية ومى كساب، و«قلاع الحجر» بطولة محمد رياض وسوسن بدر، و«تيتا زوزو» بطولة اسعاد يونس.



الأثار الضارة للمشروبات الغازية المحلاة على الصحة



كشفت دراسة علمية حديثة عن بعض الأثار الضارة التي تسببها المشروبات الغازية المحلاة على صحة الأمعاء وعلى مناعة الجسم. وأظهرت أن المشروبات الغازية المحلاة بالسكر الأبيض تؤثر سلبا على البكتيريا المعوية، وتضعف وظائف الجهاز المناعي. وخلال الدراسة ركز الباحثون على بكتيريا Bacteroides thetaiotaomicron، وهي عنصر أساسي من مجموعة البكتيريا التي تحمي الأمعاء من الالتهابات ومسببات الأمراض، ووجدوا أن السكر الموجود في الصودا وبعض المشروبات الغازية المحلاة يسبب إعادة ترتيب سريعة للحمض النووي في البكتيريا، مما يؤدي إلى تغير علامات الالتهاب في الجسم، ونشاط الخلايا التائية، وإفراز السيبتوكينات، وحتى على نفاذية جدار الأمعاء، الأمر الذي يتسبب بضعف مناعة الجسم بشكل عام. وفي التجارب اتضح للعلماء أن البكتيريا المعوية تستجيب بسرعة لمثل هذه التغييرات في النظام الغذائي، لكن الأهم هو أن هذه الأثار قابلة للعكس، أي بعد التوقف عن تناول السكر، أعادت البكتيريا حمضها النووي إلى حالته الأصلية،

وعادت مؤشرات الجهاز المناعي إلى وضعها الطبيعي. يؤكد مؤلفو الدراسة أن النتائج التي توصلوا إليها تظهر أثر التغذية المباشر على البكتيريا المعوية والمناعة بشكل عام، وأن هذه النتائج قد تساعد في المستقبل على صياغة توصيات غذائية شخصية للحفاظ على الصحة وتقليل خطر الالتهابات.

رائحة الكحول القوية لا تعني النظافة! مخاطر صحية قد تكمن في المسابح العامة

يبحث الكثير من الناس عن طرق للاستمتاع بعبلة الصيف، ومن أبرز هذه الطرق السباحة في المسابح والملاهي المائية المحلية. لكن على السباحين توخي الحذر، إذ قد تحتوي المسابح العامة والحداق المائية على جراثيم ضارة تسبب مشاكل صحية متعددة، حسب تحذيرات الخبراء.

وتشير الدراسات إلى أن السباحة في مياه ملوثة قد تؤدي إلى الإصابة بالإسهال أو طفح جلدي مثير للحكة، أو حالة تعرف بـ "أذن السباح"، ما قد يفسد متعة الصيف.

وتوضح ليزا كوشارا، أستاذة العلوم الطبية الحيوية بجامعة كوينبيك في كوينتيكت، أن رائحة الكحول القوية التي تفوح من المسابح لا تعني بالضرورة نظافتها، لأن الكحول لا يقضي فوراً على جميع الجراثيم. وحذرت من أن المسابح تعد مصدراً لتفشي أمراض الأمعاء المعدية المنقولة بالمياه، ومنها الطفيلي "كريبيتوسوريديوم" المسبب الرئيسي لهذه العدوى، التي قد تستمر لأسابيع.

وحتى في المسابح المعالجة بالكحول، قد تظل بعض مسببات الأمراض لعدة دقائق أو أيام.

ويُنقل الطفيلي عادة عندما تدخل الملوّثات إلى الماء وبيتلمها سباح ما، حتى بكميات صغيرة غير مرئية، ما قد يسبب الإصابة للعديد من الأشخاص.

كما توجد بكتيريا الزائفة الزنجارية التي تسبب "طفح حوض الاستحمام الساخن"، وهو طفح جلدي أحمر اللون ومثير للحكة، إضافة إلى التهاب "أذن السباح" الناتج عن نمو بكتيريا أو فطريات في قناة الأذن بعد احتجاز الماء فيها.

وبالإضافة إلى ذلك، قد تظل في مياه المسابح فيروسات مثل نوروفيروس (جراثيم المعدة) والفيروس الغدي، اللذان يسببان أعراضاً معوية أو شبيهة بالبرد والإنفلونزا.

وتوضح كوشارا أن تفاعل مواد مثل العرق والبول مع الكحول ينتج مركبات ثانوية تسمى الكلورامينات، التي تسبب الرائحة القوية للكحول وقد تشكل مخاطر صحية.

ومن الشائع الخلط بين هذه الرائحة والدليل على النظافة، بينما هي علامة على تلوث الماء.

وتوصي الخبيرة بتجنب ابتلاع ماء المسبح، والاستحمام جيداً بعد السباحة، وتجفيف الأذنين بشكل جيد لتجنب التهابات الأذن.



الممثلة الأمريكية ريا سيهورن لدى حضورها العرض الأول لفيلم Nobody 2 من إنتاج يونيفرسال في هوليوود، كاليفورنيا. 1 ف ب

قرأت لك

فوائد الزيتون



وفقاً للدكتورة ماريات موخينا خبيرة التغذية الروسية، يمكن أن يحسن الزيتون سرعة رد فعل العضلات والذاكرة.

وتشير الخبيرة إلى أن الزيتون يحتوي على فيتامينات A و C و E ومجموعة فيتامينات B وعلى مضادات الأكسدة التي هي في الواقع مواد مضادة للسرطان.

وبالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يزيد الزيتون من قدرة الإنسان على التحمل، لذلك ينصح الرياضيون بتناوله.

وتقول: "يفضل الزيتون، يزداد تحمل النشاط البدني، كما أن الزيتون يعمل على تطبيع عمل الجهاز العصبي المركزي، وتحسين سرعة تفاعل العضلات والأداء والذاكرة والتركيز".

وتضيف: "يحسن الزيتون حركة الأمعاء، وإخلاء محتوياتها، وله تأثير مدر للبول، ويساعد على الوقاية من الإمساك".

سؤال وجواب

- من هما الشاعران اللذان أطلق عليهما الطائيان؟
- البحري وأبو تمام.
- من مؤلف علم العروض؟
- الخليل بن أحمد الفراهيدي
- من هو مؤلف علم النحو؟
- أبو الأسود الدؤلي
- ما معنى المن والسلوى؟
- المن هو العسل والسلوى هو طائر السمان
- متى صمم أول كمبيوتر إلكتروني حقيقي في العالم؟
- صمم أول كمبيوتر إلكتروني حقيقي في العالم بجامعة بنسلفانيا عام 1946م.

هل تعلم؟

- تتسع خزانات وقود طائرة البوينغ 747 لأكثر من 227 ألف لتر.
- في العام 1837 اصدر قاض بريطاني حكماً نص على انه يجوز للمرأة أن تقضم انف أي رجل يقوم بتقبيل شفتيها دون رغبته.
- عندما يولد الإنسان يكون في جسمه 300 عظمة، إلا أن ذلك العدد يتراجع إلى 206 فقط عند الوصول إلى سن البلوغ.
- الزرافة لديها أعلى ضغط دم من بين كل الحيوانات.
- الهند بها أكثر من 50 مليون من القردود.
- اللونين الأزرق والأبيض هما الأكثر شيوعاً في المدارس.
- طول أمعاء النعامة يبلغ 14 متر.
- قدمك هو الجزء الأكثر إصابة بلسعات الحشرات.
- اليابان هي أكبر مصدر لأرجل الضفادع في العالم.
- الشمس أكبر من الأرض بـ 330330 مرة.
- مملكة (لوسوتو) الأفريقية محاطة من جميع جوانبها بجمهورية جنوب أفريقيا.
- الفلفل الحار يحتوي على أعلى نسبة ممكنة من فيتامين (سي) مقارنة بجميع الخضراوات والفواكه الأخرى.

قصة صائد الأسماك

عاش رضوان وهو احد صيادي الأسماك من قلة الصيد في المنطقة التي اعتاد أن يصطاد فيها فقرر ان يذهب إلى منطقة أخرى بعيدة، عله يجد رزقه.. وهناك ولان الله رحيم بعابه فقد أرسل له الخير الكثير، فاصطاد واصطاد كثيراً حتى تعبت شبكته وذهب إلى السوق وبيع ما معه وكسب كثيراً من المال.. وفي البيت سألته الزوجة والأولاد عن حاله فحمد الله وقال ضاحكاً: كان صيدي اليوم كمية وفيرة من المال. خرج طفله محمد يلعب فحكى لصديقه ان آياه احضر مالا كثيراً اصطاده من مكان ما على البحر فذهب الصديق وحكى لوالده فطمع الرجل وقرر ان يراقب رضوان عله يصطاد مالا مثله وفي اليوم الثاني وبعد ان انتهى رضوان من الصيد الوفير ذهب إلى السوق في الوقت الذي حضر فيه الرجل الذي كان يراقبه عن بعد وقال سأرعي شبكتي ربما يخرج السمك مالا، فرمى شبكته لكنها خرجت بالسمك فقط، فالتقى به بعيداً ورمي شبكته مرة أخرى واستمر على هذا الحال ربما يصطاد مالا، لكنه فشل فذهب إلى رضوان وقال له غاضباً صارخاً من اين تصطاد هذا المال؟ فقال رضوان ضاحكاً اصطاده من البحر فعندما اصطاد سمكاً كثيراً وابعه يتحول إلى مال وهكذا اصطاد المال، فاندش الرجل من تلك العبارة وقرر العودة إلى البحر ليأخذ السمك الذي ألقى به على الشاطئ وبيعه فهو كثير جدا لكنه عندما وصل، كان هناك من أخذته وانصرف فوقف ليصطاد مرة أخرى وحاول عدة مرات دون ان تستطيع شبكته ان تمنحه ولو سمكة واحدة، ويات ليلته جانعا فقد افترى على نعمة الله ورفضها فعاقبه الله بالجوع لعدة ايام بعدها، رأى رضوان وقد ركع في المسجد يبكي ويستغفر الله ويستعين من الشيطان الرجيم الذي أكل رأسه وتركه جانعا هو وأولاده.

