

## في القضية التي رفعتها جنوب إفريقيا ضد إسرائيل الخارجية ترحب بقرار "العدل الدولية"

عمان

رحبت وزارة الخارجية وشؤون المغتربين، الجمعة، بالقرار التاريخي الذي أصدرته محكمة العدل الدولية في القضية التي رفعتها جمهورية جنوب إفريقيا ضد إسرائيل بتهمته ارتكاب جريمة الإبادة الجماعية ضد الشعب الفلسطيني الشقي في غزة وخرق التزاماتها بموجب اتفاقية منع الإبادة الجماعية والمعاقبة عليها.

وأكد الناطق الرسمي باسم الوزارة السفير الدكتور سفيان القضاة أهمية قرار المحكمة هذا بالنظر في ارتكاب إسرائيل جريمة الإبادة الجماعية في قطاع غزة، وإقرار تدابير إجرائية فورية تشمل وقف إسرائيل ارتكاب جرائم قتل الفلسطينيين والحق الأذى الجسدي أو المعنوي بهم وإخضاعهم لظروف معيشية تستهدف التدمير المادي لهم، وتوفير الاحتياجات الإنسانية.

وأكد ضرورة تنفيذ هذه الإجراءات التديبورية بشكل فوري لوقف قتل الأبرياء في غزة وتدمير كل مقومات الحياة فيه، بعد أن قتل العدوان الإسرائيلي أكثر من ٢٦ ألف فلسطيني، وهجر ثلثي سكان القطاع من منازلهم وحرّمهم حقهم في الغذاء والمياه والدواء والخدمات الأساسية.

وأكد الناطق الرسمي، تمشين الأردن لجهود جمهورية جنوب إفريقيا الصديقة، ودعمه للدعوى التي قدمتها.

وشدد على ضرورة تحرك المجتمع الدولي بشكل فوري لوقف العدوان الإسرائيلي على غزة وما يسببه من كارثة إنسانية، وما يمثله من خرق فاضح للقانون الدولي والقانون الدولي الإنساني، وتجاوز لكل الحدود القانونية والأخلاقية والإنسانية.

## مسيرات في عمان والمحافظات لتتديد بالعدوان على غزة

عمان، محافظات

انطلقت عقب صلاة الجمعة، مسيرات في العاصمة عمان ومختلف محافظات المملكة، تضامناً ونصرة للأهل في قطاع غزة وتنديداً بالعدوان الوحشي الغاشم الذين يتعرضون له من قبل قوات الاحتلال الإسرائيلي وراح ضحيته الآلاف من الشهداء.

وندد المشاركون الذين يمثلون مختلف أطراف المجتمع الأردني وقواه السياسية بالمجازر التي ترتكبها قوات الاحتلال الإسرائيلي ضد الشعب الفلسطيني الأعزل، وإدخال المساعدات الطبية والغذائية لقطاع غزة والسماح بدخول الطواقم الطبية.

ورفع المشاركون شعارات منددة بالحصار المفروض على غزة ودعم المقاومة في تشديدها للعدوان الإسرائيلي على أبناء الشعب الفلسطيني، مطالبين بكسر الحصار عن قطاع غزة وتدخل المجتمع الدولي، لوقف العدوان المستمر على قطاع غزة.

وعبر المشاركون بكلماتهم عن رفضهم القاطع لتجهيز الفلسطينيين من أرضهم وديارهم، وكل محاولات تصفية القضية الفلسطينية.

وأشادوا بمواقف جلالة الملك عبدالله الثاني في دعمه لحق الشعب الفلسطيني بإقامة دولته على أرض فلسطين وموقفه الرافض للتجهيز لأهل غزة، مثلما نمونوا جهود جلالة الملك بإيصال المساعدات للأهل في غزة وخاصة إقامة المستشفيات الميدانية الأردنية التي تقوم بجهود كبيرة في معالجة أهل غزة.

## "التبعية" تفتح غرف الطوارئ تزامناً مع الظروف الجوية السائدة



عمان

أعلنت وزارة التنمية الاجتماعية، عن فتح غرف الطوارئ التابعة لها، وفق خطتها المعدة لتقديم المساعدات، تزامناً مع الظروف الجوية السائدة. وقالت الوزارة، في بيان، الجمعة، إنه تم وإيحاء من وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بنت مصطفى، فتح غرف الطوارئ التابعة لها الموزعة على مختلف مناطق المملكة تعمل على مدار الساعة للتعامل مع أي ملاحظة بالتنسيق مع الحكام الإداريين وغرف الطوارئ الرئيسية في المحافظات. وأضافت الوزارة أنه يتم بشكل فوري التعامل مع الملاحظات ومعالجتها وتزويد الوزارة بتقارير مفصلة حولها، مؤكدة جاهزيتها للتعامل معها.

ودعت المواطنين إلى عدم التردد بالإبلاغ عن أي ملاحظة من خلال التواصل مع غرفة الطوارئ الرئيسية على الرقم: ٥٦٧٨٤٩٠٠٠٦

## الغذاء والدواء: ضبط حقن تنحيف مهربة تسوّق إلكترونياً

عمان

ضبطت كوادر الرقابة والتفتيش في مديرية الدواء بالمؤسسة العامة للغذاء والدواء، بالتعاون مع مرتبات الشرطة الملكية لحماية البيئة وكوادر مكافحة التهريب، كمية كبيرة من حقن التنحيف غير المسجلة أصولياً لدى المؤسسة والمهربة من دولة مجاورة.

وقال مدير عام المؤسسة العامة للغذاء والدواء الدكتور نزار مهيدات في بيان للمؤسسة، الجمعة، إن قيمة الحقن قدرت بنحو خمسين ألف دينار أردني، وتم ضبطها داخل إحدى المركبات في محافظة العاصمة، من دون مراعاة ظروف النقل والتخزين المبردة اللازم توافرها لمثل هذا النوع من الحقن، كما أنها لا تصرف إلا بوصفة طبية.

وأشار مهيدات إلى أن الحقن المذكورة يتم تسويقها وترويجها إلكترونياً عبر بعض صفحات مواقع التواصل الاجتماعي، لافتاً إلى أنه تم تحديد مصدرها وضبطها ضمن عمليات رقابية نوعية ومتابعة حديثة استمرت منذ فترة ورصد دوري لإعلانات مثل هذه الأدوية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وذلك من خلال الصيادلة المفتشين في قسم الرقابة والتفتيش في مديرية الدواء.

وأوضح أنه تمت مصادرة الحقن والتحفص عليها تمهيداً لإتلافها حسب الأصول، ومباشرة إجراءات تحويل الصلحة الإلكترونية المروجة للحقن إلى وحدة مكافحة الجرائم الإلكترونية- إدارة البحث الجنائي في مديرية الأمن العام وتحويل أصحاب العلاقة للقضاء لاتخاذ المقتضى القانوني بحقهم.

تابع ص ٢

# الأمتعة

السبت 15 رجب 1445 هـ الموافق 27 كانون الثاني 2024 م السنة التاسعة / العدد (2869) / 250 فلساً / www.omamjo.com

## ٣ وفيات و٥ إصابات بحريق منزل في جرش عمان

عمان

تعاملت كوادر الإطفاء والإسعاف في مديرية دفاع مدني جرش والشرطة، الجمعة، مع حريق شب داخل أحد المنازل السكنية، في منطقة المشرفة بمحافظة جرش. وبحسب الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، نتج عن الحريق وفاة ثلاثة أشخاص اثر تعرضهم لحرور بالغة بالجسم، وإصابة خمسة أشخاص آخرين بحروق مختلفة، وضيق في التنفس، إثر استنشاقهم للغازات المنبعثة من الحريق. وأضاف أن فرق الإطفاء عملت على إخماد الحريق والسيطرة عليه بالكامل، فيما تولت فرق الإسعاف تقديم الإسعافات الأولية اللازمة للمصابين، ومن ثم نقلهم، وإخلاء الوفيات إلى مستشفى جرش الحكومي، مبيناً أن الإصابات قيد العلاج، وقد تم فتح تحقيق لمعرفة سبب الحريق.

طالبات إسرائيل بمنع ارتكاب أعمال تتضمنها اتفاقية منع الإبادة الجماعية

## العدل الدولية تقضي بتدابير فورية لوقف الإبادة الجماعية في غزة

على إسرائيل ضمان توفير الاحتياجات الإنسانية الملحة في قطاع غزة فوراً

على إسرائيل الضمانة الفورية لعدم ارتكاب قواتها أية انتهاكات ضد الغزيين



لاهاي

أصدرت محكمة العدل الدولية خلال الجلسة العلنية التي عقدت الجمعة قراراً يقضي بفرض تدابير مؤقتة على إسرائيل بهدف منع انتهاكات اتفاقية الإبادة الجماعية، مشددة أن عليها (إسرائيل) ضمان توفير الاحتياجات الإنسانية الملحة في قطاع غزة وبشكل فوري والضمانة الفورية كذلك لعدم ارتكاب قواتها أي انتهاكات ضد الغزيين.

ورفضت المحكمة وفي ديباجة قراراتها، طلب إسرائيل رد الدعوى في القضية المرفوعة ضدها من جنوب إفريقيا بتهم ارتكاب جرائم حرب في غزة.

وقالت رئيسة المحكمة القاضية جوان دونوغو، خلال قراءة الحكم الخاص، "يجب على إسرائيل، وفقاً لالتزاماتها بموجب اتفاقية الإبادة الجماعية، فيما يتعلق بالفلسطينيين في غزة، أن تتخذ جميع التدابير التي بوسعها لمنع ارتكاب جميع الأعمال التي تدخل في نطاق المادة الثانية من الاتفاقية"، مثلما يجب عليها أن تضمن على الفور، عدم قيام قواتها العسكرية بارتكاب أي انتهاكات، ويجب عليها أن تتخذ التدابير في حدود سلطتها لمنع ومعاقبة التحريض المباشر والعلمي على ارتكاب الإبادة الجماعية ضد الفلسطينيين في قطاع غزة.

شددت محكمة العدل الدولية على ضرورة أن تتخذ إسرائيل، فيما يتعلق بالفلسطينيين في غزة،

كل ما بوسعها لمنع جميع الأعمال التي تتضمنها المادة الثانية من اتفاقية منع الإبادة الجماعية والمعاقبة عليها، وخاصة المتعلقة بقتل أعضاء من جماعة أو الحاق أذى جسدي أو نفسي خطير بهم أو إخضاع الجماعة، عمداً، لظروف معيشية يراد بها

تدميرها كلياً أو جزئياً. جاء ذلك في الجلسة التي أعلنت فيها المحكمة قرارها بشأن التدابير المؤقتة التي طلبتها جنوب أفريقيا في قضيتها ضد إسرائيل المتعلقة بتطبيق اتفاقية منع جريمة الإبادة الجماعية والمعاقبة

عليها في قطاع غزة. شملت التدابير المؤقتة التي أصدرتها المحكمة أيضا اتخاذ إسرائيل ما يلزم لمنع "فرض تدابير تستهدف الحيولة دون انجاب الأطفال داخل الجماعة"، وفق ما أورده مركز أخبار الأمم المتحدة.

## لجننا الزراعة والريف النيابياتان تلتقيان وفداً من اكساد

عمان

التقت لجننا الزراعة والمياه، والريف والبيادية النيابياتان، مدير عام المركز العربي لدراسات المناطق الجافة والأراضي القاحلة (اكساد)، ناصر الدين العبيد، والوفد المرافق له، لبحث جهود المركز في مساعدة البلدان الأعضاء فيه بالقطاع الزراعي.

وقال رئيس لجنة الزراعة والمياه والبيادية، محمد العلامنة الذي ترأس الاجتماع، إن الأردن يعاني من تحديات كبيرة، خصوصاً في مجال المياه، إذ يعد من أفقر الدول عالمياً. مشيراً إلى الجهود التي يبذلها المركز لمساعدة البلدان الأعضاء فيه لتنفيذ سياسات معينة في القطاع الزراعي. ودعا العلاقة إلى مواجهة التحديات التي تتعرض لها وازدهار المنطقة العربية، موضحاً أن الشراكة خطوة حاسمة لصالح تحقيق الأمن الغذائي، خاصة في المناطق التي تشهد صراعات وأزمات.

بدورها، قالت رئيسة لجنة الريف والبيادية النيابية، عبير الجبور، إن دور المركز مهم لتطوير البحوث المتعلقة بالقطاع الزراعي، وعرضت لأبرز التحديات التي تواجه البيادية مثل ندرة المياه والتغيرات المناخية.

من جهته، قال العبيد إن الأردن له دور كبير في إنشاء المركز عام ١٩٦٨، مضيفاً أن ٨٩ بالمئة من الأراضي العربية تعد جافة جراء التغيرات المناخية وارتفاع درجات الحرارة.

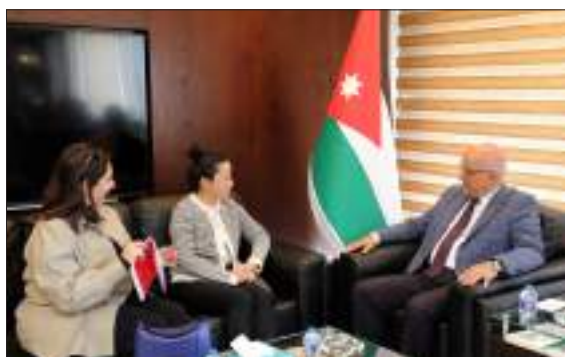
وأشار إلى أن المركز وضع استراتيجية لتحقيق الأمن المائي في البلدان العربية، فيما عرض لأبرز أهداف المركز، كتوفير المعطيات العلمية والتطبيقية والتقنيات، لتحقيق أهداف التنمية الاقتصادية والاجتماعية للمناطق الجافة وشبه الجافة العربية، واقتراح سياسات مواجهة العجز المائي. وأضاف، كما يهدف المركز إلى الاستفادة

من التطورات العلمية في ترشيد الاستعمال، وتبني سياسات الإدارة الزراعية المستدامة المناسبة لمواجهة تفاقم ظاهرة تدهور الأراضي، والاستفادة من التطورات العلمية والتقنية في الاستعمال الأمثل للموارد الزراعية.

وتابع العبيد أن المركز يعمل على تحسين القدرة الإنتاجية للأراضي بشكل عام، وإعادة تأهيل المتدهور منها، وتنمية وتطوير الزراعة المطرية، وزيادة إنتاجيتها، وتحقيق الاستقرار في الإنتاج، وتطوير الثروة الحيوانية وزيادة إنتاجيتها، وتحقيق التكامل والتنسيق في توفير الاحتياجات من المنتجات الحيوانية.

وأشار إلى أن هناك العديد من بذور القمح جرى تطويرها وزراعتها في المنطقة العربية، ثلاثم طبعيتها المتغيرة جراء التغير المناخي، ما يعني تحقيق الأمن الغذائي لها. وحضر الاجتماع: النواب موسى هنطش، ذياب المساعيد، حابس الشبيب.

## وزير الاتصال الحكومي يلتقي مديرة اليونيسكو في الأردن



عمان

استقبل وزير الاتصال الحكومي الناطق الرسمي باسم الحكومة الدكتور مهدي البيضين في مكتبه بالوزارة، مديرة مكتب منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) في الأردن، مين جيونغ كيم.

وبحث الميبيذين خلال اللقاء سبل تعزيز الشراكة بين الوزارة واليونسكو في العديد من المجالات وخصوصاً في التربية الإعلامية والمعلوماتية، معرباً عن شكره لجهود مديرة اليونيسكو التي ستنهي أعمالها في الأردن، وتنتقل للعمل في العاصمة الفرنسية باريس. بدورها، أشادت كيم بجهود الأردن في نشر مبادئ التربية الإعلامية والمعلوماتية وريادته على مستوى المنطقة.

## المنتخب الوطني يتحضر لمباراة العراق في كأس آسيا بمعنويات عالية



بدأ المنتخب الوطني لكرة القدم، اليوم الجمعة، تحضيراته لمواجهة المنتخب العراقي، عند الساعة الثانية والنصف، من مساء يوم الاثنين في دور الستة عشر من بطولة كأس آسيا المقامة حالياً في قطر.

وكان المنتخب الوطني تأهل للدور الثاني من البطولة، بعد احتل المركز الثالث بالمجموعة الخامسة، برصيد ٤ نقاط من فوز على ماليزيا ٠-٤، وتعادل مع كوريا الجنوبية ٢-٢، وخسارة من البحرين ١-٠.

ويعيش المنتخب بقيادة المدير الفني المغربي الحسين عموتة، معنويات عالية استعداداً لمباراة العراق، بحثاً عن الفوز والتأهل لدور الثمانية لملاقاة الفائز من مباراة منتخب الإمارات وطاجكستان، في الطريق إلى الدور نصف النهائي.

وبدأ المدير الفني بتحضير اللاعبين فنياً وبدنياً ومعنويات استعداداً للمباراة المقبلة، وسط إصرار على تحقيق الفوز لتحقيق إنجاز جديد للكرة الأردنية.

وبدت صفوف المنتخب الوطني مكتملة، في ظل غياب الإصابات، باستثناء اللاعب نور الدين الروابدة الذي يعاني من كسر في الضلع السادسة، أعده عن صفوف المنتخب حتى نهاية البطولة.

وينتظر أن يخصص اتحاد كرة القدم، مكافآت مالية في حال تحقيق إنجاز جديد بالبطولة التي تشهد مشاركة نخبة المنتخبات الآسيوية.

تابع ص ٨

# العدل الدولية تقضي بتدابير فورية على إسرائيل لوقف الإبادة الجماعية في غزة

● على إسرائيل ضمان توفير الاحتياجات الإنسانية الملحة في قطاع غزة فوراً  
● على إسرائيل الضمانة الفورية لعدم ارتكاب قواتها أية انتهاكات ضد الغزيين

جرائم إبادة جماعية على صلة بعدوانها على قطاع غزة، والمتواصل منذ السابع من تشرين الأول الماضي في قطاع غزة، حيث تطالب جنوب إفريقيا بإصدار ٩ إجراءات طارئة تكون بمثابة أمر حماية بينما تواصل المحكمة نظر القضية بشكل واف وهو أمر قد يستمر لسنوات.

وكانت جنوب إفريقيا رفعت قضيتها ضد سلطات الاحتلال الإسرائيلي، في ٢٩ كانون الأول الماضي بشأن ارتكاب إسرائيل انتهاكات لالتزاماتها بموجب اتفاقية منع جريمة الإبادة الجماعية والمعاقبة عليها، فيما يتعلق بالفلسطينيين في قطاع غزة، وطلبت أيضاً من المحكمة إصدار تدابير مؤقتة لمنع وقوع مزيد من الضرر لحقوق الفلسطينيين وضمان امتثال السلطات الإسرائيلية لالتزاماتها بموجب الاتفاقية. وكان نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أيمن الصفدي، قال، إن الأردن يدعم الدعوة التي رفعتها جنوب إفريقيا، وإن الوزارة عملت على إعداد الملف القانوني اللازم لمتابعة ذلك.

وتوصف "التدابير المؤقتة" بأنها أوامر تصدرها المحكمة قبل حكمها النهائي في قضية ما؛ بهدف منع وقوع أضرار لا يمكن إصلاحها، وبموجبها تلزم الدولة المدعى عليها بالامتناع عن اتخاذ إجراءات معينة حتى تصدر المحكمة الحكم النهائي. ويشار إلى أن كل قرارات محكمة العدل الدولية تصدر بشكل قطعي ونهائي ولا تقبل الاستئناف أو الطعن بأي شكل من الأشكال، إذ إن الأحكام الصادرة بالاستناد إلى اتفاقية الأمم المتحدة لمنع جريمة الإبادة الجماعية، تعد "مُلزمة" لأن الدول الأطراف ومنها إسرائيل التزمت بتنفيذ ما يصدر عن المحكمة مقدماً. بدورها، كانت حركة المقاومة الإسلامية (حماس) تهدت في بيان لها، بالالتزام بوقف إطلاق النار إذا أصدرت محكمة العدل الدولية قراراً بذلك والتزمت به إسرائيل، مشيرة إلى أنها تتابع باهتمام بالغ مداولات محكمة العدل الدولية بعد الطلب الذي قدمته جنوب إفريقيا لـ "وقف الإبادة الجماعية" ضد الشعب الفلسطيني خاصة في غزة.



لاستنتاج أن بعض الحقوق التي تطالب بها جنوب إفريقيا على الأقل والتي تسعى للحصول على الحماية لها هي مطالب معقولة.. وقالت، "هذا هو الحال فيما يتعلق بحق الفلسطينيين في غزة في الحماية من أعمال الإبادة الجماعية والأفعال المحظورة ذات الصلة المحددة في المادة الثالثة وحق جنوب إفريقيا في السعي إلى امتثال إسرائيل للالتزامات الأخيرة بموجب الاتفاقية.."

وأضافت، "تهدف بعض التدابير المؤقتة التي تسعى جنوب إفريقيا على الأقل إلى الحفاظ على الحقوق المعقولة التي تؤكدها على أساس اتفاقية الإبادة الجماعية في هذه القضية، أي حق الفلسطينيين في غزة بالحماية من أعمال الإبادة الجماعية والانتهاكات.."

وجاء قرار المحكمة، وهي أعلى هيئة قانونية تابعة للأمم المتحدة بناء على طلب مقدم من جنوب إفريقيا لفرض إجراءات طارئة ضد إسرائيل التي تواجه اتهامات أمام محكمة العدل الدولية بارتكاب

(كتصريح تتعامل مع حيوانات في القطاع)، وتأخذ بنظر الاعتبار تصريحات الأمين العام للأمم المتحدة عن الأوضاع الصعبة في غزة، وأن على إسرائيل التأكيد من أن جيشها لا يرتكب انتهاكات إنسانية في القطاع، وأن عليها كذلك أن تضمن منع التحريض المباشر على الإبادة الجماعية.. وأكدت المحكمة، أنه بموجب المادة الثانية من اتفاقية الإبادة الجماعية، يشكل الفلسطينيون ما تعتبره "مجموعة محمية"..

وقالت القاضية، "يبدو أن الفلسطينيين يشكلون مجموعة قومية أو إثنية أو عرقية أو دينية متميزة، وبالتالي مجموعة محمية بالمعنى المقصود في المادة الثانية من اتفاقية الإبادة الجماعية.. وأضافت، "تشير المحكمة إلى أنه، وفقاً لمصادر الأمم المتحدة، يبلغ عدد السكان الفلسطينيين في قطاع غزة أكثر من مليوني نسمة، ويشكل الفلسطينيون في قطاع غزة جزءاً كبيراً من المجموعة المحمية.. وتابعت أن "الحقائق والظروف المذكورة كافية

أصدرت محكمة العدل الدولية خلال الجلسة العلنية التي عقدت الجمعة قراراً يقضي برفض تدابير مؤقتة على إسرائيل بهدف منع انتهاكات اتفاقية الإبادة الجماعية، مشددة أن عليها (إسرائيل) ضمان توفير الاحتياجات الإنسانية الملحة في قطاع غزة وبشكل فوري والضمانة الفورية كذلك لعدم ارتكاب قواتها أي انتهاكات ضد الغزيين. ورفضت المحكمة وفي ديباجة قراراتها، طلب إسرائيل رد الدعوى في القضية المرفوعة ضدها من جنوب إفريقيا بتهم ارتكاب جرائم حرب في غزة. وقالت رئيسة المحكمة القاضية جوان دونوغو، خلال قراءة الحكم الخاص، "يجب على إسرائيل، وفقاً لالتزاماتها بموجب اتفاقية الإبادة الجماعية، فيما يتعلق بالفلسطينيين في غزة، أن تتخذ جميع التدابير التي بوسعها لمنع ارتكاب جميع الأعمال التي تدخل في نطاق المادة الثانية من الاتفاقية"، مثلما يجب عليها أن تضمن، على الفور، عدم قيام قواتها العسكرية بارتكاب أي انتهاكات، ويجب عليها أن تتخذ التدابير في حدود سلطاتها لمنع ومعاقبة التحريض المباشر والعنفي على ارتكاب الإبادة الجماعية ضد الفلسطينيين في قطاع غزة.. وقالت المحكمة، إنها ترى وفق بنود اتفاقية الإبادة الجماعية وجود تطابق بين ما ورد فيها وما يعاينه الفلسطينيون في غزة، وإنها تعي حجم المأساة الإنسانية في غزة التي تؤثر على المنطقة، وأعربت المحكمة عن قلقها إزاء استمرار خسارة الحياة هناك.

كما أكدت، أن وضع الأطفال في غزة يدمي القلوب، بين من قتلوا أو نزحوا أو يعيشون في خطر، تتأخره قد تدمر طويلاً، وأن العمليات التي تقوم بها إسرائيل بعد ٧ تشرين الأول نتج عنها الكثير من القتل والإصابات ونزوح الكثير من السكان وتدمير كبير للبنية التحتية في قطاع غزة، لافتة إلى أن الشعب الفلسطيني محمي بموجب اتفاقية الإبادة الجماعية.

وأشارت المحكمة إلى أنها تأخذ بعين الاعتبار تصريحات المسؤولين الإسرائيليين بخصوص غزة

## العدل الدولية" تطالب إسرائيل بمنع ارتكاب أعمال تتضمنها اتفاقية منع الإبادة الجماعية

عمان

شددت محكمة العدل الدولية على ضرورة أن تتخذ إسرائيل، فيما يتعلق بالفلسطينيين في غزة، كل ما بوسعها لمنع جميع الأعمال التي تتضمنها المادة الثانية من اتفاقية منع الإبادة الجماعية والمعاقبة عليها، وخاصة المتعلقة بقتل أعضاء من جماعة أو إلحاق أذى جسدي أو نفسي خطير بهم أو إخضاع الجماعة، عمداً، لظروف معيشية يراد بها تدميرها كلياً أو جزئياً.

جاء ذلك في الجلسة التي أعلنت فيها المحكمة قرارها بشأن التدابير المؤقتة التي طلبتها جنوب أفريقيا في قضيتها ضد إسرائيل المتعلقة بتطبيق اتفاقية منع جريمة الإبادة الجماعية والمعاقبة عليها في قطاع غزة. شملت التدابير المؤقتة التي أصدرتها المحكمة أيضاً اتخاذ إسرائيل ما يلزم لمنع "فرض تدابير تستهدف الجيولولة دون إنجاب الأطفال داخل الجماعة"، وفق ما أوردته مركز أخبار الأمم المتحدة.

وقالت رئيسة المحكمة جون دوناهيو، في جلسة امس، إن على إسرائيل ضمان عدم قيام قواتها بأي من تلك الأعمال المذكورة سابقاً، وأن تتخذ إجراءات لمنع ومعاقبة المشاركة في التحريض المباشر والعنفي على ارتكاب الإبادة الجماعية فيما يتعلق بالفلسطينيين. كما قالت المحكمة إن على إسرائيل اتخاذ إجراءات فورية وفعالة لتمكين توفير الخدمات الأساسية والمساعدات الإنسانية التي تسببها إليها لعلاجة الظروف المعيشية الصعبة للفلسطينيين في قطاع غزة. وعلى إسرائيل أيضاً أن تتخذ تدابير فعالة لمنع إتلاف الأدلة المتعلقة بالادعاءات في نطاق المادة الثانية والثالثة من الاتفاقية. كما طلبت المحكمة من إسرائيل أن تقدم تقريراً لها بشأن جميع التدابير المتخذة لتنفيذ هذا الأمر خلال شهر من تاريخ صدور هذا الأمر.

التدابير المؤقتة" هي أوامر تصدرها المحكمة قبل حكمها النهائي في قضية ما، بهدف منع وقوع أضرار لا يمكن إصلاحها. وبموجبها تلزم الدولة المدعى عليها بالامتناع عن اتخاذ إجراءات معينة حتى تصدر المحكمة الحكم النهائي.

واقبست القاضية دوناهيو رئيسة المحكمة، عدة مرات معلومات وتصريحات صادرة من الأمم المتحدة ومسؤوليها بمن فيهم الأمين العام ومنسق الإغاثة الطارئة، والمفوض العام للأونروا. وقالت إن مارتن غريفيثس وكيل الأمين العام للشؤون الإنسانية ومنسق الإغاثة الطارئة ذكر في الخامس من الشهر الجاري أن غزة أصبحت مكاناً للموت واليأس وأن الأسر تنام في الخلاء فيما تنخفض درجات الحرارة، وبلغت عنه أيضاً القول أن الأماكن التي توجه بشأنها أوامر للمدنيين بالانتقال إليها، قد قصفت كما تتعرض المنشآت الطبية للقصف المستمر.

وأشارت القاضية دوناهيو، قبل النطق بأوامر المحكمة بشأن التدابير المؤقتة، إلى ما قالته الأمم المتحدة آخر العام الماضي، بعد إيضاح مهمة إلى شمال القطاع، عن أن ٩٣٪ من السكان يواجهون مستويات الأزمات من الجوع مع عدم توفر الغذاء الكافي وارتفاع معدلات سوء التغذية.

وقالت إن ٢٥٪ من الأسر في غزة تواجه ظروفًا كارثية وشحا حاداً في الغذاء وتجويعاً، مما أدى إلى اضطرابهم لبيع مقتنياتهم واللجوء إلى تدابير قاسية لئلا يموتوا من تحمل تكلفة وجبة بسيطة. الأمين العام أنطونيو غوتيريش نوه من جهته، إلى أن قرارات محكمة العدل الدولية ملزمة، بموجب ميثاق الأمم المتحدة والنظام الأساسي للمحكمة، وأعب عن فتحه في أن كل الأطراف ستمثل على النحو الواجب للأمر الصادر منها.

وأشار الأمين العام إلى قرار محكمة العدل الدولية بأمير إسرائيل- من بين أمور أخرى- فيما يتعلق بالفلسطينيين في غزة باتخاذ كل التدابير في إطار سلطاتها لمنع ارتكاب أعمال تقع تحت البند الثاني من اتفاقية منع الإبادة الجماعية.

ويشمل ذلك منع، القتل أو إلحاق الضرر الجسدي أو النفسي، أو إخضاع جماعة- عمداً- لظروف معيشية يراد بها تدميرها المادي كلياً أو جزئياً أو فرض تدابير تستهدف الجيولولة دون إنجاب الأطفال داخل الجماعة.

وأشار أنطونيو غوتيريش أيضاً إلى تعليمات المحكمة بشأن ضرورة ضمان إسرائيل، بشكل فوري، عدم ارتكاب جيشها لأي من هذه الأفعال. وفي بيان صحفي، لمنحى للمنتحى باسمه تطرق غوتيريش إلى أمر المحكمة لإسرائيل بضمان توفير الخدمات الأساسية والمساعدات الإنسانية التي تلمس الحاجة إليها لمعالجة الظروف المعيشية الصعبة للفلسطينيين في قطاع غزة.

وأشار إلى تأكيد المحكمة على أن كل أطراف الصراع في قطاع غزة ملزمة بالقانون الدولي الإنساني، ومطالبة المحكمة بالإفراج الفوري وغير المشروط عن الرهائن الذين اختطفوا أثناء الهجمات على إسرائيل في ٧ تشرين الأول/ أكتوبر والاحتجزين منذ ذلك الوقت من حماس وغيرها من الجماعات المسلحة.

ويما يتماشى مع النظام الأساسي للمحكمة سيرسل الأمين العام، على وجه السرعة، الإخطار بالتدابير المؤقتة التي أمرت بها المحكمة إلى مجلس الأمن الدولي.

## افتتاح المختبر البحثي التدريبي والمكتب الإقليمي لشركة الفيحاء العلمية

عمان

افتتح مدير عام المؤسسة العامة للغذاء والدواء، الدكتور نزار مهيدات، المختبر البحثي التدريبي والمكتب الإقليمي لشركة الفيحاء العلمية.

وقالت المؤسسة في بيان إن هذه النجاحات التكنولوجية المخبرية في المختبر البحثي التدريبي الأول من نوعه في منطقة الشرق الأوسط وتحديداً في واحدة من الشركات الأردنية السباقة في توفير المستهلكات والاحتياجات الضرورية للمختبرات الطبية والبحثية، ليست جديدة على الأردن الذي يحتضن قاعات وكفاءات متميزة وسباقاً في تصدير الكفاءات في مختلف المجالات إلى دول العالم.

وأشار مهيدات إلى النجاحات الوطنية التي تحققت خلال جائحة كورونا وحوالت الأزمة إلى فرص صناعية واقتصادية، حيث تم إيجاد ٥١ مصنعا للمعدات، و٥٦ مصنعا للكمامات خلال ٣ أشهر تصدر إلى عدة دول ومنها دول عظمى، لافتاً إلى التوجهات المستقبلية بالاستمرار نحو التميز والابتكار وتعزيز دور الأردن الريادي وصداقته.

من جهته، قال مدير عام شركة الفيحاء العلمية مصطفى عبد ربه، إن الأردن من أوائل دول العالم التي أدخلت التكنولوجيا الحديثة وعرف بمنظومة التزويد الذي لضمان استمرارية رفد المؤسسات الصحية والجنائية والخدمية بالمحاليل والمواد المخبرية.

وقدم المدير التنفيذي للشركة المهندس إيد عطوة، خلال جولة تعريفية بالتطبيقات التكنولوجية للعلوم الجزيئية البيولوجية في العلوم الجنائية والتشخيصية الدقيقة والبحثية والانعكاسات المهمة لها في مجالات الأمن الغذائي وصحة الحيوان والبيئة. واطلع مهيدات على مستودعات الأجهزة والمعدات ومركز التميز، حيث تابع مراحل انتقال العينات وتشخيصها باستخدام الجيل الحديث من الأجهزة المدعمة بتقنيات الذكاء الصناعي والنمط الحديث في التسلسل الجيني لتشخيص الأورام والأمراض الوراثية المعقدة.

## كنعان: قرار "العدل الدولية" يعبر عن ضمير الإنسانية وموقف الأحرار

عمان

عد أمين عام اللجنة الملكية لشؤون القدس عبدالله كنعان، قرار محكمة العدل الدولية برفض طلب إسرائيل رد الدعوى المرفوعة ضدها من جنوب أفريقيا، إضافة إلى فرض تدابير مؤقتة على إسرائيل بهدف منع انتهاكات اتفاقية الإبادة الجماعية، يعبر عن ضمير الإنسانية كلها وعن موقف كل الأحرار والمدافعين عن حقوق الإنسان.

وقال في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) إن اللجنة الملكية لشؤون القدس، وانطلاقاً من الوصاية الهاشمية على المقدسات الإسلامية والمسيحية في القدس تضمن قرار محكمة العدل الدولية وترى فيه خطوة شرعية هامة تعيد الثقة بمنظومتنا الدولية، وترى في الجهود الأردنية المبذولة والتي يقودها جلالة الملك عبد الله الثاني ودبلوماسيتنا النشطة بأنها تجسد عملياً للتاريخ والتضحيات والمواقف الأردنية الراضخة في الدفاع عن فلسطين أرضها وأهلها ومقدساتها الإسلامية والمسيحية.

وأضاف، أن هذا القرار المهم يجب أن تتزامن معه إجراءات أخرى تكفل إغاثة أهلنا في غزة، إلى جانب إدراك حقيقة أن العدوان على غزة يشهد في الوقت ذاته حرب تنكيل ضد أهلنا في القدس ونابلس والخليل ورام الله، والمدن الفلسطينية المحتلة كافة، يجب أن يتوقف فوراً، وعلى العالم اليوم السعي الدؤوب لالزام إسرائيل بقرارات الشرعية الدولية، بما فيها اتفاقية جنيف ولاهاي وقرارات الجمعية العامة ومجلس الأمن، لضمان حل الدولتين وإقامة الدولة الفلسطينية وعاصمتها القدس بوصفها الضامن الوحيد للسلام والأمن في المنطقة والعالم.

وأكد، أن صدور هذا الحكم التاريخي مناسبة إنسانية للإشادة بدولة جنوب أفريقيا التي رفعت القضية على الاحتلال الإسرائيلي، وجملت رسالتها الإنسانية هي مواجهة الاجتياح والعنصرية، كذلك الإشادة والتقدير بكل الدول المؤيدة لها، بما في ذلك الدول التي دعت إلى رفع قضية في المحكمة الجنائية الدولية ضد الاحتلال الإسرائيلي، ونهجه الظالم بالإبادة الجماعية تجاه الشعب الفلسطيني.

وأشار إلى أن محاكمة إسرائيل أمام محكمة العدل الدولية تمثل خطوة مهمة على طريق تجريم إسرائيل ولاحقاً معاقبتها وردعها. وتعد هذه المحاكمة وما يصدر عنها من أحكام، دفعة معنوية للشعوب المظلومة والمستعمرة التي باتت للأسف تشعر بتخلي المنظمات الدولية والقوى التي تدعي الديمقراطية والدفاع عن حقوق الإنسان عنها، وتركها تحت محاب ومطرقة احتلال لا يرحم.

وأوضح أن ما يحدث في قطاع غزة المحتل من عدوان وحشي ارتقى على أشره عشرات الآلاف من الشهداء والجرحى والمفقودين، هو تطهير عرقي بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى وحقائق واقعية مفرقة تشعشع لها الأبدان، والشاعر الإنسانية، وما يحدث حتى اللحظة من مجازر واعتقالات ومداهمات في كامل الأراضي الفلسطينية المحتلة هو جريمة يرتكبها الكيان الإسرائيلي المحتل، استكمالاً لتعود من الاستعمار الصهيوني، مكتملة الأركان ولا تحتاج لتحقيق أو تأكيد، فرائحة الموت والدماء الفلسطينية البرينة، ومشاهد الدمار حكم قطعي بأن العالم كله شاهد على هذه الإبادة، والإجرام الإسرائيلي البشع ضد الإنسانية وفي هذا الوقت العصيب الذي ما تزال فيه آلة الاحتلال الإسرائيلي تصب حممها براً وجواً وبحراً على المدنيين العزل في قطاع غزة.

## اندماج حزب التيار الوطني بحزب الاتحاد الوطني

عمان

الوطني الدكتور حمدي مراد، أهمية تعزيز القوة السياسية لكلا الحزبين، وتجسيد رؤية مشتركة تستجيب لتطلعات المرحلة المقبلة، لتلبية لتطلعات الشعب الأردني تحت شعار واحد، الله، الوطن، الملك، عاكساً الروح الوطنية والتزام الحزبين بمستقبل مزدهر ومستقر للأردن. وأضاف أن هذا الاندماج الذي تحقق بين الأيديولوجيات والسياسات لكلا الحزبين، يمثل نقطة تحول في الحياة السياسية الأردنية، و بداية عهد جديد من

الوطني بحزب الاتحاد الوطني الأردني، في خطوة تهدف إلى تعزيز المشهد السياسي الأردني، وتوحيد الجهود لمواجهة التحديات القادمة، وتمهيدا لمرحلة جديدة من التعاون السياسي والاجتماعي بين الحزبين. وأكد رئيس المجلس المركزي لحزب الاتحاد الوطني الأردني محمد الخشمان، خلال الاجتماع الذي حضره أمين عام حزب التيار

## "شؤون الأسرة" يعقد اجتماعا لمجلس أمنائه



عمان

عقد المجلس الوطني لشؤون الأسرة، اجتماعاً لمجلس أمنائه، برئاسة نائب رئيس المجلس الدكتور رجائي المعشر؛ استعرض خلاله أبرز إنجازات العام الماضي، والخطط المستقبلية التي سيتنفذها خلال السنوات المقبلة. وتضمنت أبرز إنجازات المجلس، إقرار الاستراتيجية الوطنية لعائلة الأحداث للأعوام ٢٠٢٤-٢٠٢٨، لضمان عدالة إجراءات التحقيق والمحاكمة لهذه الفئة، وشمول الأحداث المحتاجين للحماية والرعاية وتحسين الإجراءات المقدمة لهم، إضافة إلى أهمية المتابعة خلال الإجراءات التنفيذية للاستراتيجية خلال الأعوام المقبلة بالتعاون والشراكة مع الجهات المعنية.

كما شملت إطلاق المجلس تقنية الريبط التلفزيوني الملق؛ لسماع الأطفال ضحايا الجريمة والشهود عليها، بالتعاون مع مديرية الأمن العام والمجلس القضائي الأردني ووزارة العدل. وجرى خلال الاجتماع استعراض نتائج المرحلة التجريبية لنظام أتمتة إجراءات التعامل مع حالات العنف الأسري؛ والتي أسفرت عن أهمية التوسع في النظام على مستوى المؤسسات والجهات الشريكة؛ وذلك برفع قدرات مقدمي الخدمات بما ينعكس إيجاباً على الأداء المؤسسي ويضمن استجابة متكاملة لحالات العنف. وانتهى المجلس من إعداد التقرير الثاني الخاص بأحوال الأسر الالاجئة في الأردن؛ والذي بدوره يرصد أحوال هذه الأسر ويوفر المعلومات حولها لتطوير السياسات والبرامج والخطط المتعلقة بهذه الفئة بناء على نتائج عملية لتحديد الأولويات الوطنية لتحسين أحوال الأسر

والارتقاء بها. وفي إطار الاهتمام بفضة كبار السن، أعد المجلس استراتيجية وطنية لهذه الفئة، وتم تقييمها وتطويرها وكان آخرها الاستراتيجية الوطنية لكبار السن للأعوام ٢٠١٨-٢٠٢٢، وتقريرها التحليلي الذي جاءت توصياته تؤكد أهمية وجود نوادي نهارية لهذه الفئة، وفي ضوء ذلك يتم حالياً متابعة افتتاح نواد نهارية لكبار السن في المملكة بالتعاون مع أمانة عمان الكبرى ومنظمة الإنسانية والإدماج. يشار إلى أن أعضاء مجلس أمناء المجلس يعملون وزارات التخطيط، والتربية والتعليم، والصحة، والأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية، والتنمية الاجتماعية، إضافة إلى مديرا الأمن العام، ورئيس ديوان التشريع والرأي، وأشخاص بصفتهم الشخصية.

# متى تكون مناعة الجسم ضعيفة؟



كشفت الدكتورة لودميلا لاي المدير العام لمركز خودنوف 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. وتقول، "العلامة الأولى لضعف منظومة المناعة هي تكرار إصابة الشخص بالمرض. أما العلامات الأخرى فهي رد فعل حساسية، والضعف، والتعب، وسيلان في الأنف واحتقان الأنف، وحكة في العينين، ونوع من الطفح الجلدي، واحمرار في العين. هذه إشارة من منظومة المناعة إلى وجود خلل ما بها". ووفقاً لهذه الالتهابات غير المعالجة ونوبات الحساسية والأنظمة الغذائية غير السليمة يمكن أن تؤثر سلباً في منظومة المناعة. وتقول، "يزداد عدد المصابين بالحساسية وكل اتصال بحساسية الحساسية يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة. والسبب الثاني هو بؤر العدوى المزمنة. فمثلاً إذا أصيب الشخص بالأنفلونزا أو كوفيد، ووقيت "أثارها" الفيروسية، أي ما يسمى بـ "العدوى المستمرة" يمكن أن تستمر في أي خلية من خلايا الجسم. وهذه تعب الجسم وترهق منظومة المناعة. كما أن نزلات البرد وانخفاض حرارة الجسم والتسمم والصيام والأنظمة الغذائية غير السليمة - كلها تضعف منظومة المناعة". ووفقاً لها، يمكن استعادة مستوى منظومة المناعة فقط تحت إشراف طبيب مختص، وتقول، "إذا مرض الشخص

أكثر من 2-3 مرات في السنة، فهذا سبب اللازمة سيكتشف سبب إرهاق منظومة المناعة. وأسباب الحساسية التي تضعف منظومة المناعة، أو سيبحث عن عدوى

## دخض اضطراب شائعة حول الأمراض المناعية الجسدية



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

### تقارين تحسن الذاكرة

يساعد التدريب العرج المتكلم في مرحلة البلوغ لمدة 20-30 دقيقة يوميا في الحفاظ على الذاكرة وتحسينها. وتقول 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 تقنيّة فيبوناتشي، التي تتضمن أن يقول الشخص بينه وبين نفسه سلسلة رقمية، بحيث كل رقم جديد هو مجموع الأرقام السابقة. كما أن تقنيّة فيثاغورس فعالة أيضاً. ووفقاً لطريقة فيثاغورس من الضروري في المساء أن تتذكر جميع الأحداث التي حدثت على مدار اليوم بالتفصيل دون الإخلال بتسلسلها. والتسميرين الآخر يتضمن تذكر أكبر عدد من الكلمات التي تبدأ بكل حرف من الحروف الأبجدية". وتشير البروفيسورة إلى أن الاحتساب الذهني وحل الكلمات المتقاطعة والألعاب أخرى مماثلة فعالة أيضاً في تحسين الذاكرة. كما يساعد تذكر تفاصيل أحداث من الحياة الماضية على تحسين الذاكرة. وتقول، "الذاكرة هي وظيفة عقلية معقدة علياً. وتعتمد فعالية الحفظ على مجموعة من الأسباب، حالة الصحة الجسدية والنفسية للشخص. وتدريب الذاكرة في مرحلة الطفولة أهمية كبيرة. كما أن الروتين اليومي الصحيح والنوم والتغذية مهمان أيضاً. ويجب أن يقرأ الإنسان كثيراً، ويعيد سرد ما قرأ، وكذلك الكتابة باليد. ودراسة اللغات الأجنبية، وتعلم ونذكر القصائد التي تعلمها بالمثل". وتوسس البروفيسورة بضرورة ممارسة هذه التمارين بانتظام وعدم التخلي عنها. وحيثها فقط يمكن تحقيق النتائج المطلوبة.

## 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 تقريباً، رغم أن الأطباء والخبراء يحذرون من مخاطر بعضها. ونقل موقع "شي فايندس" عن طبيب يدعى "تشارلز" وينشر فيديوهات توعوية 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 نتناولها، وليس من المكملات الغذائية.

يقول تشارلز إن هذا الفيتامين يعد عنصراً غذائياً مهماً للحفاظ على صحة الجلد والرؤية، لكن الإفراط في تناول المكملات الخاصة به يصبح مضراً. مضيفاً "يمكن أن يتراكم في جسمك ويسبب تلف الكبد".  
**فيتامين إي،** الحديد معدن أساسي وضروري لنقل الأكسجين في الدم. ومع ذلك، يحذر

### كيف تسبب الأقدام المبللة مشكلات في القلب؟



يمكن أن تخلف درجة حرارة الجسم بسبب الأقدام المبللة، ما يؤدي إلى ضعف منظومة المناعة وبالتالي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية المختلفة. وتقول الدكتورة أناتاسيا فوميتشيفا 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، مثلاً، يمكن أن يتطور التهاب الشغاف العدوي. هذه أمراض التهابية في الشغاف (البطانة الداخلية للقلب) مع ترسب الكائنات الحية الدقيقة على صمامات القلب". ووفقاً للطبيبة، يمكن أن يحدث أيضاً 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 والشقوق في الجلد هي نقاط دخول للعدوى الفطرية، والتي يمكن أن تكون سبباً في التهاب عضلة القلب. كما يمكن أن يؤدي لتبريد المفاصل وتشنج الأوعية الدموية إلى تفاقم مسار التصلب الشرياني أو الوريدي المزمن في المساقين والذراة متلازمة الوذمة. وتجنب مثل هذه المضاعفات في الجسم، يجب الحفاظ على دقة القدمين".

## الذكور أضعف مناعة مقارنة بالإناث؟!

"عندما تصاب النساء بالعوامل 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 لمسببات الأمراض، لحماية النسل بأبكر قدر ممكن من العدوى". لكنه يقول إن النساء يمكن أن يدهفن في بعض الأحيان ثمناً صحياً مؤلماً لهذه القدرة على حماية أطفالهن الذين لم يولدوا بعد. وفي الوقت نفسه، يمكن للرجال أن يدهفوا ثمناً يهاظنا بسبب استجاباتهم المناعية الأضعف، كما يشيف أوبيدا دي توريس، وهذا يمكن أن يذهب إلى ما هو أبعد من "أنفلونزا الرجال". وينتج الرجال استجابة أضعف ويكونون أكثر عرضة لحملر الإصابة بالعديد من أنواع السرطان مقارنة بالنساء. وهذا لأن الاستجابة المناعية الأضعف تعني أن مسببات الأمراض قادرة على إصابة الرجال لفترة أطول. ما يمنع الفيروسات أو البكتيريا مزيداً من الوقت للتلاعب بجينات الخلايا التي تصيها. وهذا يساعد على انتشار العدوى عبر أجسام الرجال، ولكنه يزيد أيضاً من خطر تكاثر 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، "بيئنا تفرز النساء كميات كبيرة من البيضين وذلك بشكل أساسي ليذاء جهازهن المناعي. وعلى النقيض من ذلك، يبدو أن هرمون التستوستيرون يبطئ الدفاعات المناعية. ربما لأنه يحرك الأنشطة، مثل بناء العضلات التي تتطلب الطاقة. لذا تتعلم النساء

ناقش العلماء، لعقود من الزمن، ما إذا كانت ظاهرة "أنفلونزا الرجال" التي تعبر عن ضعف مناعة الذكور مقارنة بالإناث، حقيقية أم لا. وفي كتاب جديد بعنوان "كيف نحافظ 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 تملك الهرمونات الجنسية الأنثوية، البروجسترون والإستروجين، إلى دعم جهاز المناعة. في حين أن هرمون التستوستيرون الذكري يمكن أن يثبط المناعة. وتم تسليط الضوء على دور هرمون الإستروجين في مناعة الإناث من قبل علماء المناعة في جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور، ميريلاند. وقاموا بإصابة خلايا من بطانات أنوف الرجال والنساء بفيروس الأنفلونزا الشائع، قبل إضافة الشكل الأكثر شيوعاً من هرمون الإستروجين لدى النساء، والذي يسمى "أسترايديول"، إلى جميع الخلايا. وفي الخلايا لدى النساء، أدى هرمون الإستروجين إلى انخفاض كبير في مستويات فيروس الأنفلونزا، لكن مستويات الفيروس في خلايا الرجال ظلت دون تغيير. حسبما أفادت المجلة الأمريكية لعلم فيسيولوجيا الرئة الخلوية والإنزيمية. وينتج كلا الجنسين "أسترايديول"، حيث يوجد بكميات صغيرة في الخصيتين لدى الرجال (ربما للمساعدة في إنتاج

# لماذا تتشقق الشفاه في الشتاء؟



يعاني معظم الناس من جفاف وتشقق الشفاه في فصل الشتاء، ما يدفع البعض للتساؤل عن السبب الكامن وراء ذلك. ويهدأ الصدق، قال الدكتور لوك باولز، الطبيب الققيم في لندن والمدير السريري المساعد لعيادات Bupa الصحية، "إن الجلد الموجود على شفثيك يحتوي على حاجز وقائي أرق مقارنة ببقيّة الجلد على وجهك، ما يجعله أكثر عرضة للجفاف". ويبدأ من "الحدود القرمزية"، الخيط الحاد الذي يفصل بين أنسجة الشفاه وبقيّة الوجه، تكون الأنسجة مشابهة للغشاء المخاطي الذي يبطن الفم من الداخل، وتتكون من ثلاث إلى خمس طبقات فقط من الأنسجة، ولا يحتوي على أي من بصيلات الشعر أو الغدد العرقية الموجودة في أي مكان آخر بالوجه. وفقاً للمصدر الطبي StatPearls.

وقال باولز، "إن الطبقات الخلفية من الجلد على وجهك هي أكثر سماكة بست مرات من تلك الموجودة على شفثيك. وتحتوي شفثيك أيضاً على عدد أقل من الغدد الدهنية مقارنة بأجزاء أخرى من الجسم". ويحدث جفاف الشفاه خلال فصل الشتاء، عندما يصبح الهواء الخارجي أكثر برودة وأقل رطوبة، مع تشغيل الناس للتدفئة في منازلهم وشركاتهم.

يقال باولز إن التعرض المستمر للهواء الجاف يؤدي إلى جفاف جلد الشفاه الحساس، ما يؤدي إلى تشققها وتشيرها وترفيها. وهي حالة تعرف علمياً باسم التهاب الشفة الشائع. ولا حين أنه من القوي محاولة تخفيف ذلك عن طريق ترطيب الشفتين بلعاب الفم، إلا أن هذا قد يؤدي في الواقع إلى تفاقم المشكلة، لأن اللعاب يحتوي على الإنزيمات هضمية، مثل الأميليز، الذي يحول النشويات إلى سكريات، والليباز، الذي يساعد على هضم الدهون. وقال باولز، "عندما تلعق شفثيك، فإن اللعاب يزيل الطبقة الواقية الزيتية الطبيعية التي تساعد في الحفاظ على صحة شفثيك". ومع مرور الوقت، يمكن لهذه الإنزيمات أن تلحق الضرر بجلد الشفاه نفسه وتساهم في الجفاف. ويمكن أن يؤدي السداد الأنفي، وهو السمة المميزة لشم البرد والإنفلونزا في الشتاء، إلى تعريض الشفاه للعب زائد عن طريق إجبار الشخص على التنفس من خلال فمه، وفقاً لمراجعة عام 2020 في المجلة الدولية للأمراض الجلدية التناسية. ويمكن تخفيف الجفاف باستخدام مرطب الشفاه أو المرهم أو جهاز ترطيب الشفاه.

## حامل مشاوي يزيك مع خطر الإصابة بالتهاب الكلى



بعد تجلط الدم أو تخثر الدم وسيلة لمنع النزيف في حالات الجروح، وعلى الرغم من أن هذه الاستجابة مفيدة لمسئلاً، 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 الكلى والتهنات الدماغية. وما يشير التلق 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 الإجهاد 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 بالتهنات الكلى يمكن أن يزيد في الطقس البارد، قائلاً، "قد يكون هذا سبب زيادة التخثر في الشرايين التاجية، ولكن يمكن أن يكون أيضاً سبب زيادة مقاومة ضخ 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 التأثير اللاهتام أنه لا يبدو أن هناك فرقاً كبيراً بين المصابين 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 الخبير 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 شرايين 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 من أن درجات الحرارة المنخفضة تبدو مرتبطة بشكل كبير بجلطات الأوردة العميقة. ونظرت الدراسة إلى المرضى الذين تم إدخالهم إلى المستشفى بسبب الإصابة بتجلط الأوردة العميقة في شتايغ، 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 المعقول البقاء دافئاً إن أمكن. يجب تجنب التدخين لأن النيكوتين يسبب تشقق 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، والتمرين مفيد دائماً لأن التدفق الجيد للدم عبر الأوعية الدموية يحافظ على صحة جدران الأوعية الدموية ويقلل من خطر أي تجلط دم داخل الوعاء".

## 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 50 إلى 65 عاماً. وحللت دراسة شملت 8,000 شخص، حالات الأفراد الذين فقدوا نحو 25% من إجمالي ثروتهم على مدى عامين. وبالمقارنة بالأشخاص الذين ظل وضعهم المالي مستقرًا، فإن أولئك الذين يعانون من صدمة مالية كانوا أكثر عرضة بنسبة 27% للإصابة بالخرف. وتابعت الدراسة الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 50 عاماً في الولايات المتحدة، لمدة تصل إلى 11 عاماً في المتوسط لمعرفة ما إذا كانوا مصابين بالخرف. وأظهرت الاختبارات أن التدهور المعرفي لدى الأشخاص يتسارع إذا فقدوا مبلغاً كبيراً من المال. لكن العلاقة بين الصدمة المالية المفاجئة والتدهور المعرفي والخرف شوهت فقط لدى الأشخاص حتى سن

65 عاماً. وليس في الأشخاص الأكبر سناً. ويقول معدو الدراسة، بقيادة كلية الطب بجامعة تشيغاج في السن، إن الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً قد يتعاملون بشكل أفضل مع أحداث الحياة الجهدية. وقال الدكتور جينغ جو، كبير معدي الدراسة، "بعد تجربة صدمة الثروة السلبية، قد يضطر الناس إلى التحلي عن العادات الغذائية الصحية بسبب الترولة الحدودية، وانخفاض 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

الالتهابات في الجسم، ما قد يضر الدماغ ويسرع فقدان الذاكرة في وقت لاحق من العمر. ويؤدي فقدان المال أيضاً إلى زيادة خطر الإصابة بالاكتئاب المرتبط بالخرف. نشرت الدراسة في مجلة JAMA Network Open.

## خبيرة تكشف عواقب التسمم الكحولي

أوضحت البروفيسورة تاتيانا كليمنكو مديرة المركز العلمي الوطني لعلم المخدرات، أن التسمم الكحولي يسبب مجموعة كبيرة من الاضطرابات العصبية والنفسية والجسدية. وتشول البروفيسورة في حديث لصحيفة "إيفستيا"، أظهرت دراسات علمية أنه حتى تناول الحد الأدنى من الكحول له آثار صحية سلبية على المدى الطويل، لأن الكحول يصل 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 العطش 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 يبطل التدهور المعرفي بشكل عام. حيث اختبرت الدراسة الحالية الأشخاص فقط قدراتهم في اللغة. وعلى الرغم من أن الانخفاض البطيء في مهارات التفكير لدى أصحاب الحيوانات الأليفة من الأخرى الناجمة عن أخذ كلب للزفة كل يوم.

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. ونأتى هذه النتائج في أعقاب أدلة سابقة على أن امتلاك حيوان أليف يجعل الناس يشعرون بعزلة أقل، يصرّف النظر عن الفوائد الصحية الأخرى الناجمة عن أخذ كلب للزفة كل يوم.

ومن بين 7415 من كبار السن الذين شملتهم الدراسة، كان أكثر من ثلثهم يمتلكون حيوانات أليفة ونحو 27% يعيشون بمفردهم. وتم اختيار ذاكرتهم اللفظية من خلال إعطائهم قائمة من الكلمات ومطالبتهم بتذكرها، على الفور وبعد فترة. في حين تم قياس الطلاقة اللفظية من خلال مطالبة الأشخاص بأدراج 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 الجديدة التي أجريت على ما يقارب 8,000 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 50 عاماً، وسئلوا عما إذا كانوا يعيشون مع حيوان أليف، وأجروا اختبارات على ذاكرتهم في ما يتعلق بالكتلمات والعلاقة 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 يازلي تي، الذي قاد الدراسة من جامعة "سن يات سن" في السن، "إن الرفقة التي توفرها الحيوانات الأليفة قد تقلل من الشعور بالوحدة وتزيد من الرفاهية، في حين أن أخذ الكلاب للزفة قد يساعد على مقابلة أشخاص آخرين، من خلال وجود موضوع مشترك للمحادثة. وأظهرت نتائجنا أن أصحاب الحيوانات الأليفة كانوا أقل عرضة للعزلة الاجتماعية، وهو أمر جيد للتعامل ويقلل من معدل التدهور المعرفي". وتابع، "قد يحصل أصحاب الكلاب أيضاً على مزيد من التمارين الرياضية من خلال المشي والتروم 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 تشجع مشاوي مع خطر الخرف

أول مرة توصل علماء إلى عامل مهم يقلل من خطر الإصابة بالخرف بشكل مبكر ولقادي الإصابة به وتدارك أعراضه بل خفضها. فقد اكتشف علماء بريطانيون لأول مرة أن خطر الإصابة بمرض الخرف، الذي تبدأ أعراضه قبل سن 65 عاماً، يمكن أن يقل أو ينخفض بتناول جرعة يومية من فيتامين "د"، حسب تقرير نشره موقع "ديلي تلغراف". وكان يعتقد 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 تعاضد الكحول والعزلة الاجتماعية وضعف السمع وأمراض القلب يزيد أيضاً من المخاطر. ووجد باحثون من جامعة إكستر 15 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 350 ألف شخص مسجلين في مشروع البنك الحيوي في المملكة المتحدة، ووجدت ما مجموعه 180 حالة من الخرف المبكر. 10 ميكروغرامات يومي وتوصي هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) في بريطانيا كل شخص فوق سن الرابعة بتناول مكملات فيتامين د اليومية بمقدار 10 ميكروغرامات إذا كانوا غالباً في الداخل أو لا يتعرضون لأشعة الشمس. ويصنع الجسم فيتامين د بعد التعرض لأشعة الشمس، وقد يواجه الأشخاص ذوو البشرة الداكنة صعوبة في إنتاجه مثل الأشخاص ذوي البشرة الفاتحة، ويتم تصنيع الخرف قبل سن 65 عاماً على أنه "خرف بداية الشباب"، وهو حالة تؤثر على أكثر من 70 ألف شخص في المملكة المتحدة.

الأمم المتحدة  
الجمعية العامة  
الجمعية العامة

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 مستمرًا 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 منتشرًا على نطاق واسع وبمستويات إصابات شديدة ووفيات".

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

ويذكر أن وزير الصحة الروسي ميخائيل موراخو، 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 عميقة.

موقع ريسوس العسكري  
موقع التتبع الإلكتروني

اكتشف فريق من العلماء الية جديدة لكيفية انتشار مرض السكري من النوع الثاني. وفي تجارب على فئران بالمتحور، أظهر الباحثون أن حجب انزيم معين يمكن أن يفتح طريقًا جديدًا لعلاج المرض. وفق ما نقل موقع New Atlas عن دورية The Cell.

يبدأ مرض السكري من النوع الثاني عندما يتوقف الجسم عن الاستجابة للأنسولين. ويقصد 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 تمامًا سبب توقف نظام الأنسولين عن العمل في المقام الأول.

انزيم "سكان"  
في الدراسة الجديدة، حدد فريق الباحثين من جامعة كيس ويسترن ريزيرف، الزميا لصبغ دورا مهمًا، والانزيم المعروف باسم SCAN، هو حامل يربط أكسيد النيتريك بالبروتينات، بما يشمل الانزيم 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 نشاطًا متزايدًا لانزيم "سكان" في كل من الفئران والبشر المصابين بداء السكري. وعلى العكس من ذلك، بدأ أن الفئران المعدلة وراثيًا التي تقتصر على انزيم "سكان" محمية من تأثيرات مرض السكري.

في السياق قال جوناثان ستامغر، الباحث الرئيسي في الدراسة، "لقد أظهرنا أن حجب هذا الانزيم يحسن من مرض السكري. إلا أن الآثار تمتد لتعدد من الأمراض التي يحتمل أن تكون ناجمة عن انزيمات جديدة تضيف أكسيد النيتريك، مشيرًا أن "حجب هذا الانزيم قد يقدم علاجًا جديدًا".

مراحل مبكرة للغاية  
وقد ربطت المستويات العالية من أكسيد النيتريك بالعديد من الحالات الصحية، مثل مرض الشريان التاجي، لكن كونه جزيء تفاعلي يجعل من الصعب استهدافه بشكل مباشر. غير أن نتائج الدراسة الجديدة تظهر أن البحث عن انزيم ذي صلة يمكن أن يفتح طريقة جديدة تمامًا لعلاج السكري والأمراض الأخرى. بيد أنه لا يزال البحث مبكرًا للغاية ويلزم القيام بالكثير من العمل للتحقق في كيفية استهداف انزيم "سكان".

دراسة كندية تكشف كيف يؤثر  
تدريب الرياضيين على الدماغ

نشر خبراء في الأكاديمية الأميركية لطب الأعصاب، مؤخرًا، بحثًا يشير إلى أن الاستيقاظ باستمرار طوال الليل قد يكون مرتبطًا بتطور الخرف لاحقًا. وعزلت الورقة البحثية، التي نُشرت في مجلة علم الأعصاب على الإنترنت، "العلاقة بين النظام النوم واليخرف الناتج عن الحوادث وحجم الدماغ".

وجاء في مقدمة البحث، "كان الهدف من هذه الدراسة هو تقييم العلاقة بين النظام النوم، أي الاتساق اليومي في أنماط النوم والاستيقاظ وخطر الإصابة بالخرف والأمراض الدماغية المرتبطة بالنوم بالرائين الفذهائيس للدماغ". وتابعت الدراسة أكثر من 88 ألف مشارك في المملكة المتحدة لمدة 7 سنوات. وكان متوسط عمر المشاركين 62 عامًا. ووجدت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من عدم النظام نومهم كانوا أكثر عرضة بنسبة 53 بالمئة للإصابة بالخرف، مقارنة مع أصحاب النوم المنتظم.

وقال مؤلف الدراسة ماثيو بول بيس، من جامعة مونتاش في ملبورن الأسترالية، إن الأشخاص الذين يعانون من عدم النظام النوم قد يحتاجون إلى تحسين نظام نومهم لوقاية من الخرف. وأضاف أن هناك "حاجة لأبحاث مستقبلية لتأكيد النتائج التي توصلنا إليها". من جهتها، ذكرت الأكاديمية الأميركية لطب الأعصاب، "الدراسة لا تثبت أن عدم النظام النوم يسبب الخرف، إنما تظهر فقط العلاقة".



علماء يوضحون تأثير النوم  
الزائد أيام العطل في الصحة



اتضح للعلماء أن النوم الإضافي، في عطلة نهاية الأسبوع، يمكن أن يخفف من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتشير صحيفة Daily Mail إلى أن باحثين من جامعة نانجينغ الطبية الصينية، تابعوا حالة 3100 شخص لتحديد كيفية تأثير فترات النوم في الصحة.

ووفقًا لنتائج هذه الدراسة، إن الأشخاص الذين لم يحصلوا بالنظام على قسط كافٍ من النوم خلال أيام العمل في الأسبوع ثم ناموا بضع ساعات إضافية في أيام عطلة نهاية الأسبوع، انخفض لديهم خطر الإصابة بالنوبات القلبية بنسبة 63 بالمئة. أما الأشخاص الذين لم يعضوا قلة النوم في أيام العطل، 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 صحية عقلية أفضل.

ووجد باحثون من جامعة الصين المركزية للمعلمين أن الذين يستخدمون المنصات الاجتماعية "بشكل سلبي" هم الأكثر ميلًا للمعاناة من القلق الاجتماعي مقارنة بالذين يستخدمونها بنشاط، مثل تحميل المنشورات ومشاركة أحداث الحياة. وأجرى الفريق استطلاعًا للرأي شمل أكثر من 500 طالب جامعي حول صحتهم العقلية واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. ووجد أن "المتصفحين" كانوا أكثر خوفًا 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 الصداقة.

وشملت الدراسة، التي نُشرت في مجلة BMC Psychology، نحو 571 طالبًا من مقاطعة شانشي ومقاطعة هوبي في الصين في الفترة من ماي إلى يوليو 2022. واكملت المجموعة استبيانات تقيس الانفتاح والاستخدام النشط والسلبي لوسائل التواصل الاجتماعي والتقييم الذاتي والقلق الاجتماعي.

والمعيار الافتتاح، طلب من المشاركين ترتيب سلسلة من العبارات، واحدة تشير إلى عدم الموافقة بشدة وأخرى تشير إلى الموافقة بشدة. وتشملت بعض هذه العبارات، "أرى نفسي شخصًا مبتكرًا" و"أرى نفسي شخصًا يتمتع بخيال نشط". وكان القياس التالي، الاستخدام النشط والسلبي لوسائل التواصل الاجتماعي، عبارة عن استبيان مكون من تسعة عناصر يسأل عن مقدار أنشطة المشاركة، مثل الإعجابات والتعليقات. وأشارت الدراسة إلى أن "الاستخدام النشط يشير إلى سلوكيات توليد المعلومات التي تعزز التواصل، مثل نشر تحديثات الحالة أو التعليقات". وأوضح الفريق في ورقة بحثية، "يشير الاستخدام السلبي إلى سلوكيات تصفح المعلومات التي تفتقر إلى التواصل، مثل عرض الصفحات الرئيسية أو الصور الخاصة بالآخرين".

وطلب جزء التقييم الذاتي من المشاركين الموافقة أو عدم الموافقة على عبارات مثل، "أعتقد أنني شخص ذكي". وركز الاستبيان النهائي على القلق الاجتماعي مع عينة من العناصر بما في ذلك "المجموعات الكبيرة تجعلني عصبياً" و"يستغرق الأمر وقتًا لتغلب على خجلي في المواقف الجديدة".

ثم طلب من المشاركين ترتيب العناصر من "ليس مثلي على الإطلاق" إلى "يشبهني كثيرًا".

وكشفت الدراسة أن أولئك الذين أبلغوا عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل سلبي كانوا أكثر عرضة لنتائج معتدلة مختلفة.

طالبا في جامعة  
البحرين

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

كشفت الخبراء أن تاج السن يغطى بطبقة من المينا الصلبة التي تحميها بالعاج البني اللامع، الذي يحمي اللب في المركز. وتتكون المينا من خيوط هشة متجمعة على شكل قرص تتفاعل مع الضوء لتجعل الأسنان تبدو بياقة.

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

ويوجد في معدن العاج والكولاجين أنابيب صغيرة مترابطة تتشكل بواسطة خلايا متخصصة تسمى الخلايا السلية، التي تستقر حول اللب 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 ليكتشف عن العاج العظم نسيبًا، الذي يصبح داكنًا مع تقدمنا في العمر. ويصبح العاج داكنًا لأن نسيج الكولاجين يتصبب وينكمش. ويمتلئ السائل الموجود في الأنابيب بالمعادن. وتعلل جزيئات الطعام والشراب الفجوات الدقيقة وخطوط الشقوق الدقيقة المرتبطة بالعمر، والتي تمتد إلى أعلى وأسفل المينا لتغير لونها وتصيغها.

وفيما يلي سبع نصائح لتجنب تراجع الأسنان، "تجنب الألبان الحامضة" "تجنب استخدام أسنانك لضغ العيون أو طحن الأطعمة الصلبة جدًا." "الشمس يستنساوي بسن الأسنان" إذا كنت تتقند الأضراس أو الضواحك، فنبغي وضع الطعام بدقة شديدة بحيث يمكن استخدام الأسنان القوية. ويمكن دعم عملية الضغ من خلال استبدال الأسنان المفقودة باليسور أو الغرسات أو أنظم الأسنان.

الحفاظ على المينا

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

ويمكن لبعض معالجات الأسنان البيضاء 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)، حيثما أمكن ذلك للحفاظ على المينا ومنع تآكلها.

تعزيز اللعب

بعد اللعب مهما لتعزيز عملية الضغ والبيع والتحدث. لكن نوعية وكمية اللعب لدينا لتخفف بسبب التغيرات المرتبطة بالعمر في القدر اللغوية، وكذلك بعض الأدوية الموسوفة لعلاج الأمراض المزمنة، مثل الاكتئاب وارتفاع ضغط الدم.

تحدث إلى طبيبك حول خيارات الأدوية المتاحة لتحسين اللعب أو إدارة مرض الارتجاع لتع التآكل.

علاج أمراض اللثة

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

دراسة تربط بين  
والتهديدات السريرية

ربطت دراسة جديدة بين جانحة الطاعون الثانية، المعروفة باسم الموت الأسود، والتغيرات في الميكروبات الحيوية الفموية البشرية.

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

وأدت جانحة الطاعون الثانية في منتصف القرن الرابع عشر إلى مقتل ما يصل إلى 60٪ من سكان أوروبا، وتسببت في الحمى والتعب والقيء بالإضافة إلى تورمات كبيرة ومؤلمة تسمى الدبل في المخذلين والرقبة والإبط والخذل.

وتم توثيق تداعيات حدث الوفيات الجماعية هذا جيدًا، لكن دراسة حديثة من ولاية بنسلفانيا وجامعة أديلايد تلقي ضوءًا جديدًا على إرث الموت الأسود وأشارت إلى أنه قد يكون مرتبطًا بحثا للجينات السريعة اليوم، بسبب التغيرات الجسدية في النظام الغذائي والنظافة خلال تلك الفترة.

وكشفت تحليل لويحات الأسنان المتكسبة من الهياكل العظمية التي تعود لآلاف السنين أن البكتيريا السائدة الموجودة في أفواهنا اليوم ترتبط بالأنظمة الغذائية منخفضة الألياف وعالية الكربوهيدرات، وكذلك استهلاك الألبان. وقالوا إن كل هذه العوامل تميز الأنظمة الغذائية الحديثة. مثل الوجبات السريعة. وربما تكون الأحداث العالمية، مثل الموت الأسود، قد أدت إلى هيمنة هذه البكتيريا.

ويعتقد أن التغيرات في النظام الغذائي والنظافة في جميع أنحاء المناطق التي شهدت الطاعون قد أدت على الميكروبيوم الفموي لدينا، وهو مجتمع الكائنات الحية الدقيقة، ومعظمها من البكتيريا. وتوجد في أفواهنا.

ومن المعروف أن هذا الخليط من البكتيريا داخل الجسم مرتبط بسحة المناعة والقلب والدماغ، ولكن يمكن أن يرتبط أيضًا 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 وضغط الصحة العقلية. إن الكشف عن أصول هذه المجتمعات الميكروبية قد يساعد على فهم هذه الأمراض وإدارتها". وقامت لورا ورفيقها بجمع مواد من أسنان 225 شخصًا دفنوا في 27 موقعًا أثرية في إنجلترا، واسكتلندا من نحو 2200 قبل الميلاد إلى 1825 بعد الميلاد.

ويعد فحص العينات، حدودوا 954 نوعًا ميكروبيًا في مجتمعين مختلفين من البكتيريا، وسيطر على أحدهما جنس "الكورة العظيمة" (Streptococcus)، وهي شائعة في أفواه الأشخاص المعاصرين، والآخر سيطر عليه جنس Methanobrevibacter، الذي يعتبر الآن منقرضًا إلى حد كبير لدى الأشخاص الأصحاء.

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



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

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

وحدد الباحثون في جامعتي هارفارد وكينغز كوليدج لندن الصحة السلوكية، مثل إدمان الكحول والقصاص، كان لها التأثير الأكبر على عدم الإجاب بين الرجال الذين تم تشخيصهم في العشرينات من العمر.

ولتين أن النساء لا ينجبن أطفالا على الأرجح بسبب أمراض المناعة الذاتية والالتهابات مثل التصلب المتعدد واضطرابات القلب والأوعية الدموية ومرض السكري من النوع ٢. عند تشخيصهم في أوائل العشرينات من عمرهن.

وتتكون القائمة الطويلة من ٧٤ حالة مختلفة تزيد من احتمالات عقم الرجل أو المرأة في وقت لاحق من الحياة، بما في ذلك اضطرابات سلوكية وإعاقات مثل القصاص والشلل الدماغي وإدمان الكحول والمخدرات واضطراب الشخصية المعادية للمجتمع.

وتشمل الحالات الأخرى غير العقلية التي ارتبطت أيضا بزيادة معدلات عدم الإجاب، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات تخثر الدم والعدوى التهابية وعدم التزام فترات الحيض.

وشملت أقوى العوامل المؤثرة على القدرة على الإجاب في المستقبل، العيوب الخلقية والاضطرابات الأخرى منذ الولادة، ومشكلات الصحة العقلية والاضطرابات التي تؤثر على الجهاز العصبي، مثل مرض التصلب العصبي المتعدد والتهاب الفصائل عند الأطفال.

وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات ١.٤ مليون امرأة - ولدن بين عامي ١٩٥٦ و١٩٧٣ - و١,١ مليون رجل - ولدوا بين عامي ١٩٥٦ و١٩٦٨.

## تظهر الودمة نتيجة احتباس السوائل في الجسم لأسباب مختلفة، بدءا من السباح ضغط حيازة غير صحي وانتهاء باضطرابات خطيرة في عمل أعضاء وأجهزة الجسم.

تظهر الودمة نتيجة احتباس السوائل في الجسم لأسباب مختلفة، بدءا من السباح ضغط حيازة غير صحي وانتهاء باضطرابات خطيرة في عمل أعضاء وأجهزة الجسم.

ووفقا للدكتورة كاميليا تابينغا اختصاصية القدم الصماء والمطب الوقائي ومكافحة الشيخوخة، يمكن أن تظهر الودمة بسبب اضطراب عمل القلب والأوعية الدموية والجهاز البولي والغدد الليمفاوية والصماء والجهاز الهضمي.

وتقول في مقابلة مع Gazeta.Ru، "تظهر الودمة غالبا بسبب قصور الوريد وأمراض القلب - التناخ الأوردة (الدوالي)، وأمراض القلب التي تسبب عدم التوازن عضلة القلب بالدرجة المطلوبة. ويحاول المساء، يزداد تورم الساقين بسبب قصور القلب، وقد يكون مصحوبا بضعف أو عدم التزام ضربات القلب أو شيق في التنفس حتى أثناء الراحة أو عند بذل نشاط بدني بسيط."

ووفقا 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 عادة بشحوب الجلد وجفافه.

وتقول، "أما في حالة أمراض الجهاز اللماوي، فتظهر الودمة بسبب اضطراب تدفق اللثف. وغالبا ما تظهر على الأطراف، ويزداد التورم في المساء ويختفي عمليا 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 بالياء في مجرى الدم، وعند عدم الاحتفاظ بالسوائل في مجرى الدم، كما يحصل في حالة تليف الكبد، تنتفخ القدمين والساقين والفخذين واليمن بصورة خاصة."

وتشير الطبيبة إلى أن اضطرابات القدم الصماء، وخاصة قصور الغدة الدرقية، يسبب ظهور تورم واضح في الوجه، الذي يمكن أن يزداد وينتشر في الجسم بأكمله. وتصاب مشكلات الغدة الدرقية عادة أعراض مميزة، التعاس والضعف الشديد وفقدان الذاكرة وغيرها.

## كيف تتقي مشكلات العظام في الكبر

قالت عبادة العظام في جونديفينجن بألمانيا إنه يمكن مواجهة هشاشة العظام في الكبر من خلال التوثيق على ممارسة الرياضة والتغذية السليمة.

وأوضحت العبادة أن ممارسة الرياضة تعمل على تحفيز عملية أيض العظام والعضلات، وبالتالي تتمتع العظام والعضلات بالثبات والاستقرار، ويزداد أمان المشي ويقل خطر السقوط والإصابة بكسور، فضلا عن إبطاء عملية ترقق العظام وفقدان كثافتها.

ولاستفادة من الرياضة ينبغي الجمع بين رياضات قوة التحمل مثل المشي، ولا سيما باستخدام العصا وركوب الدراجة الهوائية والسباحة وتمارين تقوية العضلات، مع مراعاة ممارسة الرياضة بمعدل لا يقل عن مرتين أسبوعيا لمدة ساعة إلى ساعة ونصف في المرة الواحدة.

**أهمية الكالسيوم**

وأكدت عبادة العظام أن التغذية السليمة تلعب دورا كبيرا في إبطاء عملية ترقق العظام وفقدان كثافتها، مشيرة إلى أنه ينبغي لهذا الغرض اعداد الجسم بالكالسيوم المهم لسمعة العظام، والذي تتمثل مصادره الغذائية في اللبن ومثلجات الألبان والبيض والخبز المصنوع مثل البسكويت والبروكلي.

كما ينبغي اعداد الجسم بفيتامين "دي ٣" نظرا لأنه يساعد الجسم على امتصاص الكالسيوم، ولهذا الغرض ينبغي التعرض لأشعة الشمس على نحو كاف، حيث تحفز أشعة الشمس الجسم على إنتاج هذا الفيتامين كما يمكن أيضا اللجوء إلى المكملات الغذائية المحتوية على فيتامين "دي ٣" تحت إشراف الطبيب.

لنسر دائرة الشدائد وتحسين النتائج الصحية على المدى الطويل لأولئك الأفراد الذين تعرضوا لصدمة الطفولة.

وقد نُشر 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 الألم المزمن أحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في جميع أنحاء العالم، ويمكن أن تؤثر الحالات المؤلمة طويلة الأمد، مثل الألم 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 والألم المزمن في مرحلة البلوغ، ومع ذلك، لا تزال هناك فجوات في فهم هذا الارتباط.

وللمساعدة على معالجة هذه الفجوات، 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 اعتداء جسديا أو جنسيا أو عاطفيا أو إهمالا، كانوا أكثر ميلا بنسبة ١٤٥٪ للإبلاغ عن الألم المزمن في مرحلة البلوغ مقارنة بأولئك الذين لم يتعرضوا لهذه

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 الألم 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 عاما، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار ٧٥ عاما، والتي شملت ٨٢٤٥٢ شخصا بالغًا، وتكشف أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الضامة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألم المزمن والإعاقة المرتبطة بالألم في مرحلة البلوغ، وخاصة أولئك الذين تعرضوا للإيذاء الجسدي.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر.

ويقول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسبير، 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 بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة. وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم

أكثر شدة لتخفيف من تأثيرها على الصحة العقلية التي ارتبطت أيضا بزيادة معدلات عدم الإجاب، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات تخثر الدم والعدوى التهابية وعدم التزام فترات الحيض.

وشملت أقوى العوامل المؤثرة على القدرة على الإجاب في المستقبل، العيوب الخلقية والاضطرابات الأخرى منذ الولادة، ومشكلات الصحة العقلية والاضطرابات التي تؤثر على الجهاز العصبي، مثل مرض التصلب العصبي المتعدد والتهاب الفصائل عند الأطفال.

وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات ١.٤ مليون امرأة - ولدن بين عامي ١٩٥٦ و١٩٧٣ - و١,١ مليون رجل - ولدوا بين عامي ١٩٥٦ و١٩٦٨.

عندما تم تشخيص إصابتك بالمشكلة، أكثر عرضة للعثق مقارنة بالنساء اللاتي تم تشخيصهن في مرحلة البلوغ المبكر.

وقال الباحثون إن المشاكل العقلية كانت الأكثر تأثيرا بين الرجال، بينما شكلت المشاكل الأيضية والغدد الصماء مثل مرض السكري، التأثير الأكبر على معدلات عدم الإجاب لدى النساء.

وقالت الدكتورة أندريا جانا، مديرة معهد الطب الجزيئي بفيلندا (FIMM)، "من خلال تقييم دور العديد من أمراض الحياة المبكرة في عدم الإجاب لدى ٢,٥ مليون شخص في جميع أنحاء فنلندا والسويد، تمهد هذه الدراسة الطريق لفهم أفضل لحالة العقم".

وقال الدكتور أوكستغ ليو، المعد الرئيسي للدراسة والباحث في جامعة هلسنكي، "تؤدي عوامل مختلفة إلى زيادة معدلات عدم الإجاب في جميع أنحاء العالم، حيث يكون تأجيل الإجاب مساهما كبيرا قد يزيد من خطر العقم".

# تطوير لقاح لخفض الكولسترول!



وقال الدكتور برايس تشاكريان، الباحث الرئيسي والأستاذ في قسم الوراثة الجزيئية والأحياء الدقيقة في جامعة يوكسبيكو، "نعتقد أن يكون لهذا اللقاح تأثير عالمي، ونأمل أن يكون متاحا للبشر في السنوات العشر المقبلة".

ويمكن تطبيق استخدام اللقاح مرة واحدة في السنة إذا وصل إلى روفوف الصيدليات.

ويعني أن الحقن المعاملة التي تحد من PCSK٩ موجودة في السوق إلا أنها يمكن أن تكلف ما بين ٥٠٠٠ دولار إلى ١٥٠٠٠ دولار بدون تأمين.

ومع ذلك، نظرا لأن اللقاح الجديد مستو من تكثيرا "غير مكلفة نسبيا،

يمكن للقاح وخصي الثمن أن يحد من ارتفاع نسبة الكوليسترول وكذلك خطر الإصابة بأمراض القلب والمكثبة الدماغية في غضون ١٠ سنوات.

ووجد الباحثون في كلية الطب بجامعة يوكسبيكو (UNM) أن اللقاح يمكنه خفض نسبة الكوليسترول الضار (LDL)، بنسبة ٢٠٪ تقريبا لدى الفئران والقرود، ويستهدف اللقاح بروتين PCSK٩، وهو جزيء يصنع في الكبد وينتقل عبر مجرى الدم ويرفع نسبة الكوليسترول الضار (LDL).

وتحجب الجرعة البروتين عن طريق حقن جزيئات فيروسية غير معدية مع أجزاء صغيرة من PCSK٩ متصلة بها.

تشير المعلومات الواردة إلى أن أعراض متحور جديد لفيروس كورونا في الولايات المتحدة، يحمل اسم JN.١، وتشهد العديد من البلدان ارتفاعا كبيرا في عدد الإصابات بهذا المتحور.

والطبيب والباحث في السياسات والنظم الصحية، الطبيب حمض، يقدم تحليلا شاملا حول هذا المتحور وتأثيره على المجتمع والاقتصاد.

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

وأوضح الطبيب حمض أن متحور JN.١ هو فرغ من سلالة أوميكرون، ويصنف على أنه متحور مشر للاهتمام. يشرح أيضا التطورات التي أدت إلى تصنيفه باعتباره متحورا كاملا 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 أيضا تأثيراته المحتملة وما إذا كانت اللقاحات الحالية قادرة على التصدي له.

وأكد حمض أن التلقيح ما زال يقي من الأمراض الشديدة والوفيات، وشدد على أهمية التلقيح لجميع الفئات العمرية.

ومع ذلك، يشير حمض إلى أنه قد يزيد انتشار المتحور JN.١ من إمكانية إصابة الأفراد حتى وإن كانوا تلقوا اللقاح.

وسلط الضوء على التحديات المتعلقة في الأسابيع المقبلة في المغرب وأماكن أخرى مشيرا إلى احتمال انضمام متحور JN.١ إلى أمراض الشتاء الأخرى، وأوضح الإجراءات الوقائية الممكنة، حيث قدم حمض نصائح للكثات للعرض للخطر، مشددا على أهمية حماية الأفراد الأكثر ضعفا، كما شدد على ضرورة اتخاذ الشباب إجراءات وقائية للحفاظ على سلامتهم وحماية الأشخاص حولهم.

وكشف حمض 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 التلقيح والتزام الجميع بالإرشادات الصحية للحفاظ على سلامة المجتمع في مواجهة تحديات متحور JN.١.

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 الألم 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 عاما، واتخاذ خطوات للتخفيف من تأثيرها طويل الأمد على الصحة.

وتستعرض الدراسة الأبحاث التي تم إجراؤها على مدار ٧٥ عاما، والتي شملت ٨٢٤٥٢ شخصا بالغًا، وتكشف أن الذين تعرضوا لأشكال مختلفة من الأحداث الضامة في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالألم المزمن والإعاقة المرتبطة بالألم في مرحلة البلوغ، وخاصة أولئك الذين تعرضوا للإيذاء الجسدي.

ويؤذي التأثير التراكمي للتعرض لتجارب الطفولة السلبية (ACE)، إلى تفاقم هذا الخطر.

ويقول المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور أندريه بوسبير، 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 بالألم المزمن والإعاقة في وقت لاحق من الحياة. وهناك حاجة ملحة لتطوير تدخلات مستهدفة وأنظمة دعم

## كورونا ١: التطعيم حتمي وكافح

في نهاية غشت ٢٠٢٣، تم اكتشاف متحور جديد لفيروس كورونا في الولايات المتحدة، يحمل اسم JN.١، وتشهد العديد من البلدان ارتفاعا كبيرا في عدد الإصابات بهذا المتحور.

والطبيب والباحث في السياسات والنظم الصحية، الطبيب حمض، يقدم تحليلا شاملا حول هذا المتحور وتأثيره على المجتمع والاقتصاد.

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

وأوضح الطبيب حمض أن متحور JN.١ هو فرغ من سلالة أوميكرون، ويصنف على أنه متحور مشر للاهتمام. يشرح أيضا التطورات التي أدت إلى تصنيفه باعتباره متحورا كاملا 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 أيضا تأثيراته المحتملة وما إذا كانت اللقاحات الحالية قادرة على التصدي له.

وأكد حمض أن التلقيح ما زال يقي من الأمراض الشديدة والوفيات، وشدد على أهمية التلقيح لجميع الفئات العمرية.

ومع ذلك، يشير حمض إلى أنه قد يزيد انتشار المتحور JN.١ من إمكانية إصابة الأفراد حتى وإن كانوا تلقوا اللقاح.

وسلط الضوء على التحديات المتعلقة في الأسابيع المقبلة في المغرب وأماكن أخرى مشيرا إلى احتمال انضمام متحور JN.١ إلى أمراض الشتاء الأخرى، وأوضح الإجراءات الوقائية الممكنة، حيث قدم حمض نصائح للكثات للعرض للخطر، مشددا على أهمية حماية الأفراد الأكثر ضعفا، كما شدد على ضرورة اتخاذ الشباب إجراءات وقائية للحفاظ على سلامتهم وحماية الأشخاص حولهم.

وكشف حمض 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 التلقيح والتزام الجميع بالإرشادات الصحية للحفاظ على سلامة المجتمع في مواجهة تحديات متحور JN.١.

## التعاون مع الإقطنون

وجدت دراسة جديدة أن الإنفلونزا يمكن أن تسبب أعراضا مؤلمة الأمد مماثلة 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 شيوعا، مع احتمال دخول المرضى إلى المستشفى مرة أخرى إذا عاؤوا من أي من الحالتين. وقال الخبراء إن ذلك يظهر أهمية التطعيمات السنوية، خاصة لدى كبار السن والأكثر ضعفا.

ويقول أحد البرفسور الرئيسية المستخدمة من "كوفيد"، إن العدوى التي كان يُعتقد في البداية أنها تسبب مرضا قصبيا فقط، يمكن أن تؤدي أيضا إلى مرض مزمن. ما دفع الباحثين من كلية الطب بجامعة واشنطن، إلى النظر في النتائج طويلة المدى لمرض "كوفيد" إلى جانب الإنفلونزا.

وحلوا أحد أكبر أسئلة البرفسورين، مع مقارنة مخاطر الوفاة شهرا بعد الإصابة بأي من الفيروسين، مع مقارنة مخاطر الوفاة ودخول المستشفى، و٩٤ نتيجة صحية شارة تتعلق بالنظمة الأعضاء الرئيسية في الجسم.

## حاشا لجدل ورسا ورسا

يؤثر العقم على نحو ٤٨ مليون من الأزواج في جميع أنحاء العالم ويمكن أن يكون له أسباب مختلفة. وفي نحو ١ إلى ٢٪ من الحالات، تكون المشكلة ناجمة عن فشل التبويض في إطلاق البويضات.

وتسلط دراسة جديدة أجراها علماء في جامعة تسينغهوا بالصين الضوء على سبب أساسي جديد قد يشرح حالة العقم هذه عند النساء.

وتم تحديد التغيرات في جين معين يسمى Eiftenif كمدحرك لشبكة في التبويض تجعل العمل شبه مستحيل.

واكتشف العلماء أن التغير الجيني الذي يسبب مشكلة في خلايا البويضات لمنع التبويض من إطلاق البويضات والنظام، ومن دون إطلاق البويضات (عملية الإباضة) لا يمكن أن يحدث الانقسام، وعلى وجه التحديد، يؤثر النمط الضار للحمض النووي على عمل الميتوكوندريا (عضية خلوية مزدوجة الغشاء تتواجد لدى معظم الكائنات حقيقية النوى) داخل خلايا البويضة - "القوة" التي تحول الوقود إلى طاقة.

وفي حديثه عن النتائج، قال البروفيسور كيهوكي كي، من جامعة تسينغهوا في الصين، والذي ساعد في قيادة الدراسة، إن العلاقة بين Eiftenif والميتوكوندريا لم يتم تحديدها من قبل. ومن الناحية الطبية، تُعرف مشاكل إنتاج وإطلاق البويضات باسم قصور المبيض الأولي وقصور المبيض المبكر. وتشير هذه المسلمات إلى حقيقة أن المشكلة تحدث قبل انقطاع الطمث الذي تتوقف فيه الإباضة بشكل طبيعي.

وفي عام ٢٠١٨، صادف علماء صينيين عائلة تعاني من قصور المبيض المبكر، وكان لديها جميعا تغيرات في الجين Eiftenif. وقام الفريق بإعادة إنتاج هذا التغيير الجيني في الفئران لعرفه مدى تأثيره على خصوبة الإنسان.

وسمحو للفئران بالنمو وقارنوا خصوبتها بالفئران التي لم يتم تعديل حمضها النووي. ووجدوا نمطا مميزا من التغيرات في الميتوكوندريا في البيض، وانخفاض متوسط عدد الجريبات الكلية، وهي الأكياس الصغيرة الموجودة على سطح المبيض والتي تحتوي على البويضات النامية، بنسبة ٨٠٪ تقريبا في الفئران الأكبر سنا والعدلة وراثيا. كما انخفض متوسط عدد الجراء في كل فضلات بمقدار ٥٣٪. حيث أنه عندما تنمو في طبق المختبر فإن نحو نصف البويضات الحصبية لا تبقى على قيد الحياة بعد المراحل الأولى من التطور.

يعتقد تشاكريان أنه يمكن أن يكون أرخص من ١٠٠ دولار للجرعة الواحدة. وبعد ١٠ سنوات من التجارب على الحيوانات، يتطلع الباحثون الآن إلى تعويل التجارب البشرية.

ويحدث ارتفاع نسبة الكوليسترول عندما يكون هناك الكثير من الرواسب الدهنية في الدم، ما يعيق تدفق الدم عبر الشرايين ليصل إلى الأعضاء الحيوية مثل القلب والدماغ.

ويمكن أن تؤدي الأطعمة الدهنية والتدخين وعدم ممارسة التمارين الرياضية إلى رفع نسبة الكوليسترول الضار، على الرغم من أن بعض الأشخاص قد يكون لديهم استعداد وراثي لذلك.



## هل تجنّب المنتخب الوطني صدام اليابان في كأس آسيا

أصبحت الرؤية أكثر وضوحاً لمنتخب الأردن في كأس آسيا، بعدما حسم تأهله مبكراً لكنه انتظر لعرفة هوية منافسه في دور الـ١٦. وكشفت نتائج الجولة الأخيرة من دور المجموعات، عن مواجهة عربية قوية ومرتبطة ستجمع النشامى مع شقيقه العراقي الإثنين. وتعرض منتخب الأردن للخسارة أمام البحرين (١-٠)، ليكفله الأمر التأهل كأفضل ثالث رغم أنه كان مرشحاً لحسم صدارة المجموعة أو حصد الوصافة. وتاهل الأردن كأفضل ثالث ربما يتناقض مع تصريحات المغربي الحسين عموتة مدرب الأردن، الذي أكد في المؤتمر الصحفي قبل مباراة البحرين، أنه يرفض التأهل كأفضل ثالث لما له من تأثير على الناحية النفسية. وبالعودة إلى تفاصيل مجريات مباراة البحرين، فقد اتضح أن منتخب النشامى عمل على تجنب مواجهة اليابان، وبالوقت نفسه رفض أي مغامرات غير محسوبة قد تضعف من قدراته في دور الـ١٦. وقرر عموتة عدم الزج بالرباعي المؤثر يزن العرب وإحسان حداد ونزار الرشدان وموسى العمري أمام البحرين على اعتبار أنهم يحملون بطاقات صفراء، مما أثر نسبياً على أداء النشامى. ومنح الحسين عموتة الفرصة لمن لم يشارك في مباراتي ماليزيا وكوريا الجنوبية، ومع ذلك لم يقدم هؤلاء الأداء المنتظر منهم حيث افتقدوا الفاعلية الهجومية وظهرت الهفوات الدفاعية.

### تجنب مواجهة اليابان

لم يكن منتخب الأردن فحسب، بل أن كوريا الجنوبية كذلك عملت على تجنب مواجهة اليابان في الدور المقبل. وتجنب مواجهة اليابان ربما يكون سلاح ذو حدين، فنتائج منتخب الأردن معها في كأس آسيا كانت ليست سيئة. وأول لقاء جمعهما كان في نسخة ٢٠٠٤ وتحديداً في دور الثمانية حيث انتهى بالتعادل (١-١)، قبل أن تحسم اليابان المواجهة بركلات الترجيح. وفي نسخة ٢٠١١ تجدد اللقاء في دور المجموعات وانتهت بالتعادل (١-١). وعلى الأرجح أن النشامى تجنب مواجهة اليابان، بعدما خسر أمامها قبل انطلاق كأس آسيا الحالية بعدة أيام بنتيجة (٦-١). وقد تكون هذه المباراة الودية، وإطلاع عموتة على قدرات اليابان، سبباً مباشراً في تجنب هذه المواجهة في النسخة الحالية. وقد يكون منتخب الأردن درس الجساعات جيداً، ووجد بمواجهة العراق أخف وطأة من اليابان، وحتى ربما أنه ابتعد كذلك عن السعودية التي فازت عليه قبل شهر بتصفيات كأس العالم (٠-٢).

كذلك فإن الذهاب لمواجهة العراق، يعطي منتخب الأردن طريقاً أسهل للوصول إلى أدوار متقدمة، فالفائز بينهما سيواجه في دور الثمانية المنتصر من لقاء الإمارات وطاجيكستان.

## تواصل منافسات بطولة المملكة للمصارعة

تواصلت، مساء الجمعة، منافسات بطولة المملكة للمصارعة لفئات السيدات والذكور تحت ١٥ عاماً و١٢ عاماً والتي تستضيفها صالة اليرموك بمدينة الحسين للشباب. ويشارك بالبطولة التي انطلقت، يوم أمس الجمعة، أكثر من ٣٥٠ لاعباً ولاعبة يتنافسون بتخصصي المصارعة الرومانية والمصارعة الحرة. وتأتي البطولة كأولى بطولات الاتحاد الأردني للمصارعة للعام ٢٠٢٤ وتستمر حتى مساء السبت. وتعد البطولة ذات أهمية كبيرة للاتحاد وذلك لاكتشاف المواهب من كلا الجنسين وزيادة التنافس بين لاعبي أندية ومراكز المصارعة في الأردن وتدعيم صفوف المنتخبات الوطنية.

## قرار جليل مع الكاف يشجع حضوره المركزي



أصدر الاتحاد الأفريقي لكرة القدم "كاف" الجمعة، قراراً جديداً بشأن العقوبة الموقعة على وليد الركراكي، مدرب المنتخب المغربي. وأصدر قراراً الأربعاء الماضي بمعاقبة الركراكي بعد دخوله في مشادة مع أحد لاعبي منتخب الكونغو الديمقراطية، عقب مباراتهم بالجولة الثانية من دور المجموعات ببطولة كأس أمم أفريقيا، المقامة في كوت ديفوار. وقرر "كاف" معاقبة الركراكي بإيقافه ٤ مباريات، بينهم مباراتان مع إيقاف التنفيذ، إلى جانب فرض غرامة مالية على مدرب منتخب "أسود الأطلس". وتم تنفيذ القرار على الفور، وغاب المدرب عن مقاعد بدلاء أسود الأطلس أمام زامبيا، في الجولة الثالثة من دور المجموعات. وقرر الاتحاد المغربي، تقديم استئناف على الفور، على العقوبة الموقعة على الركراكي. واستجاب "الكاف" لاستئناف الاتحاد المغربي، وخفض العقوبة لمباراة واحدة نافذة. وسيقود الركراكي بناء على ذلك، الأسود أمام جنوب أفريقيا يوم الثلاثاء المقبل، في ضمن نهائي البطولة.

# المنتخب الوطني يتحضر لمباراة العراق في كأس آسيا بمعنويات عالية



وبدأت وعلى صعيد الجماهير، فقد بدأت الجالية الأردنية الموجودة في قطر، والجماهير القادمة من الأردن، بترتيب شؤونها لتشجيع مثالي للمنتخب الوطني من خلال التواجد في المدرجات، لمؤازرة اللاعبين ومساندتهم في الطريق نحو المنافسة بقوة في البطولة. كما تواصل الجماهير تنظيم احتفالات كبيرة في عدة مناطق في الدوحة، يتخللها أهانج وطنية ورفع العلم الأردني. ويتوقع أن يتواصل تواجد الجماهير الأردنية إلى قطر خلال الأيام المقبلة، لمؤازرة المنتخب ومعلم المدرجات كما كان الحال في مباريات الدور الأول من البطولة التي تشهد تنظيمها أيضاً بشاشة الوفود المشاركة. ويشهد سوق واقف في الدوحة تجمعات يومية للجماهير الأردنية التي لفتت أنظار الجاليات الأخرى بتشجيعها المثالي والمميز.

تحقيق إنجاز جديد لكرة القدم، ويعدت صفوف المنتخب الوطني مكملة، في ظل غياب الإصابات، باستثناء اللاعب نور الدين الروابدة الذي يعاني من كسر في الضلع السادسة، أبعده عن صفوف المنتخب حتى نهاية البطولة. ويتنظر أن يخصص اتحاد كرة القدم، مكافآت مالية في حال تحقيق إنجاز جديد بالبطولة التي تشهد مشاركة نخبة المنتخب الآسيوية. وأكد اللاعبون بعد التأهل للدور الثاني من البطولة جاهزيتهم لتقديم أداء مشرف يليق بسمة الكرة الأردنية. وأشار اللاعبون وفق رسالة توفد اتحاد الإعلام الرياضي الأردني إلى كأس آسيا، إلى تفاؤلهم بتحقيق نتائج لافتة في البطولة من خلال التقدم، وتحقيق المطلوب، مؤكداً جاهزيتهم فنياً وبدنياً ومعنوية لإسعاد الجماهير الأردنية.

بدأ المنتخب الوطني لكرة القدم، اليوم الجمعة، تحضيراته لمواجهة المنتخب العراقي، عند الساعة الثانية والنصف، من مساء يوم الإثنين في دور الستة عشر من بطولة كأس آسيا المقامة حالياً في قطر. وكان المنتخب الوطني تأهل للدور الثاني من البطولة، بعد أن احتل المركز الثالث بالمجموعة الخامسة، برصيد ٤ نقاط من فوز على ماليزيا ٤-٠، وتعادل مع كوريا الجنوبية ٢-٢، وخسارة من البحرين ١-٠. ويعيش المنتخب بقيادة المدير الفني المغربي الحسين عموتة، معنويات عالية استعداداً لمباراة العراق، بحثاً عن الفوز والتأهل لدور الثمانية ملاقاتاً للفائز من مباراة منتخب الإمارات وطاجيكستان، في الطريق إلى الدور نصف النهائي. وبدأ المدير الفني بتحضير اللاعبين فنياً وبدنياً ومعنوية استعداداً للمباراة المقبلة، وسط إصرار على تحقيق الفوز

## الشيخ سلمان: لن نتوقف حتى تصبح آسيا رقماً صعباً



من حيث التنظيم الاستثنائي بدولة قطر، والملاعب الموندالية والحضور الجماهيري القياسي، وكذلك التنافس المثير بين كل المنتخبات دون استثناء، يأتي تأكيداً على أن خطط التطوير المنبثقة من العمل المشترك مع الاتحادات الوطنية، أنتجت خطوتها المستهدفة. وأردف "لا زلنا نطمح في الكثير، ولن نتوقف حتى تكون آسيا رقماً صعباً في خارطة الكروية عالمياً.. ولا يمكن اغفال التوجه الإعلامي

أشاد الشيخ سلمان بن إبراهيم آل خليفة، رئيس الاتحاد الآسيوي لكرة القدم، باستويات الفنية العالية التي تشهدها بطولة كأس آسيا ٢٠٢٣. واعتبر أن آسيا "استطاعت أن تلتفت الأظنار بقوة تنافسيتها الكروية، والشغف الجماهيري الذي صاحب المباريات، وكذلك الاهتمام الإعلامي المكثف والتنظيم الراجع باللاعب، وواصل "ما شهدته بطولة آسيا ٢٠٢٣

واصلت، مساء الجمعة، منافسات بطولة المملكة للمصارعة لفئات السيدات والذكور تحت ١٥ عاماً و١٢ عاماً والتي تستضيفها صالة اليرموك بمدينة الحسين للشباب. ويشارك بالبطولة التي انطلقت، يوم أمس الجمعة، أكثر من ٣٥٠ لاعباً ولاعبة يتنافسون بتخصصي المصارعة الرومانية والمصارعة الحرة. وتأتي البطولة كأولى بطولات الاتحاد الأردني للمصارعة للعام ٢٠٢٤ وتستمر حتى مساء السبت. وتعد البطولة ذات أهمية كبيرة للاتحاد وذلك لاكتشاف المواهب من كلا الجنسين وزيادة التنافس بين لاعبي أندية ومراكز المصارعة في الأردن وتدعيم صفوف المنتخبات الوطنية.

## العقبة: دورة الأمير فيصل الأولمبية تواصل فعاليتها



واصلت فعاليات دورة الأمير فيصل الأولمبية الخامسة عشرة للنشأين المقامة في مدينة العقبة نشاطاتها، الجمعة. وفي نتائج المباريات، بقيت في صدارة ترتيب الميداليات تربية جرش، وفي المركز الثاني تربية ماركا، وفي المركز الثالث تربية العقبة. وتوج مدير إدارة النشاطات التربوية نائب رئيس الاتحاد الدكتور اجمل طويقات ورئيس تربية العقبة عبد الله الججاج ومدير الرياضة الدكتور صلح البطوش، ونائب رئيس الاتحاد نبيل القيام، الضيف الضيف، وعلى هامش الدورة سيتم غداً السبت تكريم الجهات المتعاونة للدورة وهم محافظ العقبة، ومديرية تربية العقبة، والدفاع المدني، والأمن العام، والتلفزيون الأردني، ووكالة الأنباء الأردنية (بترا)، وصالة

والشرف، ومدرسة العقبة الودية، ومدرسة العقبة الشاملة للبنات، ونادي شباب العقبة، ومدرسة الملكة زين

## الاستعدادات للبريد القاري (الليجا) تستمر مغشوشة ٥٠٠٠ ساعة وتتمتع ما حدث آخر ٢٠ ساعة

رد كارلو أنشيلوتي، مدرب ريال مدريد، الجمعة، على التصريحات المدوية التي أطلقها خوان لابورتا، رئيس برشلونة، حول تقنية الفيديو وما اعتبره محاباة للنادي الملكي. وقال لابورتا، إن الليجا أصبحت "مغشوشة" وتفقد العدالة، بعد لقاء ريال مدريد وأثينا الذي شهد العديد من الحالات الجديفة، وانتهى بفوز الميرينجي (٣-٢). ورداً على ذلك، قال أنشيلوتي خلال مؤتمر صحفي قبل مواجهة لاس بالماس، غدا السبت ضمن الجولة الـ٢٢ من الليجا، "لا أحب الدخول في هذا النوع من الجدل. الحقيقة هي أنهم (مسؤولو برشلونة) تحدثوا كثيراً هذا الأسبوع..". وأضاف: "أعتقد أن نفس الشيء الذي قلته بالفعل من قبل، إنه لا ينبغي علينا تحريف الموضوع.. الجميع يعرف ما حدث في كرة القدم الإسبانية..". وتابع: "الدوري ليس مغشوشاً. الحرس المدني ومكتب المدعي العام يحققان في الأمر (قضية نيجيريا المتعلقة بالتحكيم والمتمم فيها برشلونة)، وهذه هي مشكلة الكرة الإسبانية على مدار الـ٢٠ عاماً الماضية.. لا يجب تحريف الموضوع".

## تأجيل المسيرة الإماراتية التحري

أعلنت اللجنة المنظمة للسوبر الإماراتي القطري، إطلاق البطولة المشتركة بين دولتي الإمارات وقطر، وتحمل عنواني "دع السوبر" و"كأس السوبر". وجاء الإعلان من خلال مؤتمر صحفي عقد الجمعة، في العاصمة القطرية الدوحة. وأشارت رابطة المحترفين الإماراتية لكرة القدم، عبر موقعها على الإنترنت، إلى أنه وقع الاتفاقية ممثلاً عنها عبد الله ناصر الجنيبي، رئيس الرابطة، النائب الأول لرئيس اتحاد الإمارات لكرة القدم، رئيس اللجنة التنفيذية للبطولة المشتركة. وبينما وقع الاتفاقية من الجانب القطري، محمد خليفة السويدي، نائب رئيس الاتحاد القطري لكرة القدم، نائب رئيس اللجنة التنفيذية للبطولة. وأوضحت الرابطة الإماراتية، أنه من المقرر أن تقام البطولة بين الدولتين في أبريل/نيسان المقبل. وسيكون الحدث الذهبي الأول، كأس السوبر القطري الإماراتي، وسيجمع بين العربي بطل كأس أمير قطر ٢٠٢٢-٢٠٢٣، والشارقة بطل كأس رئيس الدولة في الإمارات ٢٠٢٢-٢٠٢٣، وستقام المباراة في ١٢ أبريل/نيسان ٢٠٢٤ بالدوحة. والحدث الذهبي الثاني، هو درع السوبر الإماراتي القطري، وسيجمع شباب الأهلي الإماراتي بطل دوري أدنوك للمحترفين ٢٠٢٢-٢٠٢٣، والدحيل بطل دوري نجوم قطر ٢٠٢٢-٢٠٢٣، وستقام المباراة في دبي، يوم ١٣ أبريل/نيسان ٢٠٢٤.

## تجري رئيساً للأهلي الأردني

أجرى الأهلي الأردني، مساء الجمعة، الانتخابات التكميلية لمجلس الإدارة، والتي أسفرت عن فوز عوني منصور نفوي بالرئاسة بعد استقالة الرئيس السابق عمر شقم. وهاز بعضوية مجلس الإدارة، كل من: ديماس سمير نقش، ونادر يونس الجعد، وتيمور يلداز شفاقوج، وسعيد نظمي السعيد. وانضم الفائزون لأعضاء مجلس الإدارة الأربعة الذين بقوا في مناصبهم وهم: عمر محمد حينا، وسامير عمر صوير، ومحمود ماهر شكخوا، وعبد الله نهاد شفاقوج. ويكتمل مجلس إدارة الأهلي، فإن من أبرز الأهداف التي يتطلع إلى تحقيقها الأعضاء توفير الدعم اللازم لفريق كرة القدم الذي يشارك في دوري المحترفين. ويحتل الأهلي، المركز قبل الأخير على سلم ترتيب فرق دوري المحترفين برصيد ٨ نقاط.

## أبرز أحداث المسيرة التحري في آسيا

تأهل ١٦ منتخباً إلى ضمن نهائي بطولة كأس أمم آسيا ٢٠٢٣ الجارية في قطر، بعد إسداد الستار على دور المجموعات، مساء اليوم الخميس. وتأهل إلى ضمن النهائي، صاحب المركزين الأول والثاني من المجموعات الست، إضافة إلى أصحاب المركز الثالث في المجموعات الثانية والثالثة والرابعة والخامسة. ونجحت ٨ منتخبات عربية في بلوغ ضمن النهائي، تمثل نصف عدد المنتخبات في هذا الدور، بينما فشل فقط منتخباً عمان ولبنان في التأهل. وتعتبر قمة المنتخب السعودي، متصدر المجموعة السادسة، ضد نظيره الكوري الجنوبي، وصيف المجموعة الخامسة أبرز مواجهات ضمن النهائي. ويشهد دور الـ١٦، إقامة مباراتين عربيتين، الأولى تجمع العراق والأردن، والثانية ستكون بين قطر وفلسطين. مواعيد مباريات ضمن نهائي كأس آسيا