

## إخلاء ٧ أشخاص حاصرتهم المياه داخل مركبة في الزرقاء

عمان

أخلت فرق الدفاع المدني والشرطة، ٧ أشخاص حاصرتهم المياه داخل مركبة في الزرقاء.

وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن فرق الدفاع المدني والشرطة تعاملت صباح الثلاثاء، مع بلاغ ورد إليهم حول محاصرة المياه ٧ أشخاص داخل حافلة نقل صغيرة في محافظة الزرقاء، حيث تحركت فرق الإنقاذ والإخلاء ومرتببات المركز الأمني المختصة للمكان وتمكنوا من إخلاء المحاصرين، وجميعهم بحالة جيدة.

# الأمتعة

الأربعاء 1 رجب 1446 هـ الموافق 1 كانون الثاني 2025 م  
السنة العاشرة / العدد (3191) / 250 فلسا / www.omamjo.com

## الإفتاء: يوم غد الأربعاء أول أيام شهر رجب

عمان

أعلن سماحة مفتي عام المملكة الدكتور أحمد الحسنا، أن اليوم الأربعاء هو غرة شهر رجب للعام الهجري ١٤٤٦.

## نظام معدل لنظام رسوم تسجيل وترخيص وسوق المركبات

# الحكومة تقرر "آلية متدرجة" لاحتساب الضريبة الخاصة على المركبات الكهربائية



عمان

أقر مجلس الوزراء في جلسته التي عقدها الثلاثاء نظاماً معدلًا لنظام رسوم تسجيل وترخيص وسوق المركبات لسنة ٢٠٢٤، يعتمد ترخيص المركبات وفقاً لأسعارها قبل الجمر ك بدلاً من سعة المحرك، ويطبّق على المركبات الخاصة التي سيتم ترخيصها لأول مرة بعد تاريخ ٢٠٢٥/١/١.

والتعديلات الجديدة لن تشمل المركبات المرخصة حتى تاريخ ٢٠٢٤/١٢/٣١، بغض النظر عن فئتها أو قيمتها أو نوعها سواء أكانت بنزين أو هايبرد أو كهربائية، وسيستمر ترخيصها كما هو. ويهدف النظام المعدل إلى تحقيق العدالة ومعالجة التسهيلات في طريقة احتساب رسوم الترخيص الحالية التي تعتمد على سعة المحرك، وسيتم تعديلها بحيث تصبح اعتباراً من بداية العام وفقاً للقيمة الشرائية للمركبة دون الجمر ك، انساقاً مع التحولات العالمية في صناعة المركبات.

ويشجّع النظام المعدل على اقتناء المركبات الموفرة للطاقة والصديقة للبيئة (الهايبرد والكهرباء)، إذ يُقلّل رسوم ترخيص مركبات الهايبرد بنسبة ٢٥ بالمئة ومركبات الكهرباء بنسبة ٥٠ بالمئة بالمقارنة مع مثيلتها في القيمة السعريّة من مركبات البنزين التي تُرخص بعد صدور النظام، ما يسهم في استمرار تشجيع المواطنين على التحول إلى

هذين النوعين من المركبات.

أقر مجلس الوزراء آلية جديدة لاحتساب الضريبة الخاصة على المركبات الكهربائية، تعتمد نهج التدرج في التطبيق على مدار ٣ سنوات ٢٠٢٥ - ٢٠٢٧، بدلاً من تطبيقها في ٢٠٢٥/١/١ كما كان مقرراً بما يحقق مصالح المستوردين والمواطنين ويضمن الاستقرار التشريعي.

وتشكّل الآلية الجديدة إصلاحاً شاملاً لتنظيم قطاع المركبات بجميع أنواعها، بما يراعي تكريس العدالة، والتخفيف على المواطنين من خلال التطبيق المتدرج، ليتسنى للقطاعات التجارية التخطيط المسبق، ومواكبة التغيرات العالمية في أسواق السيارات وصناعتها وامتاط شرائها بشكل شمولي.

ويأتي قرار التدرج في تعديل الضريبة الخاصة على المركبات الكهربائية؛ بهدف دعم القطاع الخاص والمستثمرين والمستهلكين، وفي إطار الشفافية والوضوح في الإجراءات المالية، وبعد تقييم أثر النظام المعدل الذي صدر في أيلول الماضي وفي ضوء التحولات العالمية في سوق السيارات.

تابع ص ٢

## القبض على ١٢ مروجاً وتاجراً للمخدرات

عمان

تعاملت إدارة مكافحة المخدرات مع ست قضايا وحملات أمنية، أسفرت عن إلقاء القبض على ١٢ شخصاً من مروجي وتجارة المخدرات، بينهم اثنان من المصنّفين بالخطرين.

وقال الناطق الإعلامي باسم مديرية الأمن العام، إن العاملين في إدارة مكافحة المخدرات واصلوا جهودهم اليومية للاحقة تجارة المواد المخدرة ومهربها ومروجيها كافة، حيث تعاملوا خلال الأيام القليلة الماضية مع ٦ قضايا في مختلف مناطق المملكة أقي القبض خلالها على ١٢ شخصاً وضبط بحوزتهم كميات كبيرة من المواد المخدرة والأسلحة النارية.

وأكد أن أولى وأبرز تلك القضايا كانت حملة أمنية نفذتها قوة مشتركة ضمن مناطق البادية الوسطى على مجموعة من الأشخاص من المتورطين بقضايا الاتجار والترويج أقي القبض على ٤ أشخاص وضبط بحوزتهم كميات متفرقة من المواد المخدرة والأسلحة النارية.

وفي غرب البلقاء دهم تاجر للمخدرات بعد أن أقي القبض على ٣ مروجين يقومون بالعمل لصالحه بترويج وبيع المخدرات وضبط بحوزته ٤٠٠٠ حبة مخدرة وه كفوف حشيش، كما تم في قضية أخرى غرب البلقاء تحديد مكان وجود مطلوب بقضايا المخدرات ومصنّف بالخطر والسلح، وجرت مدهامته وإلقاء القبض عليه وضبط بحوزته سلاح ناري.

وفي محافظة العاصمة، أقي القبض على تاجر للمخدرات بعد مدهامة مكان وجوده وضبط بحوزته ١٨ كغ حشيش، فيما أقي القبض كذلك في لواء الرمثا على مروج للمخدرات وضبط بحوزته ٧ كفوف حشيش، ودهم في آخر القضايا مطلوب مصنّف بالخطر في إحدى مناطق غرب إربد وأقي القبض عليه.

## "التربية" تعلن عن الدفعة الثانية من مرشحي قروض إسكان المعلمين

عمان

أصدرت وزارة التربية والتعليم، أسماء المرشحين للدفعة الثانية لقروض إسكان المعلمين للعام ٢٠٢٤، وعددهم ١٥٦ مرشحاً.

وقالت الوزارة في بيان الثلاثاء، إنه يتوجب على المرشحين إحضار الوثائق المطلوبة للحصول على القرض، ومراجعة مديرية صندوق إسكان موظفي وزارة التربية والتعليم في مبنى وزارة التربية والتعليم - العبدلي، اعتباراً من صباح يوم الأحد الموافق ٢٠٢٥-٠١-١٠، لاستكمال إجراءات الحصول على القرض.

وأكدت أنه سيتم نشر أسماء المرشحين والوثائق المطلوبة للحصول على القرض على الموقع الإلكتروني لوزارة التربية والتعليم.

## "التربية" تعلن قوائم ترفيعات وترقيات الرتب لدى كوادرها الإدارية والتعليمية

عمان

أعلنت وزارة التربية والتعليم، قوائم المعلمين والعلماء والإداريين والإداريات المستحقين للترفيع الوجودي، وفقاً للأسس المعتمدة لهذه الغاية، وذلك على منصبة الموظفين التابعة للوزارة: (emp.moe.gov.jo). وقالت الوزارة في بيان الثلاثاء، إن الترفيعات الوجودية شملت ١٣٨٧٧ معلماً ومعلمة وإدارياً وإدارية، حيث يتم ترقيتهم إلى أدنى مربوط الدرجة التالية لدرجاتهم الحالية اعتباراً من اليوم.

وعلى صعيد متصل، أعلنت الوزارة قوائم الترقيات لترتب الموظفين والموظفات وفق الأسس المعتمدة لهذه الغاية. وقالت إن الترقيات شملت ٤٩٦٥ معلماً ومعلمة وإدارياً وإدارية، شملت جميع الرتب، حيث تقرر ترقية ٤٠٥٠ لرتبة معلم مساعد / إداري تربيوي مساعد، ١١١ لرتبة معلم / مساند تربيوي، و١٣١ لرتبة معلم أول / إداري تربيوي أول، و٦٦٥ لرتبة معلم خبير / إداري تربيوي خبير، و٨ لرتبة معلم قائد / إداري تربيوي قائد، كما شملت الترقيات ١٦ موظفاً وموظفة لفوزهم بجوائز متممة لغايات الترقيات للرتب. وهذا وزير التربية والتعليم الدكتور عزمي محافظة الذين شملتهم الترقيات والترقيات، متمنياً لهم دوام التوفيق ومزيداً من الطماء والتميز.

## الامانة توقف طلبات الخدمة الالكترونية يومين

عمان

أعلنت أمانة عمان الكبرى إيقاف تقديم الطلبات الإلكترونية بخصوص الخدمات التي تقدمها، من صباح الثلاثاء ولغاية الخميس المقبل وذلك لغايات التحديث والتطوير.

وأوضحت الأمانة أن إيقاف تقديم الطلبات الإلكترونية لا يشمل معاملات البيع والدفع الإلكتروني واحتساب الحصص لغايات البيع، مؤكدة استمرار استقبال المكالمات على مدار الساعة على أرقام مركز الاتصال الموحد ١٠٢ أوركوم ١١٧١٨٠

## "الزراعة" تحدد أطر التعامل مع السماد العضوي ومكافحة الذباب

عمان

عُقد، الثلاثاء، اجتماع في وزارة الزراعة، بحضور وزير الزراعة المهندس خالد الحنيفات، ووزير الإدارة المحلية المهندس وليد المصري، ووزيرة النقل الهندسة وسام التهموني، ومدير الإدارة الملكية لإمياية البيئة، وممثلين عن وزارة الداخلية والمياه والبيئة، لتحديد أطر استراتيجيّة التعامل مع السماد العضوي غير المعالج ومكافحة الذباب المنزلي. وجرى خلال الاجتماع استعراض ما تم إنجازه في العام ٢٠٢٤ ضمن خطة التعامل مع السماد العضوي غير المعالج ومكافحة الذباب المنزلي في مناطق الإنتاج والخضوات المستقبلية المتعلقة في استدامة الإنجاز وتطبيق الإجراءات ضمن خطة التعامل مع السماد العضوي غير المعالج ومكافحة الذباب.

## مندوباً عن الملك وولي العهد..

# العيسوي يشارك بتشجيع

## مدير الأمن العام الأسبق العدوان



عمان

مندوباً عن جلالة الملك عبدالله الثاني، وسمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، ولي العهد، شارك رئيس الديوان الملكي الهاشمي يوسف حسن العيسوي، الثلاثاء، بتشجيع جثمان العين ومدير الأمن العام الأسبق الفريق المتقاعد عبد الرحمن محمد علي الذياب العدوان.

ونقل العيسوي، خلال مراسم التشجيع، تعازي ومواساة جلالة الملك وسمو ولي العهد إلى ذوي الفقيد وعموم عشائر العدوان، مستذكراً مناقب الفقيد وخدماته التي قدمها في مواقع المسؤولية التي تولاه، سائلاً الله العليّ القدير أن يتغمده بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته.

يشار إلى أن مسيرة الفقيد كانت حافلة بالطاء في خدمة وطنه وقيادته

الهاشمية، وتدرج في الخدمة، حيث تولى منصب قائد قوات البادية الملكية، ورئيس محكمة الشرطة، ومساعد مدير الأمن العام

## القضاء الإسباني يحدد

# رفض تسجيل برشلونة لأولمو



جدد القضاء الإسباني رفضه، طلب نادي برشلونة، ثالث ترتيب الدوري الإسباني لكرة القدم، تسجيل لاعبه داني أولمو، ولم يتبق أمام النادي سوى ٢٤ ساعة لإيجاد حل مالي والا قد يخسر لاعب الوسط الذي تعاقده معه هذا الموسم.

وبعد ثلاثة أيام من رفض المحكمة التجارية في برشلونة الإجراءات الاحترازية التي طلبها برشلونة للسماح لأولمو باللعب حتى نهاية الموسم، جاء دور المحكمة الابتدائية في العاصمة الكاتالونية التي لترفض التصديق على عقد اللاعب.

وقرر القاضي أن "طلب اتخاذ التدبير الاحترازي مرفوض" وفقاً للحكم الذي نشر من قبل المحكمة العليا للعدل في كاتالونيا. تابع ص ٨

## مجلس الأمانة يمدد قرار خصم 20% من قيمة سعر الفضة لشهرين

عمان

وافق مجلس أمانة عمان في جلسته التي عقدها الثلاثاء، برئاسة أمين عمان الدكتور يوسف الشواربة، على تمديد العمل بقراره بتقديم خصم ٢٠ بالمئة من قيمة سعر الفضة عند الدفع نقداً بعد استكمال باقي الإجراءات، أو من قيمة سعر الفضة المقسمة غير المسددة عند الدفع نقداً، لمدة شهرين اعتباراً من تاريخه.

وقدم الشواربة خلال الجلسة التهنئة باسم أعضاء المجلس ومنتسبها لجلالة الملك عبدالله الثاني وسمو الأمير الحسين بن عبد الله الثاني ولي العهد، بمناسبة السنة الميلادية الجديدة متمنياً أن تكون سنة خير على الأمتين العربية والإسلامية، كما هنأ الطوائف المسيحية بمناسبة عيد الميلاد المجيد.

ووافق المجلس على تمديد إعفاء السلع الزراعية البستانية المعدة للتصدير بنسبة ٧٥ بالمئة من الرسوم المفروضة عليها بموجب نظام أسواق الجملة للمنتجات البستانية لنهاية العام ٢٠٢٥، وعلى الاتفاقية المزمع إبرامها مع برنامج الأمم المتحدة للمستوطنات البشرية (موتل) والخاصة بمشروع الإدارة الذكية للمياه الحضرية، وعلى الاتفاقية المزمع إبرامها مع هيئة تنظيم النقل البري لتتبرك مولات لواقف التحميل والتنزيل للركاب ضمن لواء الجامعة.

ووافق المجلس على مسودة مذكرة تفاهم مع هيئة تنظيم قطاع الطاقة والمعادن بخصوص تبادل المعلومات والوثائق والبيانات لغايات العمل الرسمي، وعلى تجديد اتفاقية الرعاية البرمجة مع الشركة الأردنية لخدمة الهواتف المتنقلة "زين" لرعاية المبادرات والتعايلات المشتركة بين الطرفين، وعلى الاتفاقية المزمع إبرامها مع مركز تطوير الأعمال لتحفيز الشباب على الانخراط بسوق العمل. وأقر المجلس مذكرة تعاون مع بلدية اسطنبول في مجالات مشاريع المدن الذكية، والبنية التحتية والخدمات، والقضايا الثقافية والبيئة والاستثمار.

ووافق على تجديد اتفاقية الرعاية والملاحق رقم (١) المبرمة بين مجلس الأمانة ومعهد العناية بصحة الأسرة / مؤسسة الملك الحسين التي سيتم بموجبها فتح عيادة طبية في حديقة محمود القضاة بمنطقة النصر لتتبرك خدمات طبية للمجتمع المحلي.

## تعديل أسعار المشتقات النفطية لشهر كانون الثاني

عمان

قررت لجنة تسعير المشتقات النفطية الثلاثاء، تعديل سعر بيع البنزين (أوكتان ٩٠) ليصبح ٨٧٠ فلساً للتر بدلاً من ٨٦٠ فلساً، وسعر بيع البنزين (أوكتان ٩٥) ليصبح ١١٠٠ فلس للتر بدلاً من ١١٠٥ فلسات، وسعر بيع الديزل ليصبح ٦٩٠ فلساً للتر بدلاً من ٦٨٠ فلساً. وقررت اللجنة الاستمرار في تثبيت سعر بيع الكاز عند سعر ٦٢٠ فلساً للتر، والإبقاء على سعر بيع اسطوانة الغاز المنزلي (١٢,٥) عند سعر ٧ دنانير. جاء ذلك خلال اجتماع اللجنة الشهري الثلاثاء، لتحديد أسعار بيع المشتقات النفطية محلياً للفترة من ١ إلى ٣١ كانون الثاني، واستعرضت اللجنة الأسعار العالمية للنظف الخام والمشتقات النفطية خلال كانون الأول الحالي ومقارنتها بمثيلاتها لتتبرك الثاني الماضي، حيث أظهرت معدلات الأسعار العالمية انخفاضاً على سعر البنزين (٩٥) وارتفاعاً على سعري البنزين (٩٠) والديزل خلال كانون الأول. وبعد تطبيق المعادلة السعريّة وفقاً للأسعار العالمية على كافة المشتقات النفطية، تبين لجنة انخفاض سعر البنزين (٩٥) بمقدار ٥ فلسات للتر، وارتفاع سعري البنزين (٩٠) والديزل بمقدار ١٠ فلسات للتر لكل منهما.





### كوفيد-19.. تسجيل ٨٦ إصابة جديدة بالمغرب خلال اسبوع

أعلنت وزارة الصحة والجماعة الاجتماعية، عن تسجيل ٨٦ إصابة جديدة بـ"كوفيد-19" من تسجيل وفيات خلال الفترة ما بين ٢٠ و ٢٦ يناير الجاري، وأوضحت الوزارة، في "تقرير كوفيد-19 الأسبوعي"، أن عدد الأشخاص الذين تلقوا الجرعة الأولى من اللقاح بلغ ٢٤ مليوناً و٩٢٤ ألفاً و٥٢٤ شخصاً، فيما بلغ عدد المتعافين بالجرعة الثانية ٢٣ مليوناً و٤٢٦ ألفاً و٤٨١ شخصاً، بينما تلقى ٩ ملايين و٤٤٤ ألفاً و٢٩٨ شخصاً الجرعة الثالثة من اللقاح المضاد للفيروس، مقابل ٩١ ألفاً و٣٩٦ شخصاً تلقوا الجرعة الرابعة.

وأشارت أن الحصيلة الجديدة للإصابات بالفيروس بلغت العدد التراكمي لحالات الإصابة المؤقتة إلى مليون و٢٧٤ ألفاً و٢٤٦ حالة منذ الإعلان عن أول حالة في ٩ مارس ٢٠٢٠، مشيرة إلى أن معدل "الإيجابية" بفيروس يبلغ ٥ في المائة.

ومن جهة أخرى، بلغ العدد التراكمي للوفيات ١٦ ألفاً و٣٠١ حالة (مع مؤشر ذلك عام لسنة ١٠٣ في المائة)، في حين بلغ مجموع الحالات الشقة ١٥٧ حالة.

وسجلت حالات الإصابة الجديدة في جهات الرباط-سلا، القنيطرة (١٦ حالة) وسوس-ماسة (٢١ حالة)، والدار البيضاء، سطات (١١ حالة)، ودرعة، تافيلالت (٥ حالات)، وفاس، مكناس (٥ حالات)، والداخلة، وادي الذهب، وادي ملاق، خنيفرة، والعيون وادنون (حالة واحدة).

### جفاف الجلد وحكة الرأس دليل على الإصابة بمرض خطير

حذر خبراء الصحة من أن حكة فروة الرأس يمكن أن تشير إلى زيادة مستويات السكر في الدم نتيجة لمرض السكري غير المشخص أو غير المتحكم.

يقول الصيدلي عباس كنان، "إن ارتفاع نسبة السكر في الدم يمكن أن يسبب التهابات ويهيج الشعر والأعضاء والأنسجة والأوعية الدموية، وهذا يمكن أن يجعل جفحتك يواجه صعوبة في نقل الأكسجين والمواد الغذائية إلى بصيلات الشعر، مما قد يؤدي إلى تلف دورة نمو الشعر".

وأضاف، "المزمنة المصغرة يمكن أن تكون شائعة عندما تكون هناك أسباب السكري، وهذا يمكن أن يؤدي إلى جفاف الجلد والحكة".

ولذلك، "يتمحور التركيز بالنمو عندما تكون هناك مستويات عالية من السكر في الدم والأنسجة، وهذا يساعد أيضا على تقوية العضو بسرعة أكبر".

قد لا تكون حكة فروة الرأس هي العرض الوحيد الذي تصاب به من مرض السكري غير المتحكم، حيث يمكن أن تعاني أيضا من ساقطة الشعر أو الصلع التي تحدث لأن الجهاز المناعي للشخص يهاجم بصيلات الشعر.

ولا يعرف الباحثون على وجه اليقين أسباب هذه الحالة، ولكن إذا كنت تعاني من هذه السكري، فمن المرجح أن تصاب بالتهبة.

# هذه هي الأمراض التي يمكن أن تسببها إسفنجة غسل الأطباق



تعتبر إسفنجات غسل الأطباق الرطبة بيئة مثالية لنمو البكتيريا. في غضون أسبوع، تظهر فيها الكائنات الحية الدقيقة التي بـ ٢٠٠ ألف مرة من تلك الموجودة في مقعد الرجال. وتشمل صابوناً وزيوتاً ومنتجات من قسم التكنولوجيا الحيوية والصناعة الصناعية في الجامعة التكنولوجية الروسية في حديث (Gazeta.Ru)، "سبب التهابات الحساسية، التي تبقى بقايا الطعام والدهون في الإسفنج، ما يسمح للبكتيريا بالتكاثر بسرعة. وقد أظهرت التجربة التي أجريت أن الإسفنج، التي استخدمت في الفرضي القصود لمدة 300 أيام فقط، كانت تحتوي فعلا على مجتمع كامل من الكائنات الحية الدقيقة. القصود هنا العفويات، الاشريكية الحواتية والبكتيريا الطولية والمكورات المتعدية والخميرة والعفن".

ووفقا لها، تعتبر بكتيريا المكبيلا سلبية الغرام الخطيرة، التي هي جنس من البكتيريا الانتهازية التي تنتمي إلى عائلة البكتيريا العفوية.

وتقول، "غالبا ما تكون بكتيريا المكبيلا العامل السبب لأمراض الجهاز التنفسي والسعال الأنفي، التهاب الشعب الهوائية، التهاب الرئوي، خراج الرئة، ويمكن أن تلحق الضرر بالجهاز الهضمي، الكبد والكلى والأعضاء البولية التناسلية والسحايا والقائل وسبب التهاب السحايا والتهابات الأمعاء الحادة عند الأطفال والأمهات وتسبب مضاعفات قلبية بعد العملية الجراحية، ولكن ظهورها ليس بسبب الأمراض التي تسببها فقط، بل أيضا بسبب تطور مقاومتها لمضادات الحيوية".

وتنصح الخبيرة بتغيير الإسفنج على الأقل مرة في الأسبوع وعدم استخدام إسفنجة واحدة في غسل الأطباق والصحف والخضروات لغس العوايق التي تسببها، ووفقا لها من الأفضل استبدال الإسفنج بفرشاة بلاستيكية يمكن غسلها وتطهيرها بآلة الغلي ودمها.

### النقاط السوداء المتحركة أمام العين تدق ناقوس الخطر

قالت عبادة العيون بمستشفى العيون الجامعي بالقاهرة إن النقاط السوداء المتحركة أمام العين المعروفة أيضا باسم "النقاط السوداء" أو "عطر السحابة" تدق ناقوس الخطر، حيث أنها تدل على انفصال شبكية العين الذي يهدد بالاصابة بالعمى. وأوضحت العبادة أن الأمراض الأخرى الدالة على انفصال شبكية العين تشمل الوضعات الشبكية، لا سيما في التقدم في العمر والصدمة وإصابة عدسة العين والتهاب البيضاء، بالإضافة إلى داء السكري فيما يعرف بانفصال الشبكية السكري.

ولفتت إلى أن انفصال الشبكية يمكن أن يحدث في فترات الحمل، خاصة في الثلث الثاني من الحمل، وذلك نتيجة لتوسع كغلاف الجنين في الوقت المناسب على سبيل المثال بواسطة الجنين.

### هل يختلف الألم المزمن بين الجنسين؟

العلماء يكتشفون اختلافات في الطريقة التي تتطور بها العزيم من الذكور والإناث والعلاج الأمثل للزمن، مما يشير إلى ضرورة معالجة العلاجات الشخصية للجنس.

وبحسب دراسة نشرت مؤخرا في مجلة (Brain, Behavior, and Immunity)، أجري فريق من جامعة أيريك أبحاث على فئران تعاني من الألم مزمنة ناتجة عن التهاب بدلا من الإصابة بالتهاب، ووجد الباحثون أن نساء الفئران كانت أكثر حساسية لتأثيرات الالتهاب المناعية التي تسبب الالتهاب، كما حددوا أيضا مستقبلا مرابطة بالبروتين X، وهو أمر بالغ الأهمية لحل الالتهابات الحادة والوقاية من كل العزيم.

ويوضح الباحث الرئيسي بيرياني كيرر أستاذ التخدير وطب الألم بكلية الطب وطب الأسنان، وهو أيضا أستاذ مساعد في قسم الصيدلة وطب وظائف الأعضاء، "نحن نعلمون دائما أنهم يعانون من الألم ولكن في هذه الدراسة، قمنا إلى الخطوة التالية لتساؤل كيف يختلف الألم التحديد الفيزيائية مقارنة هذه الخلايا القلبية، وتأثير النتائج التي توصلنا إليها إلى أن الأمر قد يعود إلى تكوين الخلايا المناعية نفسها التي لا تؤثر على حالة المرض، فحسب، بل على ما إذا كان الألم يصبح مزمن أم لا".

ويشير كيرر إلى أنه في العقد الماضي فقط أو نحو ذلك، بدأ العلماء في استخدام نماذج الفئران من الذكور والإناث في دراستهم حول الألم للبحث عن الاختلافات بين الجنسين، وقال إن متغيره منهم دراسة أسباب الألم المزمن على أمل اكتشاف طرق علاج جديدة، موضحا أن الألم في بداية المرض أو بعد الإصابة مباشرة يمكن أن يكون وقائيا، وأضاف كيرر، "إن فهم مصدر هذا الألم وكيف يختلف بشكل طبيعي أمر مهم جدا، واعتقد أننا نقرب خطوة أخرى".

## الإفراط في فيتامين "دي" يؤدي الكلى



التنفس الشديد، كما هو الحال لدى الأشخاص طريحي الفراش والأشخاص المسنين بالمشقة المفرطة، يمكن اللجوء إلى المكملات الغذائية المحتوية على فيتامين "د"، على أن تتناول تحت إشراف الطبيب.

ومن جانبه، حذر المعهد الاتحادي للتقييم المخاطر بالولايات المتحدة من خطورة إساءة الجسم بفيتامين "د" بشكل مفرط، حيث إنه يؤدي ذلك إلى فرط كالسيوم الدم، موضحا أنه في هذه العملية يُمتص الكالسيوم من العظام ويخزن في الدم مما يؤدي إلى الشعور بالتعب والصداع.

مقبرة إلى أنه ينبغي البدء الفرض تعريض الوجه والذراعين واليدين لأشعة الشمس، بمعدل مرتين إلى ٣ مرات أسبوعيا.

خطور الإمداد المفرط وأشار البروفيسور فيكتور إلى أنه في حالة

بعد كالأسماء البحرية المعدنية، مثل، السلفون والكاربين، بالإضافة إلى منتجات الألبان، والزيوت النباتية.

فيتامين الشمس وعن جانبه قال البروفيسور الألماني يوهانس فيكتور إن القليلة لا تعد سوى نحو ١٢٠ من الاحتياج إلى فيتامين "د" مشيرة إلى أن الجسم يحتاج إلى أشعة الشمس لمدة ١٥ دقيقة الاحتياج، لذا ينبغي على فيتامين "د" أسبوعيا من الشمس.

يؤدي فيتامين "د" دورا كبيرا في التمتع بالصحة، حيث أنه يعمل على تقوية العظام والتأهيل، ويطلق على فيتامين "د" اسم "فيتامين الشمس"، نظرا لأن أشعة الشمس تمثل المصدر الرئيسي لإمداد الجسم بهذا الفيتامين، وذلك إلى جانب تناول الأغذية الغنية به، كالأسماك الدهنية، مثل، السلمون.

وأوضحت خبيرة التغذية الألمانية دانيلا كيريل أن فيتامين "د" يتلخخ بأهمية كبيرة للصحة، حيث إنه مهم لكل من العظام والعضلات بالإضافة إلى عمل الهرمونات والشعاع.

وأوضحت رئيس الرابطة الهنكية لأخصائيي التغذية العلاجية بالقاهرة أن أشعة الشمس، تساعد الجسم على إنتاج فيتامين "د" بنفسه،

ومن جانبه قال البروفيسور الألماني يوهانس فيكتور إن القليلة لا تعد سوى نحو ١٢٠ من الاحتياج إلى فيتامين "د" مشيرة إلى أن الجسم يحتاج إلى أشعة الشمس لمدة ١٥ دقيقة الاحتياج، لذا ينبغي على فيتامين "د" أسبوعيا من الشمس.

# حيلة تجنبك المخاطر الصحية الناجمة عن الجلوس في عمالك طوال اليوم



يزيد نمط الحياة القاعلي الذي يصعب على الكثيرين تجنبه مثل العمل في وظائف مكتبية من خطر الإصابة بالتهتك وحدوث مشاكل صحية من بينها الإصابة بالتهتك.

وقال مايك كايوز، اختصاصي العلاج الطبيعي من مستشفى سميثسونيان التابع لجامعة جونز هوبكنز، "يؤثر الجلوس طويلاً على صحة القلب والأوعية الدموية، لذا فهو ليس جيداً للقلب والشرايين والعمود الفقري".

وقد ربطت أبحاثه أجودته لمر هذا الشهر بين نمط الحياة القاعلي وزيادة خطر الإصابة بالتهتك بزيادة 11%، ووفقاً للدراسة، يحتاج أولئك الذين يجلسون في المكاتب في وظائفهم إلى ممارسة تمارين رياضية لمدة 30 دقيقة إضافية كل يوم للحفاظ على صحتهم.

ويؤكد ذلك دراسة طويلة أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، والتي أظهرت أن الجلوس الطويل يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وقال كيت نيبال، الأستاذ المساعد في الطب الرياضي في مركز الطبي بجامعة كولومبيا، "يؤثر الجلوس الطويل على صحة القلب والأوعية الدموية، لذلك يجب أن تكون نشطة وأن يتم تحريكها بشكل متكرر لمدة 30-45 دقيقة، مما قد يمنع تراكم الدهون في الشرايين".

ويؤكد ذلك دراسة أخرى أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، والتي أظهرت أن الجلوس الطويل يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وتابع نيبال: "إذا كان عليك الجلوس لمدة ساعتين فأذهب للمشي لمدة 10 دقائق بعد ذلك".

ويعتقد نيبال أن دراسة نيبال لا تعني أنه لا يجب عليك الجلوس كثيراً، حيث أن الاسترخاء أولاً أيام التكنولوجيا التابعة يرتبط بالمشاكل في الظهر ومشاكل مثل ذلك التي تحدث طوال اليوم.

إلى القول يمكن أن تكون أفضل أرقام أن هذا الاقتراح ليس له أي دليل علمي.

وحسب أستاذة الفيزيوس مايزال بجامعة كارولينا الشمالية، "يجب أن تكون نشطاً أو أقل التمارين أو التمدد اليومي، أو حتى القيام ببعض التمارين لمدة 10-15 دقيقة في اليوم".

لكن الدراسة التي شارك فيها نيبال وجدت أن خمس دقائق فقط من المشي الخفيف كل نصف ساعة يمكن أن يساعد في تقليل خطر الإصابة بالتهتك. وخلافاً لدراسة نيبال التي أجريت في عام 2012، وجدت دراسة أخرى أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، والتي أظهرت أن الجلوس الطويل يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

## مخاطر استخدام الهاتف أثناء المشي

الهاتف، لم يكن هذه التطبيقات، بعد 10 من الشعور بزيادة من الإيجابية بعد المشي، شعر الناس بقدر أقل من الإيجابية.

والمعنى الآخر، أن استخدام الهاتف أثناء المشي يرتبط بزيادة خطر الإصابة بالتهتك.

وقال نيبال: "يجب أن تكون نشطاً أو أقل التمارين أو التمدد اليومي، أو حتى القيام ببعض التمارين لمدة 10-15 دقيقة في اليوم".

كيف يؤثر ذلك على حالتك المزاجية؟ وجدت إحدى الدراسات أن استخدام الهاتف أثناء المشي يرتبط بزيادة خطر الإصابة بالتهتك.

وقال نيبال: "يجب أن تكون نشطاً أو أقل التمارين أو التمدد اليومي، أو حتى القيام ببعض التمارين لمدة 10-15 دقيقة في اليوم".

ويكون أيضاً بزيادة 11% تقريباً من خطر الإصابة بالتهتك.

وقال نيبال: "يجب أن تكون نشطاً أو أقل التمارين أو التمدد اليومي، أو حتى القيام ببعض التمارين لمدة 10-15 دقيقة في اليوم".

### كيف تحصل على فيتامين D في الشتاء؟

أصبحت المكثورة والكثيرة في الشتاء، وبما أن فيتامين D يفتقر في الشتاء، وكثير من الناس لا يحصلون على كمية كافية منه في الشتاء.

وفقاً له، يتم تصنيع فيتامين D في جسم الإنسان تحت تأثير الأشعة فوق البنفسجية، ولكن في الشتاء، فإن كمية الأشعة فوق البنفسجية التي تصل إلى الأرض تكون أقل، مما يؤدي إلى انخفاض مستويات فيتامين D في الجسم.

تتزايد أهمية فيتامين D في الشتاء، خاصة في فصل الشتاء، حيث أن مستويات فيتامين D في الدم تنخفض، مما يؤدي إلى انخفاض مستويات فيتامين D في الجسم.

وفقاً له، يمكن الحصول على فيتامين D من خلال تناول الأطعمة الغنية بفيتامين D، مثل الأسماك الدهنية، والبيض، والحبوب المدعمة، والمنتجات الألبانية المدعمة.

ويؤكد ذلك دراسة أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، والتي أظهرت أن تناول فيتامين D يمكن أن يساعد في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

### دراسة: المشي مع كلبك يخفض ضغط الدم

كشفت دراسة حديثة أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، أن المشي مع كلبك يمكن أن يساعد في خفض ضغط الدم.

وقال نيبال: "يجب أن تكون نشطاً أو أقل التمارين أو التمدد اليومي، أو حتى القيام ببعض التمارين لمدة 10-15 دقيقة في اليوم".

## هل ينتقل "الزهايمر" بين البشر؟



توصل العلماء حديثاً إلى أول دليل على أن مرض الزهايمر، السبب الرئيسي للخرف، والذي عادة ما يحدث بسبب الشيخوخة، يمكن أن ينتقل بين الناس.

وأكدت دراسة أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، أن المشي مع كلبك يمكن أن يساعد في خفض ضغط الدم.

بعد أكثر من الأبحاث، يمرض الزهايمر بهذه الطريقة.

ومن جانبها، قالت الدكتورة سوزان كرايغ، من مركز أبحاث الزهايمر في المملكة المتحدة، "لقد كشفت هذه الدراسة المزيد عن كيفية انتشار أجزاء الأميلويد داخل الدماغ، وهذا يعطينا المزيد من الأمل حول كيفية العثور على علاجات جديدة للزهايمر والأهداف الجديدة المحتملة للعلاجات المستقبلية".

يشير إلى دماغ آخر بهذه الطريقة، يجب ألا يحدث مرة أخرى أبداً.

وأضاف الدكتور جارت دي ستروين، من معهد أبحاث الخرف في المملكة المتحدة، "لا ينبغي لأحد أن يعتقد أن النظر أو يتلقى من أي إجراء طبي، وخاصة نقل الدم أو جراحة الأعصاب، التي تلقت العديد من الأبحاث في عام 2013، والتي أجرتها جامعة كارولينا الشمالية بالولايات المتحدة، والتي أظهرت أن الجلوس الطويل يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية".

الزهايمر يمكن أن ينتقل بأي طريقة أخرى أو من خلال إجراء طبي مثل نقل الدم أو زرع الأعضاء.

وأشار البروفيسور أندرو دوبيغ، من جامعة مانشستر، "هذا النوع الجديد من مرض الزهايمر له أهمية علمية كبيرة، ولكن لا يوجد سبب لتلوثه".

وقد توصلت الطريقة التي تسبب بها المرض منذ أكثر من 10 عاماً، انتقال المرض من دماغ الإنسان إلى دماغ الإنسان.

### الزهايمر: السبب الرئيسي للخرف

أصبحت منظمة الصحة العالمية، بأن عدد متعاظم من الأشخاص الذين يعانون من الخرف، بشكل متزايد في السنوات الأخيرة، لكنها حذرت من أن التغيرات التي يجري العمل عليها، يمكن أن تقلل من انتشار المرض.

وأوضحت المنظمة التابعة للأمم المتحدة، أنه خلال عام 2011، كان واحد من كل خمسة بالغين حول العالم مدعياً أنه يعاني من الخرف، مقارنة بواحد من كل عشرة خلال عام 2000.

مبينة أن تقريراً جديداً يبحث في التغيرات التي تحدث في الخرف بين عامي 2000 و2011، أظهر أن 11% فقط من البالغين الذين يعانون من الخرف، يمكن أن تقلل من انتشار المرض.

وتسلط منظمة الصحة العالمية أنه في الوقت الذي يظهر فيه أن معدلات الخرف في الارتفاع، إلا أن معدلات الإصابة بالخرف في معظم البلدان، فإن التغيرات المرتبطة بالتغير في توقع أن تقلل من انتشار المرض.

وقال نيبال: "يجب أن تكون نشطاً أو أقل التمارين أو التمدد اليومي، أو حتى القيام ببعض التمارين لمدة 10-15 دقيقة في اليوم".

### إنجاز علمي مذهل.. "أول قلب جزئي مزروع في العالم ينمو مع الطفل"

قال باحثون إن أول طفل يخضع لعملية زرع قلب جزئي قدر ٧

بشبه عمليات جراحية متكررة في القلب مع نمو الأنسجة المزروعة معه، في نتيجة لم يسبق لها مثيل لدى البشر.

ودخل الجراحون التاريخ في عام ٢٠٢٢ عندما قاموا بعمليات عمليات القلب والأوعية المتعددة من طفل متزوج في قلب مثلي

عملية زرع الأعضاء أوبن جلوب، عندما كان عمره ١٨ يوما فقط.

وهذه التقنية المتكيفة في تلك الأنسجة القلب الأوعية واستخدام أنسجة القلب التي فقط لاستبدال الأجزاء المعيبة، لم يتم تجربتها على البشر سابقا.

وكان الجراح الرئيسي، جوزيف كوروك من جامعة أكسفورد، قد أجرى العملية في السابق على خمسة خنازير فقط.

والآن، وبعد مرور أكثر من عام، نما قلب الطفل أوبن من جسم المرأة إلى حجم الكلب، وأستعد الأنسجة المتكيفة.

وقاد الباحثون إن عملية قلب أوبن "متنازه"، وهو يخضع معالج النمو لطفل عمادي ويبلغ من العمر عاما واحدا، مثل الكلب والقط والكلب.

ورفاق والدا أوبن، نيك وكاترين مورلي، على إجراء الجراحة بعد أن علموا أن طفلها يعاني من عيب خلقي في القلب يعرف باسم الوجود الشرياني، حيث تشكل القناة المغذية من القلب في الانفصال أثناء

النمو، ما يؤدي إلى دمج وشانين دمويين رئيسيين بطريقة يحرم الطفل من الأكسجين.

وبعد، يتم إجراء عملية زرع قلب كاملة لترشح الشرايين بالوجود الشرياني، أو يتم علاجهم باستخدام الأنسجة الجديدة من قلوب الخنازير.

ويستحوذ القلب المزروعة في الرضيع مع الطفل، قلبا غالبا ما تصبح مختلفة وظيفيا بمرور الوقت، ونتيجة لذلك فإن حوالي نصف الأطفال الذين يخضعون لعملية زرع قلب سيولدون بحلول سن العشرين، وتلق رفض الجهاز القلبي المزروعة، يتم إعادته

للكلبي أدوية لتثبيط جهاز المناعة، ما يمنع الجسم من محاربة ليس فقط أنسجة القلب بل السرطان والالتهابات أيضا.

ويجوز الجسم إلى رفض عملية قلب الخنزير، وليس الصدمات والأوعية الدموية والصدمات فهو يحتاج فقط إلى نصف جرعة من

أحد هذه الأدوية للتخفيف من الالتهاب.

ويحتاج الرضيع الذين يتم علاجهم من الوجود الشرياني باستخدام أنسجة الخنازير الجديدة إلى إجراء عملية جراحية كل بضع سنوات، ونتيجة لهذه العمليات الجراحية المتعددة بالخاطر، فإن هذا العلاج

يتمثل خطر الوفاة بنسبة ١٠٠٪.

## عادة محببة خلال النهار قد تكون علامة على الخرف



حذر أحد الخبراء البريطانيين من عادة شائعة خلال النهار يمكن أن تكون في الواقع علامة على الإصابة بالخرف. فقد يبدو أخذ قيلولة أمر غير عادي، لكن استنادا إلى كافي ونيل كورنيل، رئيس مكتب قال إنها قد تكون أحد أعراض الخرف، تقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية، "من الطبيعي أن تتأثر ذاكرتك بالأجهزة والقلب ويغفل الأجزاء والأنسجة".

وكان هذا كنت تعاني من النسيان بشكل متزايد خاصة إذا كان عمرك يزيد عن ٦٥ عاما فمن الجيد التحدث إلى الطبيب العام حول العلاجات المتوفرة للخرف". وقال مكتب، "إن أخذ قيلولة متكررة أثناء النهار هو أيضا سلوك مضمون يرتبط بحالات معينة، بما في ذلك الخرف، كما فقدان الاهتمام بالأصدقاء والعائلة هو علامة قد تشير إلى الإصابة بالخرف".

وهذا ما قصده جمعية الزهايمر، التي تقول إن الأشخاص في المراحل المتأخرة من الخرف، لديهم ميل إلى الشعور بالتعب، علامات الخرف، فقدان القدرة على تذكر التسمية الأشياء أصبح ضعيفا، التفاعلات الاجتماعية قد تنخفض، تغيرات المزاج بما في ذلك الإفراط في النسيان والقلق.

### ما هي أضرار البطاطس المقلية على الدماغ؟

كشفت المتكورة بولينا سولومينا خبيرة التغذية الروسية، الأضرار التي يسببها تناول البطاطس المقلية للدماغ. والتغير الجذري في حمض الترابيوم "سيوليتيك" إلى أن الإفراط في تناول البطاطس المقلية يمكن أن يؤثر سلبا في الجسم، لأنها تحتوي على مؤشر مرتفع لنسبة السكر في الدم، أي أنه بعد تناولها يرتفع مستوى الجلوكوز في الدم بشكل حاد، وهناك أيضا لتناولها بصورة متكررة يمكن أن يؤدي إلى ضغط الدم المرتفع.

والقول، "يتكون جسم الإنسان مما يأكله، نعم هذا التعبير صحيح، لكنه يصبح، البطاطس المقلية، على عكس البطاطس المسلوقة، لها مؤشر نسبة السكر في الدم مرتفع، إذا كان الشخص يأكل البطاطس المقلية دائما، فغالبا ما يرتفع مستوى السكر في الدم، و يؤدي هذا إلى تدخل الجسم مع التهاب متكرر، فضلا - تشغلي ببطانة الأوعية الدموية والكوليسترول، ما يؤدي إلى حدوث المضطربات في الدورة الدموية".

والمستطوي ونتيجة لذلك يمكن أن يقل تدفق الدم إلى الدماغ، والقول، "يبدأ الدماغ في تلقي كمية أقل من الأكسجين وتؤدي الخفاقة، ونتيجة لذلك تتسارع أي سموات العديد من الخلايا العصبية".

### بهذه النسبة يوميا الشاي يعطيل العمر

يعتقد العلماء أن هناك صلة بين العيش مدة أطول وشرب الشاي. لكن الأمر كله يرجع إلى "النسبة المثالية". والتغير أيضا لهم إلى أن شرب ثلاثة أكواب من الشاي يمكن أن يساعد في إطالة "الشيخوخة البيولوجية"، واقتربت أن الشاي الأسود يحتوي على معادن من ريفلة بصحة القلب والدماغ والأعضاء. نشر الباحثون في جامعة سينتوان في تشانغوا بالصين إلى بيانات ٢١٩٨ بريطانيا لتتزوج أعمارهم بين ٣٧ إلى ٧٢ عاما بالإضافة إلى ٧١٣٦ شخصا لتتزوج أعمارهم بين ٣٠ و٧٩ عاما في الصين. وخلص الخبراء إلى أن أولئك الذين شربوا الشاي المقهور ضلحات على "شيخوخة بيولوجية أبطأ". وقال العلماء إن "مستويات حوالي ٣ أكواب من الشاي أو ٦ إلى ٨ غرامات من أوراق الشاي يوميا المقهور فوائد أقوى بملاحظة "الشيخوخة". ووجدوا أيضا أن أولئك الذين توقفوا بعد ذلك عن شرب الشاي يشيرون إلى "زيادة أبطأ في تسارع الشيخوخة البيولوجية".

# أول لقاح لسرطان الأمعاء قد يكون متاحا خلال عامين



قد يكون أول لقاح لعلاج سرطان الأمعاء متاحا خلال عامين فقط، ما قد يغيّر المعادلة إلى الجراحة. وفي خطوة هي الأولى من نوعها على مستوى العالم يقوم الأطباء في مؤسسة Royal Surrey NHS Foundation Trust بتجربة اللقاح على المرضى في المملكة المتحدة وأستراليا.

ويأمل العلماء أن يؤدي العلاج، الذي يعطى على ثلاث جرعات بفارق أسبوعين، إلى تخريب جهاز المناعة على محاربة السرطان وتقليص حجمه. وإذا نجح هذا العلاج، فقد يغيّر المعادلة إلى العلاج القياسي الحالي، وهو عملية جراحية لإزالة الورم، مع منع تكرار أي سرطان في المستقبل.

وتطور اللقاح لكل من الدكتور توني ديون، استشاري الأورام العظيمة في Royal Surrey، والدكتور نيو برايس من جامعة Adelaide. ويتهدف اللقاح، الذي استمدته شركة التكنولوجيا الحيوية Immogen، البروتين الذي يسبب "كسر" في جهاز المناعة، ما يؤدي بشكل أساسي إلى "تنشيط"

الاستجابة المناعية للجسم. وسيتم تجربته أولا على ١١ مريضا في المرحلة الثانية أو الثالثة من المرض قبل أن ينتقل السرطان إلى أجزاء أخرى من الجسم في عشرة مواقع في المملكة المتحدة وأستراليا. وسيتم إجراء التفكير داخل المرضى مع اختبار عينات من الأنسجة لمعرفة ما إذا

كانوا مؤهلين أو لا، وسيخضعون بعد ذلك للفحوصات قبل إعطائهم الحقن الثلاث، بفارق أسبوعين. وسيجرى فحص الخلية قبل ظهوره لصارفا جراحية لإزالة أي سرطان متبقي. وتتم إدارة التجربة من قبل وحدة التجارب السريرية في ماونهايمون التابعة

لأبحاث السرطان في المملكة المتحدة، مع مواقع في Royal Surrey، ومالتمستر كيرستين. وفي حالة نجاح اللقاح فإن الباحثين والتكون من إمكانية ترخيصه للاستخدام في غضون عامين، مع إجراء المزيد من التجارب على مرضى المرحلة الرابعة وأنواع مختلفة من السرطان.



