

منوعات

الفجر

الأربعاء 25 يونيو 2025 م - العدد 14487
Wednesday 25 June 2025 - Issue No 14487

ص 22

شرطة أبوظبي تنفذ
برنامجاً توعوياً لطلبة
المدارس في متحف المربعة

ص 27

يحيى الفخراني يعيد وهج
الكلاسيكيات إلى المسرح
القومي عبر "الملك لير"



نهج علاجي جديد قد يجد من
التهابات الأمعاء المزمن

ص 23



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

نجاة مذهلة من انفجار أسطوانة غاز

وُثِّق مقطع فيديو التقطته كاميرا مراقبة لحظة مروعة نجا فيها رجل وامرأة من انفجار ضخّم سببته تسربات غاز من أسطوانة طهي داخل منزل في غايبور، الهند.

الحادثة، التي وثقها الفيديو هزّت مواقع التواصل بعد أن أظهرت مدى خطورة تسرب الغاز المنزلي، ما أحدث ضجة وأثار نقاشاً كبيراً.

وبدأية الفيديو المتداول، تظهر الأسطوانة ممددة على أرضية المطبخ، يتصاعد منها الغاز بكثافة، قبل أن تدخل امرأة في منتصف العمر إلى المكان وهي في حالة ذعر واضحة، وتحاول بمفردها التعامل مع الموقف المتدهور، ومع تفاقم الخطر، يدخل الرجل ليخضع الأسطوانة معها.

ورغم محاولتهما للسيطرة على الوضع، إلا أن المطبخ في تلك اللحظة كان قد امتلأ فعليا بالغاز القابل للاشتعال، ما جعله أشبه بقنبلة موقوتة.

وفجأة، تصاعد لهب هائل نتيجة شرارة يُعتقد أنها انطلقت من مصدر قريب كموقد أو مفتاح كهربائي، ليشتمل الغاز ويشتعل المكان بأسره في لحظات خاطفة.

برازيلية سقطت في وادٍ إندونيسي على بركان

أعلنت السلطات الإندونيسية أن قرق الانقاذ تحاول الثلاثاء الوصول إلى سائحة برازيلية سقطت في وادٍ، وعُثر على جثتها على بركان يرتاده المتنزهون. وفقدت الفتاة التي عُرِف عنها أقاربها ووسائل الإعلام باسم جوليانا مارينز وتبلغ 26 عاما، منذ السبت على جبل رينجاني المطل على جزيرة لومبوك الوسطى المجاورة لجزيرة بالي، أثناء رحلتها في جنوب شرق آسيا.

وقال رئيس جهاز البحث والإنقاذ في ماتارام في غرب لومبوك محمد حريادي لوكالة فرانس برس "رصدنا الضحية صباح أمس الأول الاثنين، وأرسلنا فريقا إلى الموقع، لكن التضاريس الشديدة الانحدار والطقس الضبابي أعاقا جهودنا".

وأضاف "عندما رصدناها باستخدام طائرة مسيرة، كانت بلا حراك". ويقول عناصر الإنقاذ إنهم يستخدمون في عمليات البحث مسيرات مزودة كاميرات تصوير حراري، وطواقم.

لا شك في أن مضادات الأكسدة تعتبر عناصر غذائية تساعد

على حماية الجسم من الجزيئات الضارة التي تُسمى

الجدور الحرة، لكن الجديد أنها متوفرة في العديد

من الأطعمة، وليس فقط في الأطعمة المعروفة،

وفقاً لما نشره موقع Surrey Live.

فقد كشفت دراسة جديدة أن مضادات الأكسدة

تلعب دورا بالغ الأهمية في الحفاظ على

الصحة وتحسين أداء الجسم لفترة أطول،

لأنها تساعد على منع تلف الخلايا الناتج عن

"الجدور الحرة".

وأوضح موقع "Healthline" الطبي، أنه

على الرغم من أن الجدور الحرة ضرورية

للصحة وتؤدي وظائف مهمة، بما يشمل

حماية الجسم من الأمراض، إلا أن وجود

فائض منها ربما يؤدي إلى "الإجهاد

التأكسدي"، الذي يلحق الضرر بالخلايا

السليمة.

أكثر من التوت . 3 خيارات غذائية غنية بمضادات أكسدة

ويحتوي توت غوجي على بيتا كاروتين، وهو مضاد أكسدة قوي. بفضل خصائصه المضادة للالتهابات، يمكن أن يساعد بيتا كاروتين في الحماية من أمراض القلب وبعض أنواع السرطان وغيرها من المشاكل الصحية. كما أن توت غوجي غني بفيتامين C - أكثر من خمسة أضعاف الكمية الموجودة في التوت الأزرق، ويمكن أن يُحسّن الوظائف الإدراكية.

في حين يحتوي التفاح (بما في ذلك قشرته) على مركبات الفلافونويد وفيتامين C، وهو غني بالفلوريدزين، الذي ثبت أنه يُحسن تلف الكبد. وبالمثل، يُعد الرمان "مصدراً ممتازاً" لمضادات الأكسدة.

فوائد كثيرة

يذكر أن الدراسة أشارت إلى وجود خيارات غذائية

أخرى أدرجتها وزارة الزراعة الأميركية كأفضل مصادر مضادات الأكسدة بينها الفاصوليا الحمراء، التوت

الأزرق، اللوبيا، التوت البري، الخرشوف، التوت الأسود،

البرقوق، توت العليق، الفراولة، التفاح، البقان، الكرز،

E. وهو مضاد للأكسدة، موجود في التوت الأزرق.

الفواكه،

إذ تحتوي فواكه التوت والتفاح والرمان على خصائص

مضادة للأكسدة بكثافة.

بمضادات الأكسدة، يأتي على رأسها العناصر الثلاثة

التالية:

الشوكولاتة الداكنة:

تحتوي على مضادات أكسدة، خاصة تلك التي تحتوي

على نسبة عالية من الكاكاو.

كما تحتوي على الشافلونويدات والبوليفينول

والبروسيانيدين والأنثوسيانين والثيوبرومين، أي

جميع أنواع مضادات الأكسدة.

كذلك فإن الشوكولاتة الداكنة مفيدة للأعضاء، حيث

تعزز نمو بعض البكتيريا "النافعة" فيها.

المكسرات:

لعل الجوز والبقان من العناصر الغذائية الصحية

للغاية، إذا تم جمعها مع طعام آخر، يمكنهما توفير

حماية "قوية" ضد الخرف.

كما أنهما يحتويان على الكثير من مضادات الأكسدة

التي تساعد في مكافحة الالتهابات، وبالتالي تقليل خطر

الإصابة بالأمراض طويلة الأمد.

علاوة على أن البقان يحتوي على ضعف كمية فيتامين

E، وهو مضاد للأكسدة، موجود في التوت الأزرق.

الفواكه،

إذ تحتوي فواكه التوت والتفاح والرمان على خصائص

مضادة للأكسدة بكثافة.

كما أكد أن العديد من الحالات المزمنة الخطيرة مثل

أمراض القلب والخرف والسرطان ارتبطت بذلك،

إضافة إلى الشيخوخة المبكرة وخطر الإصابة بالسكتة

الدماعية.

وأكد أن مضادات الأكسدة تساعد في الحفاظ على

مستويات الجدور الحرة وتقليل الإجهاد التأكسدي.

الأطعمة النباتية

وعلى الرغم من إمكانية العثور على مضادات الأكسدة في

المكملات الغذائية، إلا أنها متوفرة بكثرة في العديد من

الأطعمة التي تتناولها، وخاصة الأطعمة النباتية.

إذ تشتهر بعض الأطعمة بفناها بمضادات الأكسدة بينها

التوت الأزرق، على سبيل المثال.

ويُعرف التوت الأزرق بفناه بالعناصر الغذائية واحتوائه

على الفلافونويد، وهو نوع من مضادات الأكسدة. ولكن

في الواقع، هناك العديد من الأطعمة التي تحتوي على

مضادات أكسدة أكثر من التوت الأزرق، وفقاً لتقارير

الصحة.

3 خيارات مهمة

أكدت الدراسة أن هناك العديد من الأطعمة الغنية

ثمرة واحدة قبل النوم تحسّن جودة نومك بشكل ملحوظ

يعاني كثير من الأشخاص من صعوبة في الاسترخاء عند نهاية اليوم، ويلجؤون إلى تجريب وسائل مساعدة على النوم، تشمل المكملات أو الأدوية التي تُصرف دون وصفة طبية، لكن خبراء صحيين يشيرون إلى أن الحل قد يكون بسيطاً ومتوفراً في مطبخك.

ووفقاً للخبراء فإن إجراء تعديلات بسيطة في النظام الغذائي يمكن أن ينعكس إيجاباً على جودة النوم، دون الحاجة لأي علاجات معقدة. ويحذر الخبراء من تناول أطعمة مثل الشوكولاتة، الجبن، رقائق البطاطس، والأيس كريم قبل النوم، لما لها من تأثيرات سلبية على النوم. بالقابل، يوصي الخبراء باللجوء إلى "أطعمة محفزة لهرمون الميلاتونين"، وهو الهرمون المسؤول عن تنظيم النوم، ومن أبرز هذه الأطعمة، الموز. ويقول الخبراء: "بعد الموز خياراً غذائياً ممتازاً، وإذا كنت تتناول هذه الفاكهة في الصباح، فربما حان الوقت لتجربتها قبل النوم بدلا من ذلك، إذ يحتوي على نسب عالية من الماغنسيوم الذي يساعد على استرخاء العضلات وتهدئة الجسم". وينصح الخبراء بتناول شرائح الموز مع ملعقة من زبد المكسرات الطبيعية للحصول على نوم هادئ وعميق. والموز غني بالعناصر المحفزة للنوم مثل الماغنسيوم، التربتوفان، فيتامين بي 6، الكربوهيدرات، والبولتاسيوم، وجميعها تلعب دوراً في تحسين جودة النوم. وتحتوي ثمرة موز متوسطة الحجم "126 غراماً" على حوالي 34 ملغ من الماغنسيوم، أي ما يعادل 8 بالمئة من الحاجة اليومية للجسم.

«فطر المقابر» يصبح سلاحاً ضد السرطان

نجح باحثون من جامعة بنسلفانيا في تسخير فطر سام عُرف بارتباطه بـ "لُعنة الفرانة"، لإنتاج مركبات قوية قد تفتح آفاقاً جديدة في علاج السرطان، وتحديدًا سرطان الدم.

ارتبط الفطر الذي يحمل اسم "الرشاشيات الصفراء"، تاريخياً بسيئاريوهات مأساوية وغامضة، أبرزها سلسلة الوفيات التي أعقبت فتح مقبرة الملك توت عنخ آمون عام 1922، وأخرى مشابهة في بولندا خلال سبعينيات القرن الماضي، عندما توفي 10 علماء عقب دخولهم مقبرة كازيمير الرابع. ووجهت الشبهات حينها نحو هذا الفطر الذي يمكن لأبواغه، حتى بعد آلاف السنين، أن تسبب التهابات رئوية قاتلة، خصوصاً لدى من يعانون من ضعف المناعة. لكن ما كان يُعد "ميكروباً خبيثاً" في السابق، أصبح اليوم محور اكتشاف علمي واعد، بعد أن نجح الفريق البحثي بقيادة البروفيسورة شيري غاو في عزل فئة جديدة من الجزيئات النشطة بيولوجياً من هذا الفطر، أطلقوا عليها اسم "أسبيريجيميسين". ويعد هذا الكشف امتداداً لنهج علمي قديم في استخلاص الأدوية من مصادر طبيعية، أشهرها البنسلين، الذي غيّر تاريخ الطب. وتقول غاو: "لقد وهبتنا الطبيعة صيدلية مذهلة، وعلمينا أن نواصل كشف أسرارها".

«النحل الإفريقي القاتل» يثير الذعر في الولايات المتحدة

كشف تقرير لموقع "يو إس إى توداي"، أن ما يعرف باسم "النحل الإفريقي القاتل"، والذي يهاجم البشر والماشية والحيوانات الأليفة، انتشر في 13 ولاية أميركية، ويواصل زحفه نحو الولايات الشمالية. وخلال الأشهر الثلاثة الماضية، توفي رجل أثناء جُزه العشب بعد تعرضه لهجوم من هذا النوع من النحل. كما قتل ثلاثة أشخاص إلى المستشفى بعد أن أزعم عامل تقليم أشجار مستعمرة نحل في إحدى المنازل.

ويقول العلماء، إن عدوانية هذا النوع من النحل تُعد آلية دفاعية لحماية المستعمرة، فالتحللة تموت بعد السع، مضحية بنفسها في سبيل حماية الخلية.

وبحسب تقرير "يو إس إى توداي" فإن هذا النوع من النحل قد يطارد ضحاياها لساقة تصل إلى ميل كامل، ويلحق السيارات والشاحنات، ويمكنه اللسع حتى من خلال الملابس الواقية الخاصة بتربية النحل.

وأوضح التقرير، أن "النحل الإفريقي القاتل المهجن" لا يختلف عن النحل الأوروبي في الشكل، فكلهما يحتوي على السم نفسه، لكن النحل الإفريقي أكثر حساسية للتهديدات.

وفي عام 2022، تعرض رجل من ولاية أوهايو لـ 20000 لسعة أثناء قيامه بتقليم الأشجار، وأدخل في غيبوبة اصطناعية لإنقاذ حياته.

دراسة: تدمير آثار الملكة حتشبسوت لم يحصل بسبب كونها امرأة

كانت الملكة حتشبسوت من أنجح حكام مصر القديمة، لكن إرث هذه الفرعونة التي سبقت كليوباترا بـ 1500 عام، دُمّرهُ بشكل ممنهج بعد وفاتها نجل زوجها تحتمس الثالث الذي خلفها في السلطة.

وكانت أسباب هذا المحو الممنهج لآثار حكمها التاج موضع نقاش واسع، لكن الباحث جون وونغ من جامعة تورنتو رأى في دراسة جديدة نُشرت الاثنين أن ثمة مبالغة في التركيز على العامل المتمثل في كونها امرأة.

وقال وونغ لوكالة فرانس برس "إن السؤال عن سبب الحملة على هذه الفرعونة بعد وفاتها ينطوي على قدر من الرومانسية"، موضحاً دوافع اهتمامه بملكة حكمت مصر خلال حقبة ازدهار استثنائي.

ورجح عدد من العلماء في الماضي أن يكون تحتمس الثالث شُن حملة تشويه ضد حتشبسوت بعد وفاتها بدافع الانتقام، لا سيما لأنه أراد القضاء على أي فكرة مفادها أن في وسع امرأة أن تحكم بنجاح.

وأكد جون وونغ أن "طريقة فهم حكم حتشبسوت تأثرت دائماً بجنسها"، في إشارة إلى الاعتقاد السائد بأن تحتمس الثالث ربما كان ينظر إليها على أنها "زوجة أب شريرة". وبين بحث وونغ الذي نشر في مجلة "أنتيكيوتي" واستند إلى دراسات حديثة أخرى، أن تحتمس الثالث أقدم على هذا التشويه لدوافع أخرى أيضاً، مما يدفع إلى التشكيك في صحة نظرية الرفض لتولي امرأة مقاليد الحكم.



المشي السريع مفتاح الوقاية من سرطان القولون

على كيفية تلقي مرضى سرطان القولون، أحد

أكثر أنواع السرطان شيوعاً، للعلاج. المساعدة في

بعد 7 سنوات من تشخيص المرض، كان 90%

من المرضى الذين شاركوا في برنامج مدته 3 سنوات

للتمارين المنظمة، لا يزالون على قيد الحياة.

أما في المجموعة التي لم تتلق سوى كتب إرشادي،

فقد كان 83% من المشاركين لا يزالون على قيد

الحياة.

وقالت كيري كورنيا، أستاذة علم الحركة في جامعة

أثيرتا الكندية والمؤلفة الرئيسية للدراسة، "إذا رآك

أحدهم تمشي، فسبطن أنك متأخر عن موعدك."

ووفق "سي بي سي نيوز"، لا يعرف الباحثون

بالضبط سبب هذا التأثير الكبير لبرنامج النشاط

البدني.

لكن هذه النتائج قد تكون لها آثار مستقبلية مهمة

وجدت دراسة حديثة أن التمارين الرياضية المنظمة

أحدثت فرقاً كبيراً لدى مرضى سرطان القولون.

وبعد 7 سنوات من تشخيص المرض، كان 90%

من المرضى الذين شاركوا في برنامج مدته 3 سنوات

للتمارين المنظمة، لا يزالون على قيد الحياة.

أما في المجموعة التي لم تتلق سوى كتب إرشادي،

فقد كان 83% من المشاركين لا يزالون على قيد

الحياة.

وقالت كيري كورنيا، أستاذة علم الحركة في جامعة

أثيرتا الكندية والمؤلفة الرئيسية للدراسة، "إذا رآك

أحدهم تمشي، فسبطن أنك متأخر عن موعدك."

ووفق "سي بي سي نيوز"، لا يعرف الباحثون

بالضبط سبب هذا التأثير الكبير لبرنامج النشاط

البدني.

لكن هذه النتائج قد تكون لها آثار مستقبلية مهمة

قردة تقتل أماً لخمس أطفال

لقت امرأة تركية في بداية الأربعينات من عمرها، مصرعها، بسبب قرادة التبعثت بجسمها ونقلت لها فيروس "حمى القرم- الكونغو النزفية" CCHF. وقالت وسائل إعلام تركية، إن "فيضان تشيكوتش" 42 عاماً وصلت قبل نحو أسبوع مستشفى حكومي في ولاية "تشانكري" بوسط تركيا، وتشكي من ارتفاع درجة حرارة جسمها.

وقرّر الأطباء نقل المرأة الأم لخمس أطفال، إلى مستشفى متخصص في

الولاية ذاتها بعد اشتباههم في إصابتها

بفيروس "حمى القرم- الكونغو النزفية

"CCHF" عن طريق حشرة القراد.

وحسب مستشفى "تشانكري" الذي

أحيلت إليه المريضة، قرر الأطباء هناك

نقلها إلى مستشفى في العاصمة "أنقرة"،

وهناك توفيت بعد نحو أسبوع من

محاولات الأطباء إنقاذ حياتها.

وتعمل الأم الضحية في تربية الحيوانات

بإحدى قرى ولاية "تشانكري"، حيث

تركزت غالبية الإصابات المسجلة

بالفيروس في البلاد، في مناطق ريفية

ولأشخاص يتعاملون مع الحيوانات التي

تنقل منها حشرة القراد إليهم.



منوعات الفكر 22

ضمن 235 مشروعاً نوعياً والتزاماً بترسيخ ثقافة الاستدامة والعمل البيئي المشترك

فريق طلابي من جامعة الإمارات يحصد المركز الأول في جائزة الشارقة للاستدامة

رؤية متكاملة حول التحديات والفرص في إدارة مياه الأقطار ضمن النمو الحضري المتسارع. وأوضحت الطالبات أن مشروع "شور بلس" ساهم في تعزيز وتطوير قدراتهن في تحليل البيانات المكانية، والتعامل مع أدوات وتقنيات نظم المعلومات الجغرافية المتقدمة، إلى جانب تمكينهن من التواصل الفعال مع المجتمع العلمي والمهني داخل الدولة وخارجها، حيث يمثل هذا الفوز تنويعاً لجهود أكاديمية وتطبيقية متواصلة ضمن جهود جامعة الإمارات لدعم أجندة الدولة في مجالات التنمية المستدامة والابتكار البيئي.

وتميّز مشروع "شور بلس" بكونه ثمرة تعاون أكاديمي وتطبيقي يجمع بين العلوم الجغرافية والبيئية والتخطيط الحضري، حيث استخدمت الطالبات تقنيات نظم المعلومات الجغرافية (GIS) لرسم خرائط دقيقة للمناطق المعرضة للفيضانات في مدينة العين، مع تحليل شامل لمخاطرها وتقديم حلول عملية مستدامة. ويهدف المشروع إلى مساعدة صناع القرار والمخططين الحضريين في تحسين البنية التحتية ورفع كفاءة استجابة المدن لأحوال المناخية المتطرفة. وامتاز البحث بشموليته من حيث البيانات الجغرافية، والدراسات الميدانية، وتحليل البيانات متعددة المصادر، مما أتاح

إشراف الدكتورة منى سعد رمضان والأستاذة شما البدواوي. وأشارت الأستاذة الدكتورة نعيمة الحوسني – رئيس قسم الجغرافيا والاستدامة الحضرية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية أن " هذا الإنجاز يعكس التزام الجامعة بتعزيز الاستدامة، ودعم الابتكار في مجال البحوث التطبيقية التي تخدم التنمية الحضرية والبيئية في دولة الإمارات، انسجاماً مع رؤية القيادة الرشيدة وأجندة الدولة المستقبلية، حيث تمثل هذه التجربة دافعاً لطلبة الجامعة للاستمرار في البحث والابتكار من أجل مستقبل أكثر استدامة وازدهاراً لدولة الإمارات".

.. العين-الفجر:

أمل جديد لعلاج المرضى

علاج السرطان بالخلايا التائية... ثورة طبية تتفوق على العلاج الكيميائي في تحسين نمط حياة المرضى وصحتهم النفسية

التحول يساعد النساء على الاحتفاظ بإحساسهن بالهوية والكرامة خلال فترة العلاج، ويقلل من الآثار النفسية طويلة المدى، مثل الاكتئاب والعزلة الاجتماعية". الخوف من السرطان لا يرتبط بالمرض فقط، بل بتجربة العلاج القاسية أيضاً ومع انتشار قصص الشفاء عبر العلاج المناعي والخلايا التائية، بدأ هذا الخوف يتبدد تدريجياً، لا سيما بين النساء اللاتي كنّ يتجنبن الفحص المبكر خوفاً من "رحلة العلاج المريعة". اليوم، لم تعد الناجيات من السرطان مجرد ضحايا خاضعات للعلاج، بل نماذج للقوة والوعي التمكيني، خاصة مع توفر علاجات أكثر لطفاً على الجسد والنفس، العلاج بالخلايا التائية لا يُحدث فقط تحولا في نتائج الشفاء، بل أيضاً في طريقة تعامل النساء مع المرض، من موقع الضحية إلى موقع الفاعلة.

العلاج الكيميائي بعد جلسات العلاج بالخلايا التائية، وعبروا عن استعادتهم الحياة الطبيعية والقدرة على العمل والسفر والضحك مجدداً". حيث لا يتطلب العلاج جدولاً مرهقاً من الجلسات المستمرة، ما يمنح المرضى وقتاً أكبر لأنشطتهم اليومية، كما أنه يقلل من الاعتماد على الأدوية المسكنة والمهدئات، مما يعزز جودة الحياة بشكل عام. ومن جانبه أكد الدكتور ياسر الخطيب، استشاري طب الأورام في مركز أمراض الدم والأورام والعلاج الخلوي في مستشفى برجيل أبوظبي أن العلاج بالخلايا التائية لا يغير فقط شكل المعركة مع السرطان، بل يعيد تشكيل الوعي الجمعي تجاهه، ويفتح أبواباً جديدة للأمل، خاصة للنساء اللواتي تحملن لعقود وصمة الألم المرتبطة بالمرض، إنه أكثر من مجرد علاج، بل بداية لتحرير المرأة من الخوف ومن الصور النمطية التي لطالما طغت على رحلتها في الشفاء، مضيفاً "بالنسبة للعديد من النساء، كان فقدان الشعر، تقييد ملامح الجسم، والإرهاق المستمر يمثل فقداناً للأوثقة والثقة بالنفس، وأن هذا



مرضى خضعوا لهذا العلاج اظهروا تحسناً كبيراً في مستويات القلق والاكتئاب مقارنة بمن تلقوا مباشرة على حالته النفسية". ويشير الدكتور عجلان الى ان مقابلات مع

بل في العيش بجودة حياة عالية، وصحة نفسية مستقرة، إنها ثورة طبية بدأت، ويبدو أنها ستعيد تعريف معنى "الشفاء" في عالم السرطان، اضافة الى خفض تكلفة العلاج في المنطقة بنسب تصل الى 90% وهو الامر الذي ساهم في مضاعفة الامل للملايين المرضى. وتشير دراسات حديثة إلى أن مرضى أنواع معينة من السرطان مثل اللوكيميا والمفوما قد حققوا معدلات شفاء مذهلة باستخدام هذا العلاج، ويعكس العلاج الكيميائي الذي يسبب تساقط الشعر، الغثيان، والتعب الشديد، فإن الخلايا التائية تترك المرضى في حالة صحية أفضل وتمكنهم من استعادة حياتهم اليومية بسرعة. يقول الدكتور عجلان الزاكي، مدير مركز أمراض الدم والأورام والعلاج الخلوي في مستشفى برجيل أبوظبي إن "أحد أعظم فوائد العلاج بالخلايا التائية هو تحسين الحالة النفسية للمرضى. عدم الحاجة للإقامة الطويلة في المستشفى، وتقليل الألم والمعاناة الجسدية، يمنح المرضى شعوراً بالسيطرة على المرض، وهو ما يعكس

.. أبوظبي- الفجر

بالتنسيق مع مركز قيادة العمليات الطبية الموحدة التابع لدائرة الصحة – أبوظبي

فريق طبي في مدينة خليفة الطبية ينجح في إنقاذ حياة طفل في الرابعة من عمره فريق متعدد التخصصات يتغلب على حالة معقدة من الالتهاب الرئوي الفيروسي وفشل التنفس الحاد بدعم طويل الأمد للحياة خارج الجسم



للالمل والقوة، وكل ما يمكن أن يتحقق من خلال رعاية متخصصة تعتمد على العمل الجماعي.

بجهود فريقنا وبالتعاي لهذا الطفل، تُظهر هذه الحالة أهمية النهج متعدد التخصصات في الرنة وذلك لمعالجة المضاعفات المستمرة من استرواح الصدر وتضرر الرئة. كذلك إلى جانب الأكسجة الغشائية خارج الجسم، استخدم الفريق العلاجي تهيئة التذبذب عالي التردد (HFO)، ووضعية الانبطاح لتحسين وظائف الرئة، وتنظير القصبات المتكرر لإزالة الجلطات من المجرى التنفسي. وعلى مدار ما يقارب أربعة أشهر من الإقامة في وحدة العناية المركزة، استقر الطفل تدريجياً وتمكن من اجتياز تجربة ناجحة لفصل الأكسجة الغشائية خارج الجسم، وفي النهاية خرج من المستشفى في حالة مستقرة. أعرب الدكتور خوان بابلو مونتيل، أخصائي جراحة قلب الأطفال في مدينة الشيخ خليفة الطبية، عن فخره بجهود الفريق وبهذا الإنجاز المعقد قائلاً: "نحن فخورون للغاية

الجراحية المساندة كإصلاح الناسور القصبي الجنبى واستئصال الفص السفلي الأيسر من الرئة وذلك لمعالجة المضاعفات المستمرة من استرواح الصدر وتضرر الرئة. كذلك إلى جانب الأكسجة الغشائية خارج الجسم، استخدم الفريق العلاجي تهيئة التذبذب عالي التردد (HFO)، ووضعية الانبطاح لتحسين وظائف الرئة، وتنظير القصبات المتكرر لإزالة الجلطات من المجرى التنفسي. وعلى مدار ما يقارب أربعة أشهر من الإقامة في وحدة العناية المركزة، استقر الطفل تدريجياً وتمكن من اجتياز تجربة ناجحة لفصل الأكسجة الغشائية خارج الجسم، وفي النهاية خرج من المستشفى في حالة مستقرة. أعرب الدكتور خوان بابلو مونتيل، أخصائي جراحة قلب الأطفال في مدينة الشيخ خليفة الطبية، عن فخره بجهود الفريق وبهذا الإنجاز المعقد قائلاً: "نحن فخورون للغاية

لدائرة الصحة – أبوظبي، الذي يتولى الإشراف ودعم جهود تقديم خدمات تقنية دعم الحياة خارج الجسم المعروفة بالإيكمو (ECMO) في الإمارة باعتبارها من التقنيات الحيوية المنقذة للحياة، سارع فريق الخبراء في مدينة الشيخ خليفة الطبية إلى تنفيذ تقنية الإيكمو وهي الأكسجة الغشائية خارج الجسم والتي تتيح للدم بتبادل الغازات خارج الجسم، متجاوزاً القلب والرئتين، لتأدية وظائفهما مؤقتاً في تزويد الجسم بالأكسجين والتخلص من ثاني أكسيد الكربون. ويساعد ذلك القلب والرئة على الراحة والامتنال للشفاء. وعلى الرغم من تعقيد المسار العلاجي والمضاعفات العلاجية المصاحبة المحتملة كجلطات المجرى التنفسي وقصور الاستجابة الوعائية، خضع الطفل لعدة تغييرات وتحولات في إجراءات الإيكمو، بالإضافة إلى العمليات

نجحت مدينة الشيخ خليفة الطبية (SKMC)، إحدى منشآت "صحة، التابعة لـ "بيورهيل" – أكبر مجموعة للرعاية الصحية في منطقة الشرق الأوسط، بتعالج طفل يبلغ من العمر أربع سنوات بعد إصابته بفشل تنفسي حاد مهدد للحياة نتيجة التهاب رئوي فيروسي. وتمثل هذه الحالة مثالا قوياً لما يمكن تحقيقه من خلال الرعاية الطبية المتقدمة ونهج الفريق الطبي متعدد التخصصات.

وفي التفاصيل، استقبلت مدينة الشيخ خليفة الطبية الطفل في حالة حرجة جدا ناتجة عن فشل تنفسي حاد ناجم عن التهاب الرئوي فيروسي، أدى إلى مضاعفات استدعت حاجته إلى تدخلات طبية متقدمة لإنقاذ حياته. بالتنسيق مع مركز قيادة العمليات الطبية الموحدة التابع

.. أبوظبي- الفجر

شرطة أبوظبي تنفذ برنامجاً توعوياً لطلبة المدارس في متحف المربعة

على "دورية الطفل" في تعزيز مفهوم السلامة المرورية، و"دورية المسعف الصغير، والإطفائي الصغير"، كما استمتع الطلبة بعروض قسم موسيقى الشرطة العسكرية والكلاب كالأسلحة القديمة. وشارك في البرنامج من شرطة أبوظبي، إدارة المرور والدوريات الأمنية-منطقة العين، وإدارة التفقيش الأمني K9، والفرقة العسكرية، وشهد تفاعلاً من الطلبة والهيئات الإدارية والتدريسية والتي ثمنت جهود شرطة أبوظبي في تعزيز الوعي الأمني، وغرس القيم الوطنية بطريقة ممتعة وعملية، واهتمامها المستمر بتقديم برامج نوعية تواكب تطورات المجتمع، وتسهم في حماية الأبناء وتنشئتهم على أسس سليمة وأمنة.

الشخصية للوقاية من الحوادث. واطلع الطلبة على تدريبات عملية حول كيفية استخدام طفايات الحريق وأنواعها، والتعامل مع أكثر الحوادث المنزلية شيوعاً، وتجربة التعرف

ركوب المركبة، وتحذيرهم من استخدام الدراجات الكهربائية "السكوتر" في الطرقات العامة واقتصار استخدامها في الأماكن المخصصة الآمنة مع الحرص على إرتداء معدات الحماية

المنزلية، وتدابير السلامة الوقائية في المسابح. وركز البرنامج على التوعية بخطورة استخدام الألعاب الإلكترونية العنيفة، فضلاً عن توعيتهم بالسلامة المرورية وأهمية ربط حزام الأمان أثناء

نفذت شرطة أبوظبي برنامجاً توعوياً لطلبة المدارس في مدينة العين بمتحف شرطة المربعة التابع لقسم الموروث الشرطي بالتعاون مع هيئة أبوظبي للدفاع المدني وضمن البرنامج الصيفي تحت شعار "صيفنا بالمربعة".

وأكد المقدم علي أحمد الحمادي رئيس قسم الموروث الشرطي حرص شرطة أبوظبي في إطلاق المبادرات والفعاليات، مشيراً إلى أن البرنامج جاء ليؤكد أن السلامة مسؤولية مشتركة، وأن وقاية الأبناء اليوم هي ضمان مستقبل أكثر أمناً واستقراراً لبناء جيل واع ومعلم بالتدابير الوقائية واشتراطات السلامة الضرورية لقضاء صيف آمن وممتع. وتضمنت الفعالية محاضرات وورش عمل توعوية وتنشيفية حول كيفية الاستثمار الأمثل للأوقات الفراغ في الإجازة الصيفية، وتوعيتهم بالحفاظ على السلامة العامة، وتعريفهم بمخاطر اللعب بالكهرباء وأدوات الطبخ، والتدابير الوقائية والاستباقية في الحد من الإصابات والحوادث

.. أبوظبي- الفجر:



منوعات الفكر 23



نجح باحثون في اكتشاف نهج علاجي جديد قد يحد من التهابات الأمعاء المزمنة، ويمنع تطورها إلى سرطان، إذ يُعد هذا المرض من أكثر الحالات الطبية تعقيداً في العلاج، ويرتبط بمضاعفات خطيرة مثل احتمال الإصابة بداء كرون، أو التهاب القولون التقرحي. وتُعد الفئة العمرية بين ١٥ و٢٩ عاماً الأكثر عُرضة للإصابة بهذه الأمراض، خاصة عندما يتزامن هذا مع الاستعداد الوراثي وعوامل أخرى.

يمنع تحوّلها إلى سرطان

نهج علاجي جديد قد يحد من التهابات الأمعاء المزمن



وقد تترجم النتائج التجريبية التي توصل إليها الفريق البحثي قريباً إلى علاج، إذ يجري حالياً اختبار "جسم مضاد" في تجربة سريرية، يهدف إلى حجب مستقبلات Oncostatin M، ما قد يساعد في الحد من التهاب الأمعاء المزمن، ومنع تطور المرض إلى سرطان.

مستشفى شاريتيه الجامعي إن "أمراض التهاب الأمعاء معقدة للغاية وتختلف من مريض لآخر، وهذا ما يجعل علاجها صعباً". وأضاف: "بفضل فهمنا لتفاعل Oncostatin M مع IL-22 أصبح لدينا رؤية أكثر وضوحاً للأسباب التي تؤدي إلى التهاب الأمعاء المزمن لدى بعض المرضى، ما يفتح الباب أمام تطوير واختبار نهج علاجي جديد".



الخطر القابلة للتعديل، يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر الإصابة بالخرف قبل سن الثمانين. نشرت الدراسة في مجلة JAMA Neurology.



الدقيقة وراء مثل هذه الأمراض غير مفهومة بشكل كامل حتى يومنا هذا، فبالإضافة إلى العوامل الوراثية، يُعتقد كذلك أن التأثيرات البيئية تلعب دوراً مهماً في تطورها.

ويعاني مرضى التهاب الأمعاء المزمن من معدلات وفيات أعلى (17 مقابل 12 لكل 1000 شخص سنوياً) مقارنة بغير المصابين، مع وجود فروق أكبر في منتصف العمر (بين 20 و59 عاماً)، كما أن متوسط العمر المتوقع لديهم أقل بمقدار يصل إلى 8 سنوات للإناث و6 سنوات للذكور. ويمكن أن يساعد فهم العوامل التي تنتبأ بالوفيات المبكرة في تحسين النظم الصحية، وتوجيه الجهود الوقائية نحو الفئات

وأظهرت الدراسات أن المرضى الذين لديهم مستويات مرتفعة من Oncostatin M لا يستجيبون للعلاجات الشائعة، ما يجعله مؤشراً حيوياً على شدة المرض، واحتمال فشل العلاج. وباستخدام تقنيات متقدمة، مثل "سلسلة الخلية الوحيدة" (Single-cell sequencing)، اكتشف الباحثون أن الأنسجة الملتهبة تحتوي على عدد كبير من الخلايا التي تمتلك مستقبلات Oncostatin M. مقارنة بالأنسجة السليمة. كما أن IL-22، الذي عادة يحمي الأنسجة، يزيد من حساسية الأنسجة لهذا الجزيء عبر رفع عدد المستقبلات، ما يؤدي إلى تفاقم الالتهاب.

أمل جديد للمرضى في عينات من مرضى سرطان القولون والمستقيم الناتج عن التهاب الأمعاء المزمن، وجدت مستقبلات Oncostatin M بكثافة حول الأورام، لكنها كانت نادرة في الأنسجة السليمة المجاورة، ما يشير إلى أن هذا المسار الالتهابي قد يلعب دوراً في تطور السرطان. ومع ذلك، فإن التهاب الأمعاء المزمن لا يؤدي دائماً إلى سرطان الأمعاء، ولا يتأثر كل مريض بالطريقة نفسها. من جانبها، قالت الباحثة المشاركة في الدراسة، بريتا زيجموند، مديرة قسم أمراض الجهاز الهضمي في

في دراسة حديثة، نُشرت في مجلة "نيتشر إميونولوجي" (Nature Immunology)، أعلن باحثون من مستشفى شاريتيه الجامعي في برلين عن اكتشاف نهج علاجي جديد يمكن أن يحد من عمليات الالتهاب المستمرة في الأمعاء، ما يمهد الطريق لعلاجات أكثر فاعلية في المستقبل.

خطر الإصابة بالسرطان تبدأ أمراض مثل داء كرون و التهاب القولون التقرحي غالباً بشكل تدريجي، أو على شكل نوبات حادة، مصحوبة بتقلصات شديدة في البطن، وإسهال، وفقدان في الوزن، والإرهاق، إضافة إلى زيادة الضغط النفسي. وقد يؤدي التهاب الأمعاء المزمن إلى تلف دائم في الأنسجة، وزيادة خطر الإصابة بالسرطان. وبينما تركز العلاجات التقليدية على كبح الجهاز المناعي بالكامل، فإن العلاجات الحديثة تستهدف جزيئات محددة مسؤولة عن تحفيز الالتهاب. ولا تزال الأسباب



اكتشاف مفتاح محتمل للوقاية من الخرف قبل سن الثمانين

أكدت دراسة حديثة، أجرتها كلية جونز هوبكنز بلومبرغ للصحة العامة، أن الوقاية من الخرف قبل سن الثمانين ممكنة عبر التدخل المبكر في عوامل الخطر الوراثية الشائعة.

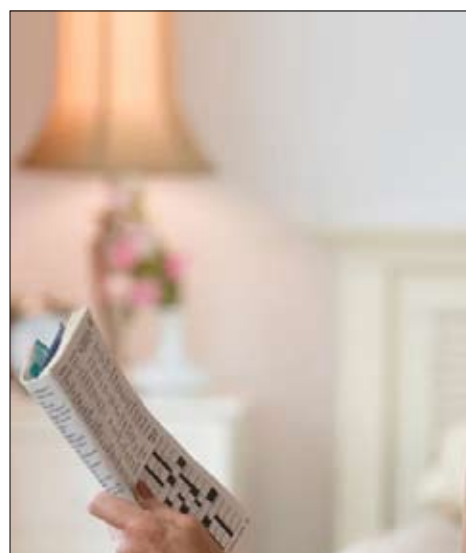
وأظهرت الدراسة أن هذه العوامل، بما في ذلك ارتفاع ضغط الدم والسكري والتدخين، تساهم في ما يصل إلى ٤٤% من حالات الخرف.

السن، مثل ضبابية الذهن ونسيان الأسماء، ما قد يعيق التشخيص المبكر. كما يعقد الأمر التدخل الشائع بين إصابات الأوعية الدموية وأمراض ألزهايمر، ما يجعل من الصعب تحديد مدى تأثير السيطرة على عوامل الخطر الوراثية في الوقاية من الخرف.

وفي الدراسة، استخدم الباحثون تحليلاً طويل الأمد شمل أكثر من 12000 شخصاً تتراوح أعمارهم بين 45 و74 عاماً، من 4 مجتمعات أمريكية، مع متابعة مستمرة لأكثر من 33 عاماً. وتبين أن نسبة الخرف المنسوبة لعوامل الخطر الوراثية تتصاعد مع التقدم في العمر، إذ بلغت 21.8% لمن هم بين 45 و54 عاماً، و26.4% للفئة 55-64، و44% لمن هم بين 65 و74 عاماً، في حين انخفضت هذه النسبة بشكل ملحوظ بعد الثمانين.

كما أظهرت الدراسة ارتفاعاً في نسب الإصابة بين غير الحاملين للجين APOE ε4 (مرتبط بزيادة خطر الإصابة بمرض ألزهايمر)، والذين يعتبرون أقل عرضة جينياً للمرض، وكذلك بين المشاركين ذوي البشرة السوداء والنساء، حيث بلغت النسب 61.4% (لن تتراوح أعمارهم بين 65 و74 عاماً) و52.9%

يلعب دوراً رئيسياً في هذه الحالة. ويؤدي تضيق أو انسداد هذه الأوعية إلى نقص إمداد الأكسجين لخلايا الدماغ، ما يسبب تلفها. وتتشابه أعراض المرض المبكرة مع علامات التقدم في



ومع تصاعد معدلات الخرف عالمياً، يظل فهم أصول المرض محدوداً، ما يصعب جهود الوقاية والتأخير. ويُعتقد أن مرض تصلب الشرايين الدماغية الصغير، الناتج عن تلف الأوعية الدموية الصغيرة في الدماغ،



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

السياحة

العدد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : السباري لخدمات إدارة المشاريع
العنوان : مكتب رقم 103 ملك امته عبدالله محمد مشوط - الرقة - (تشكل القانوني
شركة ذات مسؤولية محدودة) - الشخص الواحد (م.م) د. رقم الرخصة : 1178459
رقم القيد بالسجل التجاري : 1963754 بموجب هذا نعلن بانه اثر الاقتصاد
والسياحة و في شأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة
المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 28/5/2025 والموفق لدى
كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 28/5/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة
التقدم إلى الضني العین التاشیه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914
ملك مؤسسة محمد بن راشد لدم المشاريع - ديرة - بن سعيد - هاتف :
04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق
الوثيقية والحد خلال (يوماً) من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

Official stamp of the Government of Dubai, Ministry of Economy and Tourism. The stamp is dated 1447/05/20 and certifies the registration of the commercial register for the company 'Mawadha' (موضدة). The text on the stamp includes: 'شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي' (Certificate of registration in the commercial register - by appointment of liquidators) and 'اسم المصفي: اتش ايه ام للتليق الحسابات' (Name of the liquidator: Ats Ah Ah Am for accounting services). The stamp also includes the company name 'موضدة' (Mawadha) and the registration number '04-2973061'.

حكومة راس الخيمة

دائرة المحاكم



محكمة راس الخيمة
Ras Al Khaimah Courts

70448

العدد ١٤٨٧ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٥

إخطار دفع بالنشر

رقم الملف 1291/2025 تنفيذ تجاري



بناء على طلب / المحكوم له / إنك انتس اس بي سي الشرق الاوسط الحدود فرع دبي
الجنسية

إندريو ماكسويل جريفيتس، الجنسية المملكة المتحدة
ANDREW MAXWELL GRIFFITHS

ليكن معلوماً لديك بأن محكمة راس الخيمة قد أصدرت بحقك حكماً بتاريخ
2025/3/19 في القضية 77/2025، بالتداني تجاري، بالزامك بدفع مبلغ وقدره
453771.21 درهماً ضاملاً الرسوم والصاريف. وبما أن المحكوم له اعلاه قد تقدم
بطلب لتنفيذ حكم وسجل بالرقم المشار اعلاه، فأنت مكلّف بتنفيذ ما جاء اعلاه خلال
١٥ يوم من تاريخ التبليغ وبإلّا تخلفن عن ذلك فلان المحكمة ستستخذ بحقك الاجراءات
القانونية المناسبة لتنفيذ الحكم والرسوم المرتبة عليك.

قسم التنفيذ

	حكومة الشارقة دائرة القضاء	
70392	العقد ٢٠٢٥/٦/٢٥ بتاريخ إعلان منفذ شدة النشر	
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - فياض سلطان احمد إخاطر في / القضية رقم 0000982/ 2025 SHXCICOMS25 تجاري		
إلى المحكوم به: فياض سلطان احمد / العنوان: الشارقة - ضاحية حوان - الإبار - متجر السارية للوفاء لتليفون / 0565996621-0565990082 حيث ان بتاريخ ٢٢ من المحرم الحرام الموافق صورة تعيد عن ذلك الصالح المدعي الشرعة مجموعة الإفراط للانصافات لمجموعة (م) مكلف (ين) حضور في القضية البشرا األعد وما ان المحكوم به التفرغ عن تقديم بقدم تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسوم المحدد لذلك، وبما ان الخطة لم تنفذت كالآتي: 38,341.00 المجموع الكلي شاملا الرسوم والضاريف لكذلك ان مكلف بتنفيذ ما جاء به اسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) من ذلك فأت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) من ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري / الفقرة قالوها.		
محكمة التنفيذ المدنية		



حكومة الشارقة

دائرة القضاء



70535
العدد ١٤٤٨/٢٥ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٥

إعلان مفتاح هذه النشرة

محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - مارييتس اتلوسا مانالوتو

إخطار دفع في القضية رقم 770002727 من 06/00/2025 SHCXECI0000027 الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : مارييتس اتلوسا مانالوتو / العنوان : إمارة الشارقة منطقة القاسمية الدن مقابل فندق البستان - هاتف رقم 971568087910 / 971509736664

حيث ان التاريخ من صدر الحكم المرفق صورة عن ضدك لصالح المدعي المنفذ / بيلال كامل زين / القضيبة اتلوبي

والقبضه المشار اليها اعلاه

ويعاين ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم ودفع الرسم الحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع على ضاملا الرسوم واصراف 91500 درهم.

لذلك اتكف بتفتيش ما جاء به السند التنفيذي من ابله اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ اعلائك / اعلائك بهذا الإخطار. و حاله تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

٢٠٢٥/٧/٢٥ | بتاريخ

١٤٤٨٧ هـ

العقد

رقم 32 لسنة 2025 عقاري جزني

في الدعوى

المقامة من / ا/ ايهام ابو القوساطة (مقدم الطلب) ضد / ب/ نتاج

نعلن لجنة الخبرة الثنائية الجبرير العقاري / اسماعيل ابراهيم عبد الله محمد الحمادي، و(خبر ونشئة معلومات) / خالد عبد محمد بن مديدة الفلاسي، أنه تم تعييننا من محكمة دبي الابتدائية لفرقة لتتدقيق مهمة لجنة الخبرة الادارة بحكم المحكمة الصادر بجلسته 2025/٧/٢٥ في الدعوى الابتدائية اعلاه - كما نعلن اننا على الدفكر اعلاه - لحضور اجتماع لجنة الخبرة الادارة في جلسة الخميس الموافق 2025/٧/26 في تمام الساعة 05:00 مساءً وذلك من خلال الاتصال بالبريد الإلكتروني لجميع الأطراف الراغبين في تقديم رؤىهم (ZOOM) على الرابط ادناه، وفي حال اي استفسارات يرجى الاتصال على هاتف رقم 0521900976 بالمشاور

Time, Noon 12 PM Dubai

Join Meeting

https://us06web.zoom.us/j/81645281395?pwd=YUMTC0aa1zQt05fs1U7UCboadYyU6.1

Meeting ID : 816 4528 1395

Passcode : 73200

الجبرير العقاري / اسماعيل ابراهيم الحمادي

قيد محاكم دبي 192



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



الجمهورية
اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



الجمهورية
اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٥/٢٥/٢٠٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : اي ستورات تصميم مواقع الشبكة المعلوماتية (الانترنت) ذ م م
 العنوان : مكتب رقم 203 ملك علي محمد سعيد بوجيسم - القروم - الشكل القانوني
 : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1296040 رقم القيد بإسجل التجاري :
 2197777 بموجب دنا تعلن وزارة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في
 السجل التجاري لديها بإحلال المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2025 والموثق في كتاب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/6/2025
 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضر المعين أية أم أو الانضاري
 لتدقيق الحسايات العنوان : مكتب رقم 1 2903-1 رقم الضخ هزاع بن زايد
 بن سلطان آل نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 44-2955582 فاكس :
 44-2955598 مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول






حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

البحر

العقد ١٤٤٨٧ هـ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: ايه ٨ م الاصاري لتدقيق الحسابات

العنوان: مكتب رقم 1- 2903/ ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان آل نهيان -

المركز التجاري الأول - هاتف: 042555582 فاكس: 042555988 بموجب

هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفي

أي ستورات تصفية مواقع الشبكة المعلوماتية (الانترنت) ذ م م وذلك بموجب

قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ

17/6/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في

مكتبة الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق

الثبوتية والشهنية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذه الإعلان

المسؤول الخوّل



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



الأنشطة الاقتصادية والسياحية
Economic and Tourism Activities

العدد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٥/٢٥/٢٠٢٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة: مراد مبرهان تجارة السلع باحلاله - ذ م م

العنوان: مكتب رقم 104-120 ملك شركة الرستمانى العقارية (ش ذ م م) مطار دبي الدولي - الشكل القانوني: ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م)، رقم الرخصة: 1447543 في السجل التجاري: 2481335 بموجب هذا نعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محام رقم 18/6/2025 والموافق على كتاب العدل المحامى رقم بتاريخ 18/6/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى الصفي العيني أيام ٤ أم الانصاري لتطبيق الحسايات الغنائ: رقم 2903-1 ملكه موهى سراج بن زايد بن سلطان آل نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف: 40-2955582 فاكس: 40-2955598 - مصلحيه كافة كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ هذا الإعلان

السلطان المولى




حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العربية

العدد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: ايه ٨ م الاصاري لتدقيق الحسابات
العنوان: مكتب رقم 1-2903-10000 ملك قسم الشح خراج بن زايد بن سلطان آل نهيان -
المركز التجاري الأول - هاتف: 04-2955582 فاكس: 04-2955588 بموجب
هذا تلعن الإقتصاد والسياحة في ما قد تلعن تعيين المصفي المذكور أعلاه تصفية
مراد ميردنان التجارة السلع بالجملة - م د م وذلك بموجب قرار محاكم في بتاريخ
18/6/2025 والموافق لدى كاتب العدل محاكم في بتاريخ 18/6/2025 وعلى
من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدّم إلى المصفي المعين في مكتبته الكائن بدبي على
العنوان المذكور أعلاه، مضطجاً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال
(45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



الإقتصاد والتجارة
 GOVERNMENT OF DUBAI
 Economy and Tourism

العدد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة
 اسم الشركة: مطعم ومقهى الملك العربي للاتصالات الشيعية ش ذ م م
 العنوان: مطعم ملك خالد سعيد عمار عمير الجابري - ديرة - الداحم - الشكل القانوني: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة: 685709 رقم الفيد بالسجل التجاري: 1112253
 موضح هنا نعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لتبديل/إحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2025 والواقع لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/6/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضر المعين إليه & ٨ الانصاري لتتقيق الحسابات العنوان: مكتب رقم 1-2903 04 سوسالشيخ هزاع بن زايد بن سلطان آل نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف: 04-2955582 فاكس: 04-2955598
 خلال (45) يوماً من تاريخ نشره في الإعلان

المسؤول المخول





العقد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٥
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي: ايه & أم الانصاري لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 1- 2903- ملك سمو الشيخ خزاع بن زايد بن سلطان آل نهيان
المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582
بموجب ما تعفن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه
لتصفي مطعم ومقهى الدار الملكي للاكلات الشعبية ش م د م وذلك بموجب
قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2025 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ
17/6/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في
مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق
الاثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشره هذا الإعلان
المسؤول الخول





حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

البحر

العقد ١٤٤٨٧ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين ماضي

اسم المضي: أن بي ان لراحة الحسابات ش ذ م م

العنوان: مكتب رقم 4044 مجمع مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد

هاتف: - فاكس: - بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المضي المذكور أعلاه لتفسيص استاتس للتجارة للمعدات ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 10/6/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 10/6/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المضي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



الجمهورية العربية السعودية
MINISTRY OF JUSTICE

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محكمة دبي
DUBAI COURT

70197

العدد ٢٠٢٥/٦٢٥ بتاريخ ١٤٤٨٧

اعلان النشر

في الدعوى رقم: ٢٠٢/٢٠٢٥/عقاري كلي



تخلو: في دائر إدارة الدعوى التالية رقم ١٠١

موضوع الدعوى : المطالبة بصحة ورفاق ضد البيع والرسوم والصاريف ومقابل اتعاب المحاماة .

الداعي: ربهيتا شحيب جليل - وأخرون

مناوئة الامارات - امارة دبي - مدينة الخليج التجاري - دبي - مراسي سراسي - داياف - ميني باي سكوير

شقة - ٥٠٥٨٣٦٦ - ٥٠٥٨٣٦٦ - ويملكه سالم عليك سلطان علي الحمادي

مطلوبو اعلان: ١- اكسباوير بيتنج - صفته : مدعي عليه

موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بصحة ورفاق ضد البيع والرسوم والصاريف ومقابل اتعاب المحاماة - وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٥/٦٢٥/١ الساعة ٩,٠٠ من صباح في قاعة التفاوض من بعد ذات فنتك بالخصوص أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ٢٠٢٥/٦٥ بتاريخ ١٤٤٨هـ إعلان رقمي لحكم بمثالية الحضور بالنتشر الدعوى رقم: ٢٠٢٤/٢٠٦ تجاري كلي	الفجر المطوية، في الدائرة الكلية التجارية الأولى رقم ٣١ موضوع الدعوى : المطالبة بالأزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (٣٦٧٩٢٠) درهم والرسوم والضرائب الطاعن بالحكام : المرافعة % ٥ من تاريخ الاستئناف الحاصل في ٢٠٢٤/٧/٣٠ وحسب الأوامر التام . المحامي : المحامي حسن علي الجبري ش.و. عنوانه : الإمارات) اماره دبي - منطقة الخليج التجاري - مبنى برج اي تي آيه - ستار فلانة - مشقة ٥٠٦ - ٥٠٦١٩٨٩٩ المطلوب إعلان : ١ - أذكور ش.ح. صفة : مدعي عليه فروصعود الإعلان : قررت محاكم دبي الابتدائية اعلانكم بالحكم الصادر بتاريخ: ٢٠٢٥/٥/٢٠ بمثابة الحضور لاجل اطلاع على تفاصيل الحكم لابد من استخدام خدمات محاكم دبي لتقانونية والمدكية.

[illegible][illegible][illegible]



دولة
الإمارات العربية المتحدة
السلطنة

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



دولة
الإمارات العربية المتحدة
السلطنة
DUBAI COURT

70392

العدد ٢٠٢٥/٦٣٥ بتاريخ ١٤٤٨٧

اعلان بالنشر

في الدعوى رقم: ٢١٨٤٠/٢٠٢٥ مدني جزئي

الفجر

المطروعة (بالدعوة ابرادة الدعوى) المتنازع رقم ٤١٢

الطالبة بإتزام المصاريف عليها بمبلغ وقدره (٢٦٧٠٠) درهم والتعويض (٢٨٧٠٠٠) درهم

المستوفى والمصاريف والمطلوبة والمطلبة :- في تاريخ هذا الدعوى وحتى السداد التام من مبلغ اوراق الدعا

٢٠٢٥/٦٣٥ :-

الذات اكرم محمد سليمان

٨٠٠ :- اوراق الامارات اماره في - دولة - بوسعيد - دولة - في شارع الاتحاد - مدينة بنينا بزنس افينيو - في مكتب رقم

٨٠٠ :- اوراق ميراث ابراهيم - ٥٠١٤١٧ - ٥٠١٤١٧

المطوب لاهما :- ا - جرات فراكس ويلفان مالتر - ٢ - ا سي ايه في لمقرات العلين في د.ج.م - مستفاه :-

مدعي عليها :-

مستوفى الاعلان :- في اقام عليك المصاريف وموضوعها الخالية بإتزام المصاريف عليها بمبلغ وقدره (٢٦٧٠٠) درهم

التعويض (٢٨٧٠٠) اماره في - دولة - بوسعيد - دولة - في شارع الاتحاد - مدينة بنينا بزنس افينيو - في مكتب رقم

اتام مع مبلغ اوراق الدعا :- ٢٠٢٥/٦٣٥ :- وحديث في جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٥/٦٣٥ الساعة ١٠.٠٠ في

الخاص في بعد ذلك اتمت مكالمة بحضور :- في ممتلك قانونيا وعليه بتقديم ام دليلا من مذكرات او

استندات للمحكمة قبل الجلسة بامانة بامالة في اقل.

دريك النسيم

منوعات الفكر 27



نوران ماجد مدبرة أعمال ياسر جلال في مسلسلات «العدالة وجه آخر»

تواصل الفنانة نوران ماجد تصوير دورها في مسلسل للعدالة وجه آخر الذي انطلق الأسبوع الماضي للعرض على إحدى المنصات الرقمية، حيث تجسد نوران شخصية مساعدة ومديرة أعمال ياسر الذي يظهر بدور مذيع تلفزيوني.

مسلسل للعدالة وجه آخر مكون من 15 حلقة تأليف عمرو الدالي وإخراج محمد يحيى مورو، ومن بطولة ياسر جلال الذي يجسد دور مذيع تلفزيوني، وأزوي جودة التي تظهر في دور زوجته، ومحمد علاء جامايكا الذي يلعب شخصية ضابط شرطة، والفنانة الشابة نوران ماجد إضافة إلى عدد آخر من الفنانين.

مسلسل "للعدالة وجه آخر" بدأت تحضيراته العام الماضي، وكان مرشح للعرض في موسم دراما رمضان 2025، ولكن تم تأجيله بسبب عرض "جود 2" وضعية تواجد ياسر جلال بمسلسلين من بطولته في نفس الموسم بسبب أمور تسويقية.

نوران ماجد ممثلة شابة بدأت مشوارها الفني قبل عامين بالمشاركة في أكثر من مسلسل منها "الاختيار 3" و "دوبامين"، ثم جاء فيلم "ولاد رزق 3 – القاضي" ليكون نقطة التحول في مسيرتها بعدما ظهرت خلال الأحداث بدور رغدة التي استقبلت ولاد رزق بعد وصولهم السعودية لترتيب تواجدهم قبل عملية السرقه، وتسبب هذا الدور في معرفة الجمهور لها كما تلقت العديد من عروض السينما والدراما بعد ذلك.

وشاركت نوران ماجد في مسلسل "أهل الخطايا" الذي تم عرضه في شهر رمضان الماضي، وقدمت أحد الادوار الرئيسية في العمل الذي قام ببطولته: جمال سليمان، رانيا يوسف، سوسن بدر، محمد ثروت، أحمد فهمي، فرح الزاهد، إسلام جمال، إسلام كابونجا، ولاء الشريف، ونام مجدي، سارة درزاوي، أشرف زكي، عايدة فهمي، عيبر منير وتأليف أحمد أنور ومحمد عبد القوي، وإخراج رؤوف عبد العزيز.



مسرحية تشهد تلاحماً نادراً بين عبقرية النص الشكسبيري، وقوة الأداء التمثيلي

يحيى الفخراني يعيد وهج الكلاسيكيات إلى المسرح القومي عبر "الملك لير"

صراعات إنسانية يتتبع العرض خطوط المأساة التي رسمها شكسبير ببراعة في عمله الخالد، حيث تتجلى الصراعات النفسية والإنسانية في أوجها، بين جنون السلطة، وخيانة الأبناء، وتلاشي الذات. ويقدم الفخراني شخصية الملك "ليـر" وهو في عمر متقارب مع سن الشخصية الحقيقي، ما يمنح الدور عمقاً مضاعفاً، حيث تُنقل مشاعر الندم، والحكمة، والانتكاس بشكل حي، يأسر وجدان الجمهور ويجعله شريكاً في الرحلة الدرامية التي تمتد لعوالم الإنسان الداخلية.

حماس الفخراني بحسب ما كشفه المخرج شادي سرور في تصريحات لموقع "القاهرة الإخبارية"، فإن المبادرة بإعادة تقديم المسرحية جاءت من الفنان يحيى الفخراني نفسه، الذي اختار العمل بحماس بالغ، وتواصل مباشرة مع سرور بعد أن أعجب ببعض أعماله السابقة، ليبدأ المشروع فعلياً في أغسطس الماضي، ومنذ ذلك الحين تتواصل البيروقات بشكل يومي دون انقطاع.

ويقول "سرور" عن الفخراني: "قيمة فنية راسخة، يتمتع بإحساس فني نادر والتزام استثنائي، يحضر إلى المسرح قبل موعد العرض بنصف ساعة على الأقل، ويؤدي أدواره بإخلاص يظهر في كل حركة وتعبير، ويهتم بأدق التفاصيل، ما يعكس حصيلة سنوات طويلة من الجدية والاحتراف".

رهان على الشباب واحدة من أبرز التحديات التي واجهت العمل، كانت في اختيار فريق التمثيل، حيث قرر صناع العرض، وبحث مظلة البيت الفني للمسرح، عدم الاعتماد على أسماء جماهيرية معروفة إلى جانب الفخراني، بل منح الفرصة لمجموعة من الطاقات الشابة المتميزين إلى البيت الفني.

في البداية، أبدى الفخراني بعض التحفظات على هذه الخطوة، وفضل الاعتماد على ممثلين ذوي جماهيرية، حافظاً على مستوى العرض، لكن المخرج "شادي سرور" أصر على اختبار الشباب في البيروقات.

ويضيف سرور في هذا الصدد: "عندما شاهدتهم الفخراني على المسرح، أعجب بهم كثيراً، وقال لي: هؤلاء بالفعل نجوم مميزون. وبذلك تحول العرض إلى منصة حقيقية لاكتشاف ودعم المواهب، وخلق مساحة نزيهة لتألق الجيل الجديد".

رسالة خالدة يشدد شادي سرور على أن الهدف من تقديم العرض لا يقتصر على الاحتفاء بالكلاسيكيات، بل يتجاوز ذلك إلى محاولة مخاطبة وجدان الجمهور المعاصر، خاصة فئة الشباب، عبر عمل يتناول صميم العلاقات الإنسانية. ويقول: "مسرحية (الملك لير) تتناول العلاقة المعقدة بين الآباء والأبناء، وما تحمله من حب وصراع وخذلان، وهي موضوعات تمس جوهر الإنسان في كل زمان ومكان".

ويضيف أن العبقرية الشكسبيرية تكمن في صياغة هذه الرسائل بلغة أدبية راقية، ما يجعلها خالدة، متابعا: "أحرص على إخراج العرض بروح معاصرة، تحترم النص الأصلي، لكن في الوقت نفسه تقترب من المتلقي وتجعله يشعر أن هذه القصة تخصه، سواء كان من جيل الشباب أو من عشاق المسرح الكلاسيكي".



مخرج "بلا ولا أي كلام" : ماجدة الرومي منحت "الكليب" بعدا روحيا

قدمت الفنانة اللبنانية ماجدة الرومي أخيراً أغنيיתה الجديدة "بلا ولا أي كلام" في كليب يحمل توقيع المخرج اللبناني رامي أبو منصف، حيث اجتمع الصوت القوي مع الصورة الحاملة في عمل يمزج بين الرقي والبساطة، بمشاهد طبيعية تنبض بالحنين.

لحظة تعلم وتقدير وامتنان، إذ أدركت من خلال هذا التعاون أن الفن الحقيقي لا يُقاس بالمدة التي يستغرقها العمل، ولا بالإمكانيات المادية، بل بقدرته على لمس أرواحنا والبقاء فيها، بهدوء وصمت".

بلا ولا أي كلام

والشخصي. وأضاف: "كليب بلا ولا أي كلام كان فرصة ثمينة لأن أعبر عن رؤيتي الخاصة لما أطلق عليه السينما الشعرية، أي تلك الصورة التي تتحدث بلغة الهدوء، وتخطب القلب دون صخب أو شرح، فهو عمل يؤمن بأن الصمت أحياناً أبغ من آلاف الكلمات، وأن اللقطة الصادقة البسيطة يمكن أن تهز وجدان الإنسان إذا لامست عمق روحه".

وتابع: "كما أن العمل مع السيدة ماجدة الرومي لم يكن تعاوناً فنياً، بل كان لقاء إنسانياً راقياً، وجودها أضفى على المشروع بُعداً روحياً خاصاً، وجعل من كل لحظة في موقع التصوير

الأغنية.. "الإحساس لا يحتاج إلى كلام".

يوضح المخرج اللبناني أن المشاهد التي تضمنها الكليب نسجت بين شاعر، لا بعدسة مصور فقط، إذ يؤكد أنه "على الرغم من أن بعضها كان مُعداً مسبقاً، لكن عملية دمجها بانسيابية مع ظهور السيدة ماجدة الرومي، وتماشيها مع إيقاع الأغنية الهادئ، تطلب دقة شديدة وحساسية فنية عالية".

وعن أبرز المشاهد التي تطلبت جهداً إخراجياً خاصاً، قال "أبو منصف": "أحد أكثر المشاهد التي استلزمت حساسية عالية ذلك الذي تظهر فيه السيدة ماجدة الرومي واقفة وسط الطبيعة بصمت تام، تتأمل الأفق أو تتفاعل بإيماء هادئة فلم يكن مجرد صورة، بل لحظة شعورية خالصة، حيث تطلب توازناً دقيقاً في الأداء، لأن أي مبالغة في الحركة أو النظرة قد تفقد المشهد صدقه وعمقه العاطفي، فالكاميرا هنا لم تلتقط حدثاً، بل التقطت إحساساً".

تجربة فنية عميقة اعتبر المخرج رامي أبو منصف أن هذا العمل لم يكن مجرد مشروع إخراجي بالنسبة له، إذ قال إنه كان بمثابة تجربة إنسانية وروحية تركت أثراً عميقاً في نفسه على المستويين المهني

من عدة جوانب رمزية وجمالية تعبر عن صفاء الشاعر، وتضيف بُعداً بصرياً شاعرياً، يدعم فكرة أن الجمال يمكن أن يحكى من دون كلام.

أضاف: "حاولت مزج الصورة مع الإحساس العميق الذي تحمله أغنية الفنانة ماجدة الرومي، بترجمة الكلمات والمشار من خلال الطبيعة فقط، دون اللجوء إلى أي حوار أو تفسير آخر، تماماً كما تقول

يشير المخرج اللبناني رامي أبو منصف في تصريحاته لموقع "القاهرة الإخبارية"، إلى أن عملية التحضير للكليب بدأت قبل شهر، إذ كانت الفكرة حاضرة في ذهنه منذ البداية، ومع وضوح الرؤية، انطلق مباشرة نحو تصوير المشاهد الطبيعية، حيث عززت وجود مناظر الطبيعة والطيور والخيول في الكليب الفكرة الأساسية



دراسة تظهر خطر العمل الليلي على صحة النساء

أظهرت دراسة أجراها علماء من جامعة مانشستر البريطانية أن النساء اللواتي يعملن في مناوريات ليلية قد يتعرضن لمضاعفات صحية خطيرة.

وأشارت مجلة ERJ Open Research إلى أن العلماء في الجامعة وخلال الدراسة التي أجروها قاموا بتحليل بيانات 274 ألف شخص عامل، تم الحصول عليها من البنك الحيوي البريطاني، وبينت دراستهم أن النساء اللواتي يعملن في نوبات ليلية أكثر عرضة للإصابة بالربو من المتوسط إلى الشديد مقارنة بمن يعملن خلال النهار فقط. وخلال الدراسة قام الباحثون

بتقسيم بيانات الأشخاص تبعاً لجدول عملهم إلى ثلاث فئات، أشخاص يعملون في نوبات نهائية فقط، وأشخاص يعملون في نوبات ليلية، وأشخاص لديهم جدول عمل مختلط ما بين الليل والنهار، وكان من نسبة 5.3% مصابين بالربو العادي، فيما عانى 1.9% من أمراض الربو المزمنة التي تحتاج للاستخدام المستمر للبخاخات العلاجية والمضادة للحساسية.

أظهرت نتائج التحليلات أن النساء اللواتي يعملن في نوبات ليلية أو مختلطة ما بين النهار والليل، يواجهن خطراً أعلى بنسبة 50% للإصابة بالربو المتوسط أو الشديد مقارنة بنظيراتها في العائلات في نوبات نهائية فقط، فيما لم تلاحظ عند الرجال نفس هذه العلاقة بين العمل الليلي وارتفاع خطر الإصابة بالربو.

وأشار الباحثون أن طبيعة دراستهم التي اعتمدت على الملاحظة وتحليل البيانات لا تسمح لهم بتحديد علاقة سببية مباشرة بين العمل الليلي والإصابة بالربو، ولكن من المحتمل أن نوبات العمل الليلي قد يكون لها تأثير على التوازن الهرموني في الجسم، مما قد يساهم في تفاقم مشاكل الجهاز التنفسي مثل الربو، خاصة لدى النساء.



منوعات الفكر

اكتشاف العامل الرئيسي المحتمل للشيخوخة البيولوجية

يشير علماء جامعة كامبريدج إلى أن النخر، وهو شكل من أشكال موت الخلايا غير المنضبط، قد يكون عاملاً رئيسياً في الشيخوخة البيولوجية.

وتشير مجلة Oncogene، إلى أنه وفقاً لتوضيح العلماء، النخر هو شكل مدمر ومضطرب من موت الخلايا، يسبب الالتهاب، ويتلف الأنسجة المحيطة، ويساهم في تطور الأمراض المزمنة. وهو على عكس موت الخلايا المتحكم به - موت الخلايا المبرمج - صاحب النخر تمزق الأغشية الخلوية، وتفتت الحمض النووي، وإطلاق عشوائي لمحتويات الخلايا. وتقول الباحثة كارينا كيرن، مؤسسة الشركة البريطانية LinkGevity للتكنولوجيا الحيوية: "قد يكون النخر آلية الشيخوخة الرئيسية وليس مجرد نتيجة للشيخوخة".

وتضيف موضحة: "تصبح الخلايا مع التقدم في السن، أكثر عرضة للنخر، ما يؤدي إلى تراكم الضرر، وانخفاض مقاومة الجسم، وتسارع التدهور البيولوجي".

وقد درس الباحثون دور النخر في تطور السرطان، وأمراض القلب والأوعية الدموية، وأمراض الكلى، والتئكس العصبي. وأوضح أن التأثير المدمر للنخر كان واضحاً بشكل خاص في الأشكال العدوانية من السرطان. وأن موت الخلايا غير المنضبط ساهم في نمو الأورام، ما أدى إلى نمو أوعية دموية جديدة، وأدى إلى عدم استقرار المناعة.

ووفقاً للباحثين قد يصبح استهداف العمليات التي تسبب النخر - مثل اختلال توازن الكالسيوم في الخلايا - اتجاهاً جديداً في علاج الأمراض المزمنة المرتبطة بالعمر. أي أن فهم آلية النخر بحد ذاته يفتح آفاقاً جديدة في علاج الأمراض.

منتجات غير متوقعة تحسن جودة النوم

تشير الدكتورة داريا لبيديفا عالمة النوم أخصائية الغدد الصماء، إلى أنه منذ القدم تنسب إلى الحليب خصائص معجزة. وكانت كليبواترا تستخدم حمامات الحليب لتجديد شباب بشرتها.

وللحليب خصائص معروفة على نطاق واسع، حيث يستخدم لعلاج مرضى السل. كما ينصح من يعاني من صعوب النوم بتناول كوب من الحليب الدافئ، لأنه في بعض الحالات يساعد على النوم بسهولة.

وتقول: "الحليب الدافئ يريح، وهو منشط للجهاز العصبي. لكن لا يستطيع جميع الناس شربه، لأن البعض قد يعاني من عدم تحمله".

ووفقاً لها، يحسن الكيوي جودة النوم ومدته أيضاً. ولكن الأهم هو تركيز الشخص على أحاسيسه.

وتقول: "يجب أن يكون العشاء خفيفاً، وسهل الهضم، وذو مؤشر سكر منخفض، أي غير حلو جداً، وغير دسم، وغير حار جداً. فمثلاً قبل النوم، يمكن تناول جينا قليل الدسم، ولحم ديك رومي، ومكسرات (بذور البقطين، واللوز، والجوز تحتوي على المغنيسيوم، الذي له تأثير مهدئ). وبدلاً من الحليب، يمكن تناول شاي الأعشاب، لأن له تأثير مهدئ خفيف".



الممثلة الأمريكية كورتنى هوب خلال حفل ختام مهرجان مونت كارلو التلفزيوني الـ64 في موناكو. ا ف ب

قرأت لك فوائد الحليب للنوم

كشفت الدكتورة يكاتيرينا ميلنيكوكا أخصائية أمراض الباطنية لماذا يساعد الحليب على النوم بصورة سريعة.

وتشير الطبيبة في حديث موقع Gazeta.Ru، إلى أن الحليب يؤثر إيجابياً في النوم بفضل احتوائه على الحمض الأميني التربتوفان الذي هو مقدمة للميلاتونين الذي يساعد على النوم بسرعة ويحسن نوعيته.

ولكن يجب أن نعلم أن الحليب غير ملائم للجميع. وتقول: "يعاني الكثيرون بعد بلوغهم 25 عاماً، من نقص إنتاج اللاكتيز ما يمنع هضم الحليب بسرعة. لذلك فإن تناول الحليب ليلاً من جانب قد يساعدهم على النوم بسرعة، ومن جانب آخر سيسبب الانتفاخ وكثرة الغازات، ما يلغي التأثير الإيجابي للحليب".

وتشير الطبيبة، إلى أن على الشخص الذي يعاني من مشكلات في النوم تناول الموز لأنه يحتوي على نسبة عالية من التربتوفان واليوثاسيوم والمغنيسيوم. وتساعد هذه المواد على استرخاء العضلات والنوم جيداً. كما تنصح بالاهتمام أيضاً بالمكملات الغذائية المحتوية على المغنيسيوم. وتضيف: ولكن قبل تناول المواد التي تساعد على سرعة النوم من الضروري أخذ سرعة هضمها وامتصاصها بالاعتبار. فمثلاً تحتوي الأسماك الحمراء واليازلاء على نسبة عالية من التربتوفان، ولكنها لا تصلح لتحسين النوم لأن هضمها يستغرق وقتاً طويلاً. لذلك تنصح بتناول الأطعمة البروتينية الخفيفة في الليل.

وتضيف، إذا لم تساعد هذه التوصيات بشأن تحسين نوعية النوم فيجب على الشخص مراجعة طبيب أخصائي. لأن إهمال هذه المشكلة غير صحيح، حيث قد تكون من أعراض مرض خطير مثل اضطراب عمل القلب والأوعية الدموية أو الجهاز العصبي.

سؤال وجواب

ما المقصود بالاستاتيكا؟
علم الجمال وكل ما هو جميل

ما هو معنى اسم «أديس أبابا»؟
الزهرة الجديدة

من مكتشف معدن اليورانيوم؟
الكيميائي الألماني مارتن كلايبروت هو مكتشف اليورانيوم .

من هم أول من استخدم التقريخ الاصطناعي للدواجن؟
المصريون القدماء

ما المقصود بالحكم العربي؟
الحكم الذي لا تراعى فيه قواعد القانون العام

هل تعلم؟

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

قصة واعظ القرية

كان هناك رجل يتنكر في ثياب المهائمين في حب الله فكانت الناس تلجأ اليه ليباركها من المرض ومن إحدى العصابات التي كان يطلق عليها العصابة السوداء لأنهم كانوا يتشجعون بالسواد فلا ترى منهم غير عيون بارزة شريرة يسلبونهم ما يملكون وأحياناً يختطفون إحدى البنات ثم يجدها الناس وقد قتلت ورميت في الجبل بعد أيام من اختطافها.

استمر الحال هكذا مع هذه القرية الضعيفة يأتي افراد العصابة يصرخون طالبين مالا وغلا لا وحيوانات ثم يختفون حتى جاء وقت اقتراب احد الشباب من ابيه وقال: ابي اريد ان أصرح لك بشيء في صدري.. ان صوت زعيم هذه العصابة يشبه صوت واعظ القرية، واقسم اني عندما سمعته ظننته هو، فانا ابدأ لم ارتج اليه.

فنظر الأب العجوز وقال: كان في صدري هذا الشئ ولم استطع البوح به.. لن ننكلم كثيراً، اذهب واجمع من أصدقائك من تحب ودعهم يأتون سرا .

استمر الشاب وأصدقائه يجتمعون سرأ لعدة أيام وكل يوم يزداد عددهم واتفق الجميع على خطة تتطلب الحرص التام، وفي اليوم المنتظر كان احد الحمالين يجربته وعليها كمية كبيرة من القش، فسقطت على الأرض وتفرقت وامتلا المكان بها، كان المكان هو مركز مرور افراد العصابة، انه مكانا ضيق لمدخل ساحة واسعة هي القرية وسوقها.. جاء من سكب الزيت على القش ويعض المواد التي تشتعل، وجاء من ذر البارود ووقفوا على المدخل الضيق ليمنعوا خروج الناس، وهنا اندلعت النيران فجأة من تحت أرجلهم لتطوقهم بخيولهم التي صرخت وصهلت كثيرا وألقت بهم على الأرض وسط النيران، وقاموا يجرون مسرعين ليطفئوا النار التي أمسكت بهم وسط ملقات رصاص شباب القرية، وحين نزع زعيمهم عنه غطاء رأسه الذي أمسكت به النيران فإذا به واعظ القرية، وهنا فقط عرف الناس ما عشوا فيه من خداع وغش، يومها لم ينجو احد من تلك العصابة بل حرص الشباب على قتلهم جميعاً وقتل ذلك الكابوس الذي عاشوا فيه زمناً.

