

منوعات الفكرة

ص 22

مخيمات صيفية بنادي سيدات
الشارقة وفروعه للأطفال
والفتيات من 5 إلى 16 سنة

ص 31

مي سليم:
رد فعل الناس على (لحم
غزال) كان أكثر من رائع



الصداع .. سبعة أعراض
يجب البحث عنها

ص 23

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

الأربعاء 7 يوليو 2021 م - العدد 13285
Wednesday 7 July 2021 - Issue No 13285

كيف نتخلص من بقع مزيل العرق على الملابس؟

تُسبب بقع مزيل العرق الحرق ذات اللون الأصفر، والتي تنشأ تحت الإببط، المظهر الأنيق للقميص أو التيشيرت خلال فصل الصيف. للإجابة عن هذا السؤال، أوضح منتدي الغسل الألماني أن بقع مزيل العرق تنشأ عندما يتماهى العرق مع مزيل العرق، مشيراً إلى إمكانية التخلص منها بواسطة مسحوق غسيل يحتوي على مُزيل للبقع أو المستحضرات المخصصة للإزالة بقع العرق. وإذا ظلت البقع موجودة، فيمكن حينئذٍ استخدام محلول حمض الليمون (حمض الستريك)، كما يمكن اللجوء إلى المستحضرات المخصصة لإزالة الصداً. وبعد المعالجة الأولية يتم غسل قطعة الملابس في الغسالة الأوتوماتيكية كالمعتاد.

طُفلك مصاب بالقمل؟ هذه النصائح تهلك

قال معهد الجودة والاقتصادية في القطاع الصحي إن إصابة رأس الطفل بالقمل تستلزم بقاء الطفل في المنزل وعدم الذهاب إلى رياض الأطفال أو المدرسة حتى يتم التخلص من القمل، وذلك لمنع انتقال القمل إلى الأطفال الآخرين.

وأضاف المعهد الألماني أنه ينبغي غسل الأمشاط والفرش ومشابك الشعر بالماء الساخن والصابون وعدم استخدامها لعدة أيام، كما ينبغي غسل البياضات والملابس والمناشيف الخاصة بالطفل في الغسالة في درجة حرارة 60 درجة مئوية. وبالنسبة للدمى القماشية، فإنه ينبغي وضعها في كيس بلاستيكي مغلق لمدة 3 أيام. وشد المعهد على ضرورة القضاء على القمل فور ظهوره، موضحاً أنه يمكن القضاء على القمل على بساتين، الأولى: تعمل على الجهاز العصبي لديه، والثانية تستهدف فتحات التنفس لديه. وتتمتع المادة الأولى على قاعدة نباتية كيميائية، بينما تعتمد المادة الأخرى على زيت السيليكون.

ويُعالج الغالب يُصاح باستعمال زيت السيليكون لعدم مقاومة القمل له، وذلك على العكس من الأدوية التي تعمل على الجهاز العصبي للحشرة، والتي أظهرت له مقاومة مع مرور الوقت. ولا يجوز استعمال العلاجات المنزلية مثل الخل والمايونيز أو حتى استخدام الجفص، وذلك لعدم الإضرار بفرور الرأس.



أفضل علاج لاحتقان الحلق .. جرّبيه

يحدث احتقان الحلق نتيجة التهاب الجزء الخلفي من الحلق، بسبب فيروس مثل الإنفلونزا أو نزلات البرد، وعادة ما يختفي هذا الاحتقان في غضون أيام قليلة.

وينتج التهاب الحلق العقدي عن بكتيريا تسمى Streptococcus pyogenes، والتي يتم علاجها بالمضادات الحيوية التي يصفها الطبيب. عادة ما يصل التهاب الحلق الفيروسي إلى ذروته في الشتاء وأوائل الربيع، عندما يكون الأشخاص غالباً في الأماكن المغلقة أغلب الوقت، حيث تنتشر الفيروسات عن طريق الرذاذ المتطاير في الهواء من العطس والسعال. وخلال السطور التالية؛ يُطلعك "سيدتي.نت" على أفضل علاج لاحتقان الحلق، بحسب موقع "ويب ميد". هناك عدة أسباب لاحتقان الحلق وهي:

- الحساسية من العفن والغبار والوبر وحبوب اللقاح.
- هواء داخلي جاف.
- فيروس العوز المناعي البشري.
- المهبجات، مثل تلوث الهواء والمواد الكيميائية والتدخين والأظعمة الحارّة.
- إجهاد العضلات من الصراخ أو الغناء بصوت عالٍ لفترة طويلة.
- سرطان الحنجرة.

أعراض احتقان الحلق

يمكن أن يكون احتقان الحلق أيضاً أحد أعراض الإصابة بكوفيد-19، ولكنه ليس شائعاً مثل الحمى أو السعال، لذا إذا كنت تعاني من أي أعراض كوفيد-19، أو كنت على اتصال بشخص تم تأكيد إصابته بالفيروس، فيجب أن تخضع للاختبار والحجر الذاتي؛ حتى تحسني على النتائج.

ويعدُّ أكثر أعراض احتقان الحلق شيوعاً بين البالغين هو ألم الحلق، في حين توجد بعض الأعراض الأخرى، مثل:

- ارتفاع درجة حرارة الجسم.
- صداع الرأس.
- حكة في الصوت.
- التهاب اللوزتين.
- سيلان الأنف.

- الخشونة.
- صعوبة البلع.
- تورم الغدد.

أفضل علاج لاحتقان الحلق

هناك طرق عديدة لعلاج التهاب الحلق الفيروسي الشائع وتخفيفه؛ لأنَّ المضادات الحيوية تعالج التهاب الحلق الناتج عن فيروس، لذا فلن تساعد في علاج التهاب الحلق الشائع.

يمكنك تجربة العلاجات المنزلية التالية:

الراحة والترطيب

من الضروري الحصول على قسطٍ وثير من الراحة والنوم، وشرب الكثير من السوائل؛ لأنها تمنع الجفاف وتحافظ على رطوبة الحلق. كما يجب تناول المشروبات المهدئة، مثل الشوربة الدافئة أو الماء الدافئ أو الشاي الخالي من الكافيين مع العسل، وتجنّب أي مشروبات تحتوي على الكافيين مثل القهوة؛ لأنها قد تسبب الجفاف.

مسكنات الآلام المتاحة دون وصفة طبية

إذا كان التهاب الحلق ناتجاً عن الحساسية، فيمكنك تناول مضادات الهيستامين التي لا تستلزم وصفة طبية لتخفيف احتقان الأنف والتخلص من التنقيط الأنفي الخلفي الذي قد يكون مهيجاً للحلق.

الطب البديل

بينما تحتاجين إلى مراجعة طبيبك قبل الاعتماد على الأدوية البديلة مثل شاي الأعشاب أو المستحلبات، يمكن شراء العديد منها دون وصفة طبية. ويجب عليك معرفة ما إذا كان هناك أي تفاعلات مع الأدوية الموصوفة أو المخاطر المحتملة بسبب تاريخك الطبي قبل تناول أي علاج عشبي.

الغرغرة بالماء المالح

امزجي ربيع ملعقة صغيرة من الملح مع كوب ماء وقومي باستخدامه في الغرغرة، ويمكنك القيام بذلك عندما تشعرين بالحكة أو الألم في حلقك. وباستخدام الملح، يتم سحب السوائل من أنسجة الحلق، مما يساعد على التخلص من الفيروس، وقد يخفف أيضاً من المخاط الذي يحتاج إلى الخروج.

أقراص المص

يمكنك مص بعض الأقراص التي تخفف من آلام الحلق والسعال، وهي متوفرة في الصيدليات دون وصفة طبية.

هواء نقي ومرطب

الجلوس في حمام مشبع البخار لعدة دقائق في كل مرة مريح جداً، وقد يساعد جهاز تنقية الهواء في المنزل على تخفيف الحالة، حيث يجب على الأشخاص الذين يعانون من التهاب الحلق تجنّب المهبجات المحمولة في الهواء؛ مثل دخان السجائر، أو بعض منتجات التنظيف.

مرضى السكري مهددون بالإصابة بـ «قدم شاركو»

قالت الرابطة الألمانية لأطباء العظام إن قدم شاركو (Charcot foot) هو أحد أنواع اعتلال المفاصل، الذي يصيب في الغالب الأنسجة والعظام والمفاصل في منطقة القدم والكاحل. وأضافت الرابطة أن هذا المرض، الذي تمت تسميته على اسم مكتشفه طبيب الأعصاب الفرنسي "جان مارتن شاركو"، يعتبر أحد مضاعفات مرض السكري، لذا يعرف أيضاً باسم "اعتلال المفاصل السكري"، وهو ينتج عن الاعتلالات العصبية الطرفية والمركزية، التي تؤدي إلى فقدان الإحساس بالأعصاب الحسية في القدم. وتتمثل أعراض قدم شاركو في احمرار المنطقة الجلدية المحيطة بالمفصل المصاب وتكون وذمة حول المفصل وخلع جزئي بالمفصل. وفي الحالات المتقدمة تحدث تشوهات مستديرة في القدم، كما قد تحدث تقرحات. ويتم علاج قدم شاركو بواسطة الأدوية، التي تقلل من تحلل الكالسيوم من العظام مثل عائلة البيسفوسفونات لتسهيل التئام الكسور في عظام القدم والكاحل وتجبير القدم والكاحل واستخدام دعائم المشي لتخفيف الضغط على القدم. كما قد يتم اللجوء إلى الجراحة عند وجود تهتك شديد في المفاصل والعظام. وفي الحالات الشديدة، التي لا يمكن علاجها بالطرق العلاجية المتاحة، وعند حدوث تقرحات دائمة لا يمكن شفاؤها، يتم اللجوء إلى بتر القدم. وتجنب هذه العواقب الوخيمة، يتعين على مريض السكري ضبط نسبة السكر بالدم وتجنب التعرض للسقوط.



لهذا السبب .. احذر هز الرضيع

حذرت مجلة "بيبي & فاميليه" الألمانية الوالدين من هز الطفل الرضيع بغرض تهدئته وإيقاف صراخه، حيث قد يؤدي ذلك إلى حدوث تلفيات جسيمة بالجسم والمخ. وأوضحت المجلة المعنية بالأسرة والطفل أن عضلات الطفل الرضيع تكون ضعيفة للغاية، وبالتالي يتعذر عليها الحفاظ على ثبات واستقرار الرأس، التي تكون كبيرة وثقيلة نسبياً. لذا تتأرجح الرأس عند هز الطفل جيئة وذهاباً بشكل خارج عن السيطرة. وخلال ذلك يصطدم المخ، الذي يكون حساساً للغاية، بداخل الجمجمة، ومن ثم يصاب الطفل بما يعرف "بمتلازمة الطفل المرتج". وتشكل هذه المتلازمة خطراً جسيماً على الطفل، حيث إنها قد تسبب في حدوث إصابات بالغة بأنسجة المخ ونزيف داخلي، ما قد يؤدي إلى حدوث تلفيات مستديرة، وفي أسوأ الأحوال قد يصل الأمر إلى حد الوفاة. كما أن متلازمة الطفل المرتج قد تسبب في بطء النمو الذهني للطفل، ومن ثم مواجهة صعوبات في التعلم. وحسب "بيبي & فاميليه"، فإن هز الطفل لشوان معدودة يكفي لحدوث تلفيات جسيمة تهدد حياته.

كبسولات نانوية تقضي على الأورام الليفية

توصل علماء من جامعتي البوليتكنك (UPM) وكميلوتنسي (UCM) في مدريد إلى تطوير كبسولات نانوية بوليميرية قابلة للتحلل وقادرة على إطلاق الإنزيمات مثل الكولاجيناز إلى مناطق عميقة من أنسجة الورم، مما يسمح بعلاج فعال للأورام الليفية. وبحسب النتائج التي توصلت إليها الدراسة التي أعدها العلماء ونشرت مؤخراً في دورية "أكتا بيوماتيياليا"، فقد تم التوصيل إلى مجموعة واسعة من التطبيقات الطبية النانوية الممكنة، قادرة على إيصال أدوية العلاج الكيميائي للأورام بشكل فعال. ولقهم طبيعة الأورام الليفية، يجب إلقاء نظرة على الكولاجين، وهو بروتين على شكل ألياف تشكل منه بشرتنا ويربط خلايا الأوعية والأنسجة معاً، لذلك فهو جزئي هام لوظائف جسم الإنسان، لكن في بعض الأحيان يزداد إنتاج الكولاجين بسبب بعض الحالات المرضية، مما يؤدي إلى زيادة صلابة الأنسجة، وتعطل عن أداء وظيفتها.

منوعات العقل

23

يصاب الكثيرون بالصداع من حين لآخر، وعادة ما يلجأون إلى مسكنات الألم لتخفيفه، ولكن ماذا لو كان الصداع أكثر من مجرد وجع خفيف واستمر الألم؟
ويقول الخبراء الطبيون إنه في حين أن الإصابة بالصداع أمر لا يدعو للقلق في الغالب، إلا أنه عند استمرار الألم قد يكون الصداع علامة على حالة خطيرة، ما يتطلب معرفة الأعراض التي يجب البحث عنها وتحديد ما إذا كان رأسك يحتاج حقا إلى الفحص.



تعرفه ما إذا كان علامة على حالات صحية خطيرة

الصداع . . سبعة أعراض يجب البحث عنها

أكثر شيوعا عند النساء (22%) من الرجال (8%).
في الصداع النصفي، لديك صداع متوسط إلى شديد من جانب واحد أو من كلا الجانبين يكون نابضا (تشعر بأن قلبك ينبض داخل رأسك)، مع غثيان و / أو قيء وحساسية للضوء والصوت والرائحة. ويفضل معظم مرضى الصداع النصفي الذهاب والاستلقاء في غرفة مظلمة وهادئة وتجنب النشاط البدني. ويوضح الدكتور أحمد أن ثلث مرضى الصداع النصفي يعانون من أعراض توحى بحدوث سكتة دماغية مثل الأضواء الساطعة، والخطوط المتعرجة، وعدم وضوح الرؤية، وضعف في الذراعين أو الساقين يستمر أقل من ساعة ويظهر تدريجيا.

وهذا يسمى الهالة ويختفي في غضون ساعة تقريبا متبوعا بالصداع. وأضاف: "غالبا ما يثير القلق من السكتة الدماغية ولكن على عكس السكتة الدماغية، فإن الأعراض تتطور تدريجيا على مدار بضع دقائق وتختفي خلال بضع دقائق". ويشير تورنر إلى أن هناك العديد من العلاجات للصداع النصفي، "عادة ما يتم تشخيص الصداع النصفي بشكل ناقص ويعاني منه الكثير من الناس دون داع. ويوجد الآن العديد من العلاجات المخصصة التي يمكن أن تغير حياة الناس".

7 أعراض للصداع الخطير التي يجب فحصها:
يقول الدكتور أحمد: "هناك أعراض منذرة بالخطر ما يعني أن احتمال وجود سبب أساسي خطير ويجب عليك استشارة الطبيب وإحالتك". وتشمل هذه الأعراض:

1. بداية مفاجئة
يقول تورنر إن البداية المفاجئة للصداع الشديد قد تكون مدعاة للقلق، على سبيل المثال يمكن أن يكون الصداع في ذروته في أقل من دقيقة أو دقيقتين. ويصف أحمد هذا بأنه صداع قصف الرعد، ويشرح: "هذا يعني بداية مفاجئة للصداع كما لو أن شخصا ما ضرب رأسك بمضرب كريكت".
2. تصلب الرقبة والحمى
إذا كان الصداع مصحوبا بصلاية في الرقبة أو حمى، يحذر تورنر من أن هذه سمات محتملة لالتهاب السحايا وتتطلب عناية طبية عاجلة.
3. أعراض السكتة الدماغية المحتملة
إذا كنت تعاني من صداع بجانب أعراض مثل الرؤية المزدوجة أو فقدان الرؤية أو تغير في الوعي أو ضعف في

صداع التوتر
يوضح الدكتور أحمد، وهو أيضا أستاذ علم الأعصاب في كلية الطب هال يورك: "أحيانا يعاني الناس من صداع كما لو كانت رؤوسهم مضغوطة أو لديهم ضغط داخل الرأس. وغالبا ما يُطلق على هذه الحالة صداع التوتر وليس له أي غثيان أو قيء أو حساسية للضوء أو الصوت أو الرائحة".
ويمكن علاج معظم حالات الصداع الأولية، خاصة تلك الناجمة عن التوتر، باستخدام الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية، بما في ذلك الإيبوبروفين والباراسيتامول، كما يقول تورنر، الذي يشير إلى أن العلاجات البديلة، بما في ذلك الوخز بالإبر والعلاج بالتدليك، قد تساعد أيضا في علاج صداع التوتر.
وتقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية ينبغي شرب الكثير من الماء، حيث أن الصداع يمكن أن يكون أحد أعراض الجفاف، والحصول على الكثير من الراحة، والاسترخاء، يمكن أن تساعد جميعها في تخفيف بعض الصداع.

صداع نصفي
النوع الثاني من الصداع الأولي هو الصداع النصفي، والذي يمكن أن يستمر من أربع إلى 72 ساعة وله مجموعة متنوعة من الأعراض، بما في ذلك صداع شديد الخفقان، والذي عادة، ولكن ليس دائما، ما يحدث على جانب واحد من الرأس. ويقول أحمد: "إذا لم يكن لديك صداع خطير، فإن الصداع الأكثر احتمالا هو الصداع النصفي. وهذا

ويقول استشاري طب الأعصاب الدكتور فياض أحمد، أحد أمناء جمعية الصداع الدولية:
"الصداع هو أكثر الأعراض انتشارا بين عامة الناس، حيث يعاني 97% من الأشخاص من الصداع في مرحلة ما.
والخبر السار هو أن الغالبية العظمى، ما يقارب 99% حالات حميدة، ما يعني أنه ليس لديهم سبب أساسي خطير. فقط 1% أو حتى أقل، تكون حالاتهم خطيرة".
ويقول الدكتور بن تورنر، استشاري طب الأعصاب في مستشفى "لندن بريج": "إن أكثر أنواع الصداع خطورة هي الظهور المفاجئ والشديد الذي لا يلين ولا يمكن تخفيفه بالراحة أو الاستلقاء. وإذا ارتبطت بسمات إضافية مثل الحمى والمشكلات الإدراكية، فهذه أكثر أهمية".

ما هي أنواع الصداع المختلفة؟

فتنا الصداع الرئيسيتان هما الصداع الثانوي والأولي. ويقول تورنر إن الصداع الثانوي يمكن أن يكون ناتجا عن نزيف أو أورام في الدماغ، وأيضا بسبب شيء أقل خطرا مثل التهاب الجيوب الأنفية من الزكام.
وأوضح أن الصداع الأولي يحدث عندما لا يكون هناك سبب بنيوي للصداع، ويكون الألم مرتبطا بإشارات غير طبيعية في الدماغ. وهناك نوعان رئيسيان من الصداع الأولي، صداع التوتر، وهو النوع الأكثر شيوعا، والصداع النصفي.



يقول أحمد إن الصداع الناتج عن الإجهاد مثل السعال أو العطس أو الانحناء للأمام يمكن أن يشير إلى مشكلة خطيرة ويجب فحصها.

6. التغيير من الوضع الطبيعي
يقول أحمد، إذا غير صداع حميد موجود سابقا خصائصه، فإن الأمر يستحق أن يتم فحصه من قبل الطبيب.
7. الصداع عند كبار السن وذوي الحالات الطبية الموجودة مسبقا
يحذر أحمد من أن ظهور الصداع الجديد لدى الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 50 عاما أو الذين يتناولون المنشطات أو الذين أصيبوا بالسرطان أو فيروس نقص المناعة البشرية يمكن أن يكون علامة حمراء. ويضيف تورنر: "كلما تقدم المريض في السن، زادت فرصة ارتباط الصداع بحالة طبية أكثر خطورة".

5. الصداع الناجم عن الاجهاد



لماذا يصاب البعض بآثار جانبية بعد لقاحات "كوفيد-19"؟

الأثار الجانبية المؤقتة، بما في ذلك الصداع، والتعب والحمى هي علامات تدل على أن جهاز المناعة ينتعش، ما يعتبر استجابة طبيعية للقاحات. ويشرح الدكتور بيتر ماركس، مدير اللقاحات في إدارة الغذاء والدواء الأمريكية، لماذا يشعر البعض بآثار جانبية بعد لقاحات "كوفيد-19"، قائلا يوجد للجهاز المناعي ذراعان رئيسيان، ويتدخل الأول، بمجرد أن يكتشف الجسم وجود دخيل أجنبي، وهو الجرعة الأولى من اللقاح. وتتدفق خلايا الدم البيضاء إلى موقع اللقاح، ما يؤدي إلى حدوث التهاب مسؤول عن القشعريرة والوجع والتعب والآثار الجانبية الأخرى.

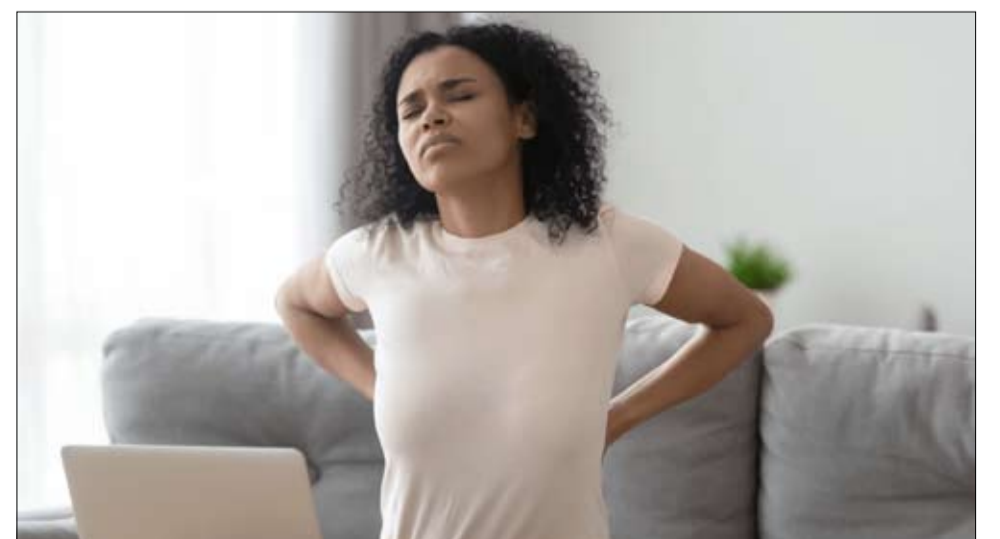
الذي تصنعه شركات فايزر ومودرنا. ولا يستطيع مسؤولو الصحة في الولايات المتحدة معرفة ما إذا كان هناك رابط حتى الآن، لكنهم يقولون إنهم يراقبون عددا صغيرا من التقارير، معظمها من المراهقين الذكور أو الشباب.

علاج أي رد فعل بشكل سريع. وأخيرا، تحاول السلطات تحديد ما إذا كان التهاب القلب المؤقت الذي يمكن أن يحدث مع العديد من أنواع العدوى قد يكون أيضا أثرا جانبيا نادرا بعد لقاح mRNA. وهو النوع

أما الذراع الثاني، فإنه يحفز جهاز المناعة لديك، والذي سيوفر حماية حقيقية من الفيروس عن طريق إنتاج الأجسام المضادة.
وبالنظر إلى أن لقاحات "كوفيد-19" تتفاعل بشكل مختلف مع أجسادنا فإنه عندما ينشط الجهاز المناعي، يسبب أحيانا تورما مؤقتا في الغدد الليمفاوية، مثل تلك الموجودة تحت الذراع. ويتم تشجيع النساء على جدولة تصوير الثدي بالأشعة السينية الروتينية قبل التطعيم لتجنب العقدة المتورمة التي يتم الخلط بينها وبين السرطان.
وليست كل الآثار الجانبية روتينية. ولكن بعد مئات الملايين من جرعات اللقاح التي تم إعطاؤها حول العالم، ومراقبة السلامة المكثفة، تم تحديد القليل من المخاطر الجسيمة. وأبلغت نسبة ضئيلة من الأشخاص الذين حصلوا على لقاحات من إنتاج أسترازينكا وجونسون أند جونسون عن نوع غير عادي من الجلطات الدموية. واحتفظت بعض البلدان بهذه اللقاحات لكبار السن، لكن السلطات التنظيمية تقول إن فوائد تقديمها ما زالت تفوق المخاطر.
ويعاني الناس أحيانا أيضا من ردود فعل تحسسية خطيرة. ولهذا السبب يُطلب منك البقاء لمدة 15 دقيقة تقريبا بعد الحصول على أي نوع من لقاح "كوفيد-19"، لضمان إمكانية

غيرها. ومع ذلك، يتفاعل الجميع بشكل مختلف. إذا لم تشعر بأي شيء بعد يوم أو يومين بعد أي من الجرعتين، فهذا لا يعني أن اللقاح لا يعمل.

وتتميل خطوة الاستجابة السريعة لجهاز المناعة لديك إلى التضائل مع تقدم العمر، وهو أحد الأسباب التي تجعل الأشخاص الأصغر سنا يبلغون عن الآثار الجانبية أكثر من كبار السن. كما أن بعض اللقاحات تثير ردود فعل أكثر من





منوعات الفكر 30

متحف الشارقة البحري يروي حكايات أهالي الإمارة مع البحر والصيد



الصيد، والغوص بحثاً عن اللؤلؤ، والتجارة، ويمكن للزائر أن يتعرف على الأنواع المختلفة من السفن التي تبتين أشكالها تبعاً لطبيعتها استخداماتها وسيحظى بمشاهدة اللؤلؤ المبهرة التي كان أجدادنا يجمعونها من أعماق الخليج، فهي ما زالت تتمتع بذلك البهاء الذي أشرقت به منذ لحظة إخراجها من صدقاتها قبل عقود بعيدة والتعرف على عالم البحار الممتع، والطرق التقليدية لصيد الأسماك، والأهوازج البحرية، ورحلات الغوص، والتجارة إلى الشواطئ القصية في البحار والمحيطات ويمكنه أخذ جولة حول المتحف والتعرف على أسماء فريق الصيد والبحارة المكون من النوخة و هو قائد السفينة والأمر والنهي فيها والحاكم على ظهرها والقاضي إذا تطلب الأمر وقد يكون صاحب السفينة أو يعمل عليها لحساب صاحب السفينة والمجدي/المقدمي/ رئيس البحارة ونائب النوخة ويتولى أمر المشية على ظهر السفينة من تجهيز طعام وخلافه إضافة إلى الغواص وهو العمود الفقري لرحلة الغوص إذ يقوم بأشق الأعمال وهي الغوص بحثاً عن اللؤلؤ والسبب الذي يسحب الغواص والنتاب / الوليد/ وهم أطفال لا تتجاوز أعمارهم 12 سنة غالباً ما يكونون أبناء العاملين على السفينة ويقومون بأعمال بسيطة والنهام الذي يقوم بالقاء الأهوازج الترفيهية أثناء الرحلة وغالباً ما يكون الغواص أو السبب والرضيف وهم الصبية الذين يقومون بمساعدة الغواص والسبب وفق المحار وبعض الأعمال على ظهر السفينة والسكوني الذي يقود السفينة ويتبع أوامر النوخة بالاتجاهات والمجرى ومجدي تفر وهو الطباخ وقد يمارس عمله كسبب ويلاص وهو سبب احتياطي ويمارس فلق المحار. واستخدام أهالي الشارقة من البحارة القدامى أدوات عديدة لتصناعة السفن الخشبية التقليدية التي يمكن مشاهدتها في المتحف منها المجدح/المدح/ والرندة والنقر والمناشير والمطرقة والمنقزة والمقطع

الهند والخليج العربي والتي كانت تستغل من أيام المقدونيين وأهم المناطق في الخليج العربي حول جزر البحرين والإمارات وبعد استخراج مكونات البحر يتم بيعها في الهند حيث كان ميناء بومباي بالهند السوق الذي يتردد عليه تجار اللؤلؤ لبيعها. وبرع العرب في الملاحة والاهتداء بالنجوم منذ القدم وتم اختراع البوصلة من قبل الملاح أحمد بن ماجد في أواخرها الأولى وفي أواخر النصف الثاني من القرن 12م يكونوا يستعينون بالخرائط الملاحية ولا البوصلات بل يسترشدون بالشمس والنجوم ولون عمق المياه للذهاب إلى الهيراث وتم تم وضع النالية وهي خريطة مفاصمات اللؤلؤ والتي وضعها الشيخ مانع بن راشد آل مكتوم بمساعدة السردال حميد البسطي سنة 1359 هـ - 1940 م أما السفن التجارية فكانت تستدل بالخرائط الملاحية والبوصلات لبع المسافات المقطوعة.

ويستعرض متحف الشارقة البحري السفن الخشبية التقليدية التي جابت البحار لأغراض



رؤية نقدية

الفن التشكيلي يرصد الحاضر والمستقبل



وخيول وآلات موسيقية منها الوترية والإيقاعية، وكل هذه المفردات تؤصل للموروث الثقافي والهوية المصرية القديمة. رسمت الفنانة التشكيلية لوحاتها بحرفية، وتمكنت من اختيار خط ومدرسة قريبة من الذوق العام، خاصة وأن الفن التشكيلي يرصد

اللوح تم التقاطها بكاميرا للتصوير وعلى حين غفلة من صاحبة الوجه غارق في التفكير.

التابع لخطوات الفنانة شيما كيلاني سيجدها تهتم بالتشريح الجسدي في قالب هندسي، وهذا واضح في الشخصيات والحيات، فخطوط الهندسية التي نحتت بها لوحاتها تنم عن فنانة تخاطب وجدان المتلقي، وتحاول نقله من حيز البرواز إلى عالم رحب مليء بالألوان المبهجة والداعمة للطاقة الإيجابية، وتمكنت من توثيق الهوية المصرية واستدعاء النوبة بثقافتها المتنوعة وعاداتها وتقاليدها الضاربة في عمق التاريخ. البناء الحسي والبصري عند الفنانة شيما كيلاني يعطي بعد فني متميز لدى الجمهور، بل ويجد المتلقي في لوحاتها عمق في التفكير والوعي بمفردات الفن التشكيلي وذلك من خلال التأثير الثقافي الموجود داخل لوحة، فالخطوط المستقيمة المتداخلة بشكل فني تعكس المنظور الهندسي لكل شكل، وتصل هذه الأشكال المبهجة الألوان مبهجة الدالة على الفلكلور الشعبي لمنطقة النوبة التي تزين بها البيوت، ومن بين هذه الألوان نجد الذي التقليدي بلونه الأبيض بارز جدا بتفاصيله المميزة، فضلا عن الخلفية التي اختارتها الفنانة للوحات من رقصات بدوية

•• أسامة عبد المصعود

اعتمدت شيما كيلاني الفنانة التشكيلية على الخطوط الهندسية في أعمالها الأخيرة، ظهر واضحا عشقها للفلكلور المصري ودمجه بالموروث الثقافي عند أهل النوبة، على اعتبار أن الزي النوبي يشير إلى الحضارة المصرية القديمة، وكأنها تبحث عن الهوية من خلال ريشتها وألوانها المتداخلة والتي يبدو عليها غير متقاربة أو متناسقة، لكن في واقع الأمر تداخل الألوان خلق جو من البهجة وأظهر الخطوط الهندسية بوضوح. وفي لوحة الفتاة الريفية التي تجلس في لحظة تفكير عميق بزينا التقليدي وشعرها السائد عن المصريين، وملامحها التي تدل على تقارب تفاصيلها بحضرة زمنية متعاقبة وممتدة، وكان الفنانة شيما كيلاني تخاطب عقل الجمهور محاولة ربط الماضي بالحاضر من خلال فتاة تحطف عين المشاهد ولا يفكر في خلفية اللوحة، فالمصعود من الوجه الذي ينظر في اتجاه مغاير للمشاهد، مما يجعل المتلقي يقارن بين وجه الفتاة ووجه المواليزا، فهما تقبضين حيث أن الأخيرة تبسم ابتسامة رقيقة جدا، بينما لوحة الفتاة المصرية تواري وجهها وكان



الشارقة للتراث يعزز تعاونه مع مكتبة الإسكندرية



وأكد أن مكتبة الإسكندرية تعتز بتلك الجهود وبما يقوم به معهد الشارقة للتراث من مساهمات قيمة تركت علامات بارزة في مجال توثيق التراث وصناعة الكتاب والنشر وهو ترجمة حية للتأكد على ضرورة العمل العربي المشترك تحت مظلة الثقافة والفكر. من جانبه قال الدكتور عبدالعزيز المسلم إن التجربة المصرية تعد من أهم وأبرز التجارب الثقافية والعلمية على المستوى العربي... مؤكداً أن معهد الشارقة للتراث بتوجيهات صاحب السمو حاكم الشارقة يتطلع إلى التعاون الدائم والمثمر مع المكتبة سواء في مجال إعداد البوابة الإلكترونية لمكتبة التراث الثقافي غير المادي في العالم العربي أو من خلال مجالات النشر والتعليم والتدريب وتبادل الخبرات الثقافية والعلمية.

بحث سعادة الدكتور عبدالعزيز المسلم رئيس معهد الشارقة للتراث خلال لقائه الدكتور مصطفى الفقي مدير مكتبة الإسكندرية بحضور عدد من المديرين والمسؤولين من الجانبين على هامش مشاركة المعهد في النسخة الـ 52 من معرض القاهرة الدولي للكتاب سبل تعزيز التعاون المشترك بين المعهد والمكتبة. واستهل الدكتور مصطفى الفقي حديثه بالتعبير عن بالغ شكره وامتنانه لما قدمه صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة للثقافة العربية والإسلامية وجهوده القيّمة التي بوأت إمارة الشارقة مكانة مرموقة في المحافل العربية والدولية حتى غدا لها حضور وتأثير في المشهد الثقافي العربي والعالمي.



منوعات

الفكر

31



هشام عباس يطرح أغنية (سهراتين الليل)

طرح الفنان هشام عباس أغنيته الجديدة "سهراتين الليل" اليوم الإثنين، عبر يوتيوب وجميع المتاجر الإلكترونية، ومحطات الراديو. الفنان هشام عباس قرر ألا يتعد عن جمهوره ومحبيه فترات طويلة، وأشار بأنه سيعود من وقت لآخر بعمل جديد، وذلك بعد عودته إلى الساحة الغنائية بعد فترة غياب ونجاح ألبومه الأخير "عامل ضجة" الذي طرحته شركتنا "مزيكا وعالم الفن" في نوفمبر الماضي. أغنية "سهراتين الليل" من كلمات أمير طعيمة وألحان محمد يحيى وتوزيع كريم عبد الوهاب، إنتاج مزيكا.

من كلمات الأغنية الجديدة:

ياسهراتين الليل قلبي انا مال .. طب قولولي انا هاعمل ايه
ويلى انا ويل حالي بقى حال .. اه يامين يلايمنى عليه
ليل ياليل ياعين ده اللي الحياه ليل ياليل ياعين
تحلو بيه وبيه كل اللي يحلم بيه
ليل ياليل ياعين واللى بهواه ليل ياليل ياعين
حياخدنى ليه ومين لس القمر بايديه
ياسهراتين الليل أه قلبي انا مال
طب قولولي انا هاعمل ايه.



استطاعت الفنانة مي سليم ان تجمع بين الغناء والتمثيل وتنجح بهما. وهي قدمت في شهر رمضان الماضي دورا مميذا في مسلسل (لحم غزال) حيث قدمت شخصية الفتاة المكسورة التي تعاني المر من كل محيطها. وقد لاقى دورها نجاحا لافتا. كما تستعد لاصدار اغنية جديدة في الفترة المقبلة وفي حوارها لـ(صوت بيروت انترناشونال) تتحدث مي سليم عن اخر اعمالها الفنية وتحديدًا عن ردة فعل الناس على دورها في (لحم غزال) فماذا تقول؟

بصدد التحضير لاغنية منفردة تصدر قريبا

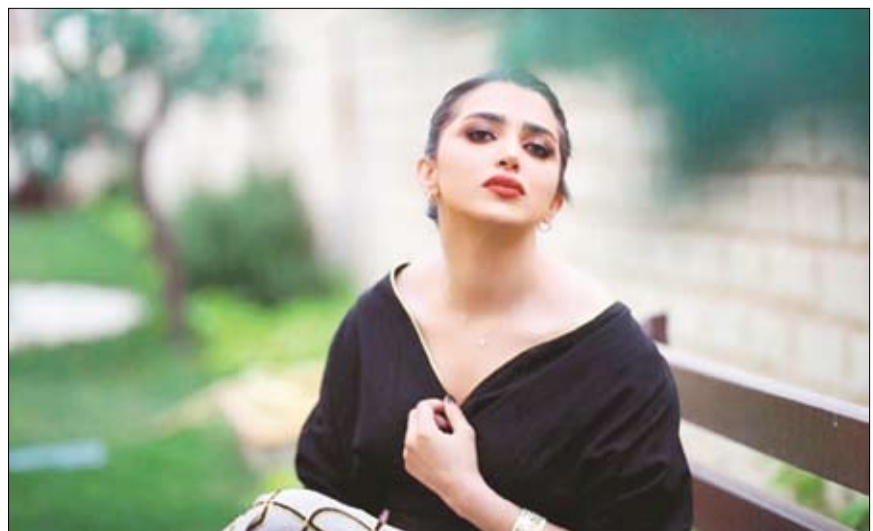
مي سليم: رد فعل الناس على (لحم غزال) كان أكثر من رائع

الحمد لله ان رد فعل الناس كان أكثر من رائع وانا سعدت جدا بالمديح الذي تلقيته عبر مواقع التواصل الاجتماعي ومن اصدقائي الذين اتصلوا بي.
خاصة ان الجمهور لم يكن يتوقع مني ان اقدم دورا صعبا الى هذا الحد لان شخصيتي كانت مليئة بالانفعالات ومختلفة عن كل ما مثلته في السابق شكلا وموضوعا اذ اني قدمت حياة فتاة تكلي بالماسي.
وعن ايام التصوير في لبنان قالت "كانت اياما جميلة وانا استمتعت بكل التفاصيل التي عشتها اثناء تصوير مسلسل (لحم غزال).
ومن ناحيتي انا احب لبنان جدا وكان فريق العمل مميذا من كل النواحي انما واجهت صعوبة واحدة وهو بعدي عن ابنتي الوحيدة حيث كان سفرى الى مصر قليل جدا.
امسا الاعمال التي نالت اعجابها في الفترة الاخيرة فاشارت مي :
احببت مسلسل (لعبة نيوتن) لمنسى زكسي ومحمد فراج ومحمد ممدوح واخراج تامر محسن. كما اعجبني مسلسل (الاختيار 2)، تكريم عبد العزيز واحمد مكي واخراج بيتر ميمي. وهل لديها اعمال جديدة في الدراما التلفزيونية في الفترة المقبلة افادت مي سليم:
ان لا جديد على صعيد الدراما حاليا واريده ان ارتاح حاليا بعد تعب التصوير الذي استمر طوال شهر رمضان.
اما بالنسبة للمشاركة في اعمال سينمائية فانا اشارك حاليا في فيلم اسمه (200 جنيه) ويقوم ببطولته مجموعة من النجوم المصريين وهو من تأليف محمد امين واخراج احمد عبد الله ونتاج شركة (فردى).
اما سبب غيابها عن تقديم عمل غنائي جديد منذ فترة فواوضحت انها بصدد التحضير لاغنية منفردة تصدر قريبا.
وعما اذا كانت تتابع الاعمال العربية المشتركة اكدت: نعم اتابع الاعمال الدرامية العربية المشتركة واعجبني مسلسل 2020 جدا
وهو من بطولة نادين نصيب نجيم وقصي الخولي واخراج فيليب اسمر ونتاج (صبح اخوان) واحب ان احبي كل فريق عمل هذا المسلسل الرائع.
وعن رأيها بالاغنيات التي صدرت في الفترة الاخيرة ونالت اعجابها فقالت مي سليم ان هناك اعمالا غنائية جميلة جدا طرحت في الاسواق لكن ما لفت نظرها هي اغنية المطربة الخليجية بلقيس (حالة جديدة) وايضا احببت اغنية (تربو) لفرقة من الخليج اسمها (برافو) وقد لفتتني بشدة.



هدى عبدالعزيز: عقود الاحتكار تقيد الفنان وتقتل إبداعه

في الكويت وخارجها تضع شرطا جزائيا مرهونا بمبلغ مالي هائل وهو الأمر الذي لا أحبده. لكن من ناحية أخرى أكد لكم أنني مع فكرة توقيع عقود الشراكة مع شركات الإنتاج في حال كانت تحفظ حق الطرفين وبشكل مرضٍ، مبنية على مبدأ التعاون المشترك، لهذا أصرح وللمرة الأولى أنني قد انتهت في الفترة الماضية من الاتفاق على توقيع عقد شراكة بيني وبين إحدى شركات الإنتاج داخل الكويت، وسأكشف عن اسمها ريثما أوقع العقد رسمياً.



أطلقت الفنانة هدى عبدالعزيز أخيراً (ميدلي) مصرياً، اختارت فيه مجموعة من أشهر الأغاني القديمة التي تغنى بها نجوم الأغنية المصرية، مثل عمرو دياب وتامر حسني وتامر عاشور، كما تستعد خلال الفترة المقبلة لإطلاق أغنية تحمل طابعاً مغربياً، في سعي منها للغناء بكل اللهجات. وفي تفاصيل ذلك، صرحت عبدالعزيز بالقول: (أول أغنية لي في الساحة كانت ذات طابع خليجي بعنوان هذه أسبابك) ثم أطلقت بعدها أغنية أخرى باللون العراقي حملت عنوان (ردت أحجي)، لهذا فضلت أن تكون ثالث أعمالي ذات صبغة مصرية).
وأكدت: (بعد مشاورات، اتخذت قراراً بأن تكون الأغنية عبارة عن (ميدلي) لمجموعة من الأغاني الشهيرة القديمة المرتبطة بالذاكرة.
كذلك وخلال الفترة المقبلة سيكون جمهوري على موعد مع أغنية مغربية يتم وضع اللمسات الأخيرة عليها بالوقت الراهن، والسبب وراء هذا التنوع هو حبي للفن كله دون تفرقة أو عنصرية (أحب أغني بكل الألوان) وأرى نفسي ما بين هذا وذاك).
وكشفت عبدالعزيز عن جديدها الغربي، بالقول: (الأغنية التي لم يتم الاستقرار على عنوان لها



الفكر

مواد غذائية تحفز تشكل الجلطات الدموية



أعلنت الدكتورة نتاليا بشينيتشينايا، أخصائية علم الأوبئة في روسيا، أن انخفاض حاسة السمع يلاحظ عند 18-23% من المرضى نتيجة احتقان في الأذن، وهذا المرض قابل للعلاج. وتقول، "الاحتقان في الأذن الذي يؤدي إلى انخفاض السمع عند الإصابة بمرض "كوفيد-19". يعاني منه 18-23% من المرضى. وهذه الحالة قابلة للعلاج". وتشير الأخصائية، إلى أنه يمكن ملاحظة استمرار هذه الأعراض لدى 1.5-2% من المتعافين من "كوفيد-19" خلال بضعة أسابيع بعد شفائهم. ووفقا لها، يلاحظ في حالات نادرة انخفاض حاد في حاسة السمع بعد الإصابة بمرض "كوفيد-19". ولم يحدد السبب إلى الآن، ولكن يعتقد أنه عدوى فيروسية بما فيها "كوفيد-19". وتقول، "يعتقد أن نقص الأكسجين في مركز السمع عند الإصابة بالشكل الحاد من "كوفيد-19"، وكذلك تناول بعض الأدوية، قد يساعد على تطور هذه الحالة. ويمكن عدم ملاحظة هذه الحالة إذا بقي المريض في وحدة العناية المركزة فترة طويلة".

ممارسات يومية يمكنها المساعدة في

تقليل السموم المرتبطة بمرض الزهايمر

لا يوجد حتى الآن علاج لأي شكل من أشكال الخرف، لذا فإن أفضل رهان لدينا هو بذل كل ما في وسعنا لمنع في المقام الأول. وتعلمنا مؤخرا أن المشي ثلاث مرات في الأسبوع وتشغيل الموسيقى وتناول نظام غذائي على طراز البحر الأبيض المتوسط يمكن أن يساعد في الحفاظ على صحة عقلك مع تقدمك في العمر، ويضيف بحث جديد مؤخرا في مجلة PLOS Biology نصيحة أخرى مفيدة للدماغ إلى ترسانة الوقاية من مرض الزهايمر، وهي النوم العميق. واكتشف علماء جامعة ولاية بنسلفانيا أن نشاط الدماغ المعتمد على النوم، وهو النوع الذي يحدث أثناء النوم العميق المريح والحركة غير السريعة للعين (NREM)، يمكن أن يساعد الجسم على إفراز البروتينات السامة المرتبطة بمرض الزهايمر. ويشار إلى أن القناة الهضمية الصحية يمكن أن تساعد في الحصول على نوم عميق وعالي الجودة، لذا تأكد من تحميل نظامك الغذائي بهذه الأطعمة التي تعزز البكتيريا النافعة. وتشير الأبحاث المكثفة إلى أن إحدى الطرق التي يتطور بها مرض الزهايمر هي عندما تتراكم مستويات بروتينات أميلويد (Aβ) وتاو في الدماغ. ويحدث هذا غالبا على مدار 10 إلى 20 عاما قبل التشخيص الرسمي. وليس هذا هو البحث الأول الذي يلجح إلى عبء البروتين في الدماغ وربط النوم، ففي عام 2018، وجد العلماء أن ليلة واحدة من الحرمان من النوم تزيد من حمل بروتينات أميلويد داخل الدماغ. ويمكن للسائل الدماغي النخاعي (CSF) أن يخرج هذه الفضلات من الجسم من خلال الجهاز الليمفاوي، وهو جزء من الجهاز العصبي المركزي. وتتحد الخلايا الدقيقة في الدماغ مع الأوعية الدموية للمساعدة في حماية الخلايا العصبية من التلف الفيزيائي والكيميائي. وإذا لم يستطع الجهاز الليمفاوي تصريف "مخلفات الدماغ" بشكل فعال، فإن التراكم خارج الخلية لهذه البروتينات يمكن أن يتطور إلى مرض الزهايمر. لكن النوم العميق قد يساعد الدماغ على التخلص من هذه السموم المرتبطة بمرض الزهايمر. وأثناء نوم حركة العين غير السريعة (NREM)، وهو النوع الذي يحدث عندما يكون من الصعب حقا الاستيقاظ لأنك "بعيد تماما"، ينتج الدماغ موجات كهربائية بطيئة وثابتة تعمل كأداة لتنظيف داخلية. وربطت الدراسة الاقتران بين نشاط الدماغ العالمي في حالة الراحة وتدفق السائل الدماغي النخاعي إلى مرض الزهايمر. ويسلط هذا الاكتشاف الضوء على الدور المحتمل للتردد المنخفض (أقل من 0.1 هرتز) الديناميكيات العصبية والفيولوجية لحالة الراحة في الأمراض التنكسية العصبية، ويفترض أن ذلك يرجع إلى حركتها المعتمدة على النوم لتدفق السائل الدماغي النخاعي لغسل السموم من الدماغ، بحسب شياو ليو، الأستاذ المساعد في الهندسة الطبية الحيوية في جامعة ولاية بنسلفانيا. ويحذر مؤلفو الدراسة من أن هذا ليس سيناريو السبب والنتيجة، لكنهم يوصون بإضافة تحليل النوم إلى بروتوكول اكتشاف مرض الزهايمر.



رجل إنقاذ يحمل امرأة مسنة، بعد هطول أمطار غزيرة تسببت في فيضانات بالقرب من ياخشيساري، القرم. رويترز

قرأت لك

الشاي الأخضر



كشفت دراسة حديثة أن شرب الشاي الأخضر يمكن أن يساعد في تقليل السمعة وكذلك الالتهابات في الأمعاء.

وأظهرت النتائج، التي نشرت في مجلة الكيمياء الحيوية الغذائية، أن الفئران التي تتغذى على نظام غذائي غني بالدهون تستكمل مع الشاي الأخضر اكتسبت وزنا أقل بنحو 20% كانت مقاومتها للأنتوسين أقل من الفئران التي تغذت على نظام غذائي مماثل بدون الشاي.

وكانت الفئران التي تتغذى على نظام غذائي يحتوي على مستخلص الشاي الأخضر بنسبة 2% تتمتع بصحة أمعاء محسنة، بما في ذلك الميكروبات المفيدة في الأمعاء ونفاذ أقل في جدار الأمعاء، وهي حالة تسمى (الأمعاء المتسربة)، أكثر من تلك التي تناولت نظاما غذائيا بدون تسريب، وتعد الأمعاء المتسربة مشكلة في الإنسان تساهم في انتشار التهاب منخفض الدرجة.

وقال الباحث الرئيسي ريتشارد برونو، الأستاذ بجامعة ولاية (أوهايو) : توفر الدراسة دليلا على أن الشاي الأخضر يشجع نمو بكتيريا الأمعاء الجيدة، وهذا يؤدي إلى سلسلة من الفوائد التي تقلل بشكل كبير من خطر السمعة. وأضاف أن الشاي الأخضر يحمي أيضا من حركة السموم الداخلية - المكون البكتيري السام - من أحشائهم وفي مجرى الدم، كما يرتبط شرب الشاي الأخضر بانخفاض خطر الإصابة بأمراض السرطان والقلب والكبد.

سؤال وجواب

• من هو واضع النظرية النازية في الاعراف؟

- هو الفرد روزبيرغ وهو زعيم وكاتب الماني عرف ببشاعة تصرفاته وقسوته سادي النزعة ويميل للعنف وضع نظريته الشهيرة في النازية في الاعراف التي تشييع بها الزعيم هتلر، وقد اعدم روزنبرغ عام 6491

• من هو ارفين رومل؟

-هو مارشال الماني لع نجمه خلال الحرب العالمي الثانية بوصفه قائدا للقوات الالمانية في افريقيا الشمالية ولد عام 1981 ومات منتصرا عام 4491 .

• من هو اعظم شعراء عصر النهضة الفرنسية؟

-هو بيردو ونادر الشاعر الفرنسي الذي ولد عام 4251 وعاش حياة كلها غزارة في الانتاج حتى تويج عن عمر 16 عاما.

هل تعلم؟

- هل تعلم ان نبات النرجس يقتل اعداه فهو يقتل اي نبات ينمو بجواره.
- هل تعلم ان شعب البياكا؟ شعب من الاقزام يعيش في غابات الكاميرون.
- هل تعلم ان اصل كلمة البترول اصلها لاتيني وتعني زيت الصخر.
- هل تعلم أن عمر الفرد لا يتجاوز في المتوسط ثلاثين سنة
- هل تعلم ان الذبابة تهز جناحها حوالي (32) مرة في الثانية الواحدة
- هل تعلم أن النسور لا تموت ولكنها تنتحر بسبب المرض
- هل تعلم أن أستراليا كانت تسمى نيو هولاند.
- هل تعلم ان الوادي الكبير أو القرائد كانيون يمكن أن يستوعب عدد 900 تريليون كرة قدم حتى يمتلئ.
- هل تعلم أن ترميش عيونك في يوم كامل، يساوي إغماضهما لمدة 30 دقيقة متواصلة.
- هل تعلم أن قدمك تحتوي على 26 عظمة.
- متوسط دماغ الإنسان يتكون من حوالي 78% من الماء.
- هل تعلم أن ناتج مجموع كل الأرقام من 1 إلى 100 على التوالي (1+2+3...) هو 5050.
- هل تعلم أن الفسنج يمتص الماء البارد أكثر من الماء الساخن.
- هل تعلم أن البرق يضرب الأرض حوالي 6000 مرة كل دقيقة. • هل تعلم أن - الدلفين - هو أذكى الحيوانات الثديية

قصة السلسلة الذهبية

عندما انجبت الملكة طفلها الأول فرح الملك به اشد الفرح خاصة انه انتظر هذه اللحظة سنوات عديدة وها هي امينته تتحقق بمولود ذكر يرث مملكته فأسرع ووضع حول رقبته مولوده سلسلة ذهبية كانت هدية من جدته من يلبسها لا يخلعها العمر كله حتى يموت ومهما كبر فهي تكبر معه ولا يستطيع أي إنسان أن يخلعها من رقبته الأمير الصغير الاله فقط، وفي غمرة فرحة القصر والمملكة بالأمير الصغير تسلمت امرأة حاقدة حاسدة إلى جناح الملكة واستطاعت ان تخطف الأمير الصغير وتهرب به من سراديب القصر بدون ان يحس بها احد وماتت الفرحة في المملكة وفي القلوب وشاع الهم والغم في القصر واقام الملك الدنيا وقعداها بحثا عن صغيره لكن محال فقد اختفى الصغير. كانت هذ المرأة هي ابنة عم الملك وكانت تحبه وتمنئ الزواج منه لكنه تزوج من ابنة خالته وام طفله فكرهت ابنة عمه ذلك وفقرت ان تبدل فرحتها إلى عذاب فسرقته الصغير واختفت به في قرية مجاورة وادعت انه طفلها وعاشت هناك تنتظر الوقت المناسب لتقتل فيه الأمير الصغير حتى لا يتعرف عليه احد لكن لم تواتيها الشجاعة على ذلك لذا فقد كانت تتركة كثيرا ليهاو كيفما شاء وربما اصابه مكروه فتتخلص منه كما انها لم تستطع ان تخلع السلسلة الذهبية من رقبته فتركتها وهي تتعشم ان يكبر فتخفقه فهي لا تعرف سرها. كبر الأمير الصغير وصار فتى شجاعا قوي البنيان ولم لا؟ فيمنذ صغره تعود ان لا يخاف شيئا وأن يتحمل كل شئ فالعيشة القاسية علمته الكثير لكنه كان وسيما جميل الطلعة حلو اللسان وكان يحمل سمات امه وابيه، وقد عمل مع احد التجار بائعا متجولا فأخذ يذهب هنا وهناك لبييع بضائعه وفي احد الأيام وصل إلى مملكة ابيه فأخذ يدور في المملكة يبيع ما معه حتى وصل إلى القصر فألتفت حوله الخدم يشترتون من بضاعه الجميله وهناك في الشرفة كانت تجلس الملكة وابنتها الصغيرة التي انعم الله عليهما بها بعد فقدان الأمير الصغير فأبحث ان ترى ما معه فنادت الملكة بأن يدخل إلى القصر ففعل وهناك عند الشرفة وقف ينظر إلى الأميرة الصغيرة ونظرت اليه الملكة مبهورة به فأنتبهت على ملامح وجهه فإن من ينظر اليه كأنه ينظر إلى الملك واخذت تدفق النظر في الفتى عندها دخل الملك عليهم وقال: ماذا تفعلون؟ فلم يرد عليه احد. اقترب ونظر من الشرفة فوجد الفتى ووقف ينظر اليه ويحدق به وفجأة لمح السلسلة الذهبية.. فصرخ وقال: اصعد.. اصعد إلى هنا، صعد الفتى مندھنا خائفا وفي الشرفة مد الملك يده وعرف السلسلة الذهبية وصرخ: يا الهي انه ابنتنا، انظري ابنتنا الملكة انه ابنتنا، انها السلسلة المسحورة التي لا ينزعها احد الا انت.. شهقت الملكة وامسكت الفتى ونظرت اليه وقالت: من اين لك بها؟ فقال اليسها منذ كنت رضيعا ولم تستطع امي فتحها. فقالت واين امك خذني اليها؟ وفي الحال تحرك ركب الملك في طريقه إلى القرية المجاورة والتي تخضع لسلطانه ايضا، وهناك فوجئ بأبنة عمه والتي ادعت طوال هذه الفترة انه ابنتها، وعرف انها من فعلت ذلك، لكنه تركها لعذاب الأيام، وعاد سعيداً إلى مملكته ومعه ولي عهده تعيش الملكة في سعادة.

