

الدورة الـ 21 من «ليوا للرطب»
تنطلق اليوم بالتزامن مع
موسم الرطب في دولة الإمارات



شيكو: "صقرو كناريا"
تجربة مختلفة تجمع
بين الأكشن والكوميديا



جرثومة
المعدة..
عدوى
بكتيرية
صامتة قد
تتحول إلى
قرحة أو
سرطان



شيخوخة المبيضين
تبدأ قبل سن
اليأس بعقود

كشفت دراسة جديدة قادتها الباحثة هاتي تشونغ من معهد «برود» التابع لجامعتي «MIT» و«هارفارد» ونشرت في مجلة «نيتشر إيجينغ»، أن المبيضين يبران بتغيرات جذرية مرتبطة بالتقدم في العمر قبل وقت طويل من الوصول الفعلي لسن اليأس، مؤكدة أن دور المبيض يمتد لوظائف حيوية تفوق مجرد الإنجاب. وأوضحت تشونغ، المتخصصة في أبحاث القلب والأوعية الدموية، أن المبيض يمتلك وظائف مهمة في الغدد الصماء عبر إفراز هرمونات حيوية مثل الإستروجين، والبروجسترون، والإنبيبين، والتستوستيرون، والتي تؤثر بشكل مباشر في صحة الجسم بأكمله.

وتشير الدراسة إلى أنه عند وصول البشر لسن اليأس، يتبقى في المبيض عادة نحو 1000 بويضة، مما يعني أن الشيخوخة لا تتعلق بنفاد البويضات فقط، بل بتدهور «النظام البيئي الخلوي» المحيط بها.

واعتمدت الدراسة على تحليل الخرائط الجينية والمكانية لـ 22 مبيضاً من الفئران في مراحل عمرية ومدرات تكاثرية مختلفة، وشملت فحص تفاعل الخلايا عبر 358 بويضة غير ناضجة، و668 جريباً مبيضياً، و236 جسماً أصفر «الغدة المؤقتة المسؤولة عن إفراز البروجسترون بعد التبويض».

وأظهرت النتائج أن أنسجة البيض تبدأ في التدهور مبكراً، حيث تفقد الخلايا تناغمها المسؤول عن تنسيق نمو الجريبات والتبويض.

كما رصد الباحثون تحولاً في ديناميكية الخلايا المناعية، تمثل في ارتفاع إشارات التهاب وتفتك تنظيم الأنسجة، مما يعكس أن الشيخوخة التكاثرية هي انهيار تدريجي للتنسيق على مستوى النسيج كاملاً.

هل المشي في الحر يحرق سعرات أكثر؟ أم يرهق الجسم فقط؟

ثمة آراء على منصات التواصل تدفع نحو ممارسة الرياضة او المشي في الطقس الحار، بدعوة أنها فرصة أكبر لخسارة سعرات حرارية وفقدان الوزن على نحو أسرع. هذا الاتجاه يدفع الكثيرين نحو المشي لأميال تحت أشعة الشمس، غير أن الأمر قد يحمل بعض الخطورة، أو في أقل تقدير ربما لا يحقق المستهدف.

لذا، فإن الفصل في هذا الأمر يتطلب استدعاء للأراء العلمية.

هل ممارسة الرياضة في الحر تعزز فقدان الوزن؟ يبدو أن الإجابة على هذا السؤال ستكون حاسمة وقاطعة، حيث تشير البيانات الصادرة عن «معاهد الصحة الوطنية الأمريكية» Ncbi إلى أن ممارسة الرياضة في بيئات حارة، لا تؤدي بالضرورة إلى تحسين كفاءة حرق السعرات بالشكل الذي يعتقدته الكثيرون، بل «تضع أجهزة الجسم أمام تحديات فسيولوجية معقدة».

لماذا لا يعزز الطقس الحار حرق السعرات؟ وأرجعت البيانات السابق ذكرها، عدم جدوى ممارسة الرياضة «ومن بينها المشي» لفقدان المزيد من السعرات الحرارية، إلى عدة أسباب، وهي:

التوازن الحراري للجسم يوضح التقرير السابق أن العضلات أثناء التمرين تنتج طاقة حرارية تتراوح بين 5 إلى 15 ضعف معدل إنتاجها أثناء الراحة. وللحفاظ على توازن درجة حرارة الجسم، يضطر الجهاز العصبي اللاإرادي إلى مضاعفة الجهد حتى يتمكن من تبريد الجلد من خلال ضخ الدم من القلب، بدلاً من توجيهه بالكامل إلى العضلات العاملة.

وهم حرق السعرات الحرارية

في حين أثبتت بعض الدراسات أن المجهود البدني المبذول في الحر يرفع فعلياً من معدل الأيض، لكن أجمع الخبراء على أن هذه الزيادة محدودة للغاية، وفي حالات يأتي الأمر بنتيجة عكسية حيث يحدث انخفاضاً فيه، مما يشير إلى أن أي زيادة في حرق السعرات هي نتيجة ثانوية للجهد الذي يبذله الجسم لتنظيم حرارته، وليس زيادة في فعالية التمرين نفسه.

استهلاك الأوكسجين

من ناحية أخرى، أشارت دراسة أجريت في University of California أن الإجهاد الناتج عن ممارسة المشي أو أي رياضة أخرى في الطقس الحار، يؤثر على نسبة الأكسجين، وذلك لأن الجسم، تحت ضغط الحرارة، لا يستطيع ضخ كميات كافية من الدم إلى العضلات المجهدة، بسبب المهمة البديلة، وهي تبريد سطح الجلد. هذا الانخفاض في كفاءة القلب يقلل من القدرة على ممارسة الرياضة مقارنة بما إذا قُمتَ بالمشي في بيئة معتدلة الطقس.

التعب المبكر

تؤكد التوصيات أن الحرارة ترفع معدل ضربات القلب بشكل غير متناسب مع كثافة التمرين. هذه الاستجابة تؤدي إلى تعب مبكر وإجهاد حراري،



التهدة لتجنب الإصابات العضلية أو الضغط المفاجئ على القلب.

الطقس المعتدل

تؤكد التوصيات على أن الأجواء الحارة أو شديدة البرودة لا تؤدي إلى نتائج أفضل على الإطلاق، بل العكس هو الصحيح. كما أنه في حال كان الطقس غير ملائم، يُنصح بالانتقال إلى البيئات المغلقة، مثل الصالات الرياضية، لضمان الالتزام.

الانتباه للاعتياد العضلي

عندما تعتاد العضلات على نشاط معين، قد تفقد قدرتها على حرق السعرات الحرارية، لذا، ينصح بالتنوع في المشي، مثل المشي في تضاريس أصعب تدريجياً، مما يجبر الجسم على بذل مجهود إضافي يرفع من معدل حرق السعرات الحرارية.

يخلص الخبراء من السابق إلى أن المشي أو التدريب في الحر يلحقه ضغوط فسيولوجية قد تؤثر بالسلب سواء على صحة الجسم، أو على هدف إنقاص الوزن، وبدلاً من أن يكون وسيلة فعالة لزيادة الحرق، فإنه غالباً ما يؤدي إلى تراجع القدرة الجسمانية، حيث يضع الجسم مهمة التبريد قبل حرق الدهون.

هل يساعد «الفطر السحري» في علاج فقدان الشهية؟

كشفت دراسة حديثة أن مركباً موجوداً في ما يُعرف بـ«الفطر السحري»، قد يمثل خياراً علاجياً جديداً للأشخاص الذين يعانون من فقدان الشهية العصبي، أحد أكثر اضطرابات الأكل تعقيداً وخطورة. وتركزت الدراسة، التي أجراها باحثون في مركز أبحاث المؤثرات العقلية التابع لـImperial College London، على مادة السيوسيبين، وهي مركب ذو تأثير نفسي يوجد طبيعياً في بعض أنواع الفطريات، لمعرفة مدى قدرتها على مساعدة المصابين بفقدان الشهية العصبي المزمن.

وشملت الدراسة، وفقاً لصحيفة «نيويورك بوست»، 21 امرأة عانين من اضطراب فقدان الشهية العصبي لمدة 11 عاماً في المتوسط، ولم يحصلن على تحسن مستمر رغم خضوعهن لعلاجات سابقة. وخلال ستة أسابيع، تلقت المشاركات ثلاث جرعات من السيوسيبين داخل بيئة علاجية خاضعة للمراقبة، تضمنت جرعة منخفضة وأخرى مرتفعة بواقع 25 مليغراماً، مع فاصل زمني بين الجلسات. وأظهرت النتائج انخفاضاً في متوسط درجات أعراض اضطرابات الأكل لدى المشاركات خلال مراحل المتابعة المختلفة، إذ سجلت معظم المشاركات تحسناً بعد أسبوعين من آخر جلسة علاجية.

وبعد ثلاثة أشهر، وصلت نسبة 48% من المشاركات إلى مستويات مشابهة لتلك التي تُرصد عادة لدى الأشخاص الذين لا يعانون من اضطرابات الأكل.



تجاهل «الشخير» قد يخفي اضطراباً يهدد الحياة

مثل: النوم غير المريح، والتعاس المفرط خلال النهار، والصداع الصباحي، وضعف التركيز والأداء. لكن الأخطر، بحسب الطبيب، أن بعض الحالات قد لا تظهر أعراضاً واضحة سوى الشخير، ما يجعل اكتشاف المشكلة أكثر صعوبة. رغم أن تأثيراتها الصحية قد تكون كبيرة. ويشرح كريشان الآلية المرضية للحالة، موضحاً أن المصابين بانقطاع النفس الانسدادي النومي يعانون من توقف متكرر في التنفس أثناء النوم نتيجة انسداد مجرى الهواء العلوي، ما يؤدي إلى انخفاض مستويات الأكسجين في الدم، وتقطع النوم بشكل متكرر.

لم يعد الشخير مجرد مصدر إزعاج داخل غرفة النوم أو سبباً لتوتر العلاقات الزوجية، بل قد يكون مؤشراً على اضطراب صحي أعمق لا ينبغي تجاهله، وفق ما يؤكد مختصون في طب النوم. وبينما يراه البعض عرضاً بسيطاً أو «عادة مزعجة»، تشير الأدلة الطبية إلى أنه قد يرتبط بمشكلات خطيرة تمتد لتشمل الدماغ والصحة العامة. وفي هذا السياق، يوضح الدكتور برامود كريشان، أن الشخير قد يكون من أبرز علامات اضطراب انقطاع النفس الانسدادي النومي، وهو اضطراب قد ينعكس سلباً على جودة النوم ووظائف الجسم الحيوية. ويؤكد كريشان أن «الأدلة العلمية المتزايدة تشير إلى أن الشخير ليس أمراً بسيطاً أو مضحكاً، بل قد يكون علامة على اضطراب نوم خطير كامن»، موضحاً أن الحالة غالباً ما تترافق مع أعراض

ماذا يحدث للجسم بعد الإقلاع عن التدخين؟

بعد التدخين عادة ضارة، وهو أحد الأسباب الرئيسة للوفاة التي يمكن الوقاية منها، ويقلل الإقلاع عنه من خطر الإصابة بالسرطانات وأمراض القلب والرئة، لكن يحتاج المدخنون إلى وضع خطة للتغلب على الرغبة الشديدة والمحفزات. يشير موقع «ويب طب» إلى أن فوائد الإقلاع عن التدخين تظهر سريعاً على الجسم، وتتمثل فيما يلي:

- بعد 20 دقيقة يبدأ نبض المدخن وضغط الدم في الانخفاض إلى الوضع الطبيعي بعد 20 دقيقة من تدخين آخر سيجارة، وترتفع درجة حرارة اليدين والقدمين لدرجة الحرارة المعتادة، كما تتحسن الدورة الدموية في جسم الشخص.
- بعد 8 ساعات ويعد 8 ساعات من الإقلاع عن التدخين تقل مستويات النيكوتين وأول أكسيد الكربون في الدم إلى النصف، وأول أكسيد الكربون غاز سام عديم اللون والرائحة يوجد في السجائر، وفي موافد الغاز، والموافد الخشبية، ووقود السيارات.



منوعات الفجر

22

برعاية منصور بن زايد

الدورة الـ 21 من «ليوا للرطب» تنطلق اليوم بالتزامن مع موسم الرطب في دولة الإمارات



•• الظفرة- الفجر

تحت رعاية سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس الدولة نائب رئيس مجلس الوزراء رئيس ديوان الرئاسة، تنطلق اليوم الثلاثاء، فعاليات الدورة الـ 22 من مهرجان ليوا للرطب بتنظيم هيئة أبوظبي للتراث، وتستمر حتى 23 يوليو الجاري بمدينة ليوا في منطقة الظفرة بأبوظبي.

يأتي تنظيم المهرجان بالتزامن مع موسم الرطب في دولة الإمارات، بهدف ترسيخ المكانة التاريخية لشجرة النخيل والحفاظة عليها، وإبراز مكانتها في المجتمع الإماراتي، إلى جانب الإسهام في استدامة القطاع التراثي والزراعي، وتعزيز الوعي بأهمية الزراعة في الإمارات، وصون التراث الإماراتي ونقله للأجيال المقبلة، إضافة إلى تفعيل الحركة الاقتصادية وتنشيطها في منطقة الظفرة، وتعزيز منظومة الأمن الغذائي، وإبراز جهود إمارة أبوظبي للتوعية بالزراعة الحديثة.

وركن للأطفال الذي يسهم في تقريب الأطفال إلى تراثهم بطريقة تفاعلية، ويغرس فيهم روح التعاون والعمل الجماعي، إلى جانب عروض الفنون الشعبية والمسابقات التفاعلية اليومية والفقرات التوعوية على المسرح، وغيرها من الأنشطة بانتظار الزوار.

ويشهد اليوم الأول من «ليوا للرطب»، استلام وتحكيم الرطب المشارك في مسابقتي الدياس وخرافيف البيت، فيما سيتم الإعلان عن النتائج في اليوم الثاني، واستلام وتحكيم وإعلان نتائج مسابقة أكبر عذج، والتسجيل

مجموعة من الفعاليات والبرامج والورش الهادفة، حيث تحظى هذه الدورة بدعم من ديوان ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، والرأي الرئيسي <مدن>، والرأي الفني صندوق خليفة وشركة بترول أبوظبي الوطنية <أدنوك>، كما يسهم في رعاية الأشواط كل من «الإمارات للطاقة النووية والفوعة - جزء من أغذية»، وتقديم جوائز من «باب النجوم - بطين ليوا ومجموعة محمد رسول خوري وأولاده»، إلى جانب الداعمين «هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة

بالتعاون مع هيئة تنمية المجتمع

برنامج «برّوة» يختتم مرحلته الثانية بمشاركة 169 مشاركاً ويحقق 94 % نسبة سعادة للمتعاملين



•• دبي- الفجر

اختتمت دائرة الأراضي والأماك في دبي، بالتعاون مع هيئة تنمية المجتمع، سلسلة ورش العمل التفاعلية التي نظمتها تزامناً مع إطلاق المرحلة الثانية من برنامج «برّوة»، بمشاركة 169 من كبار المواطنين، في إطار جهود الجانبين لتعزيز الوعي العقاري، والتعريف بالمبادرات المخصصة لفئات المستهدفة، وتطوير قنوات التواصل المباشر معهم، بما يدعم جودة الحياة ويجسد نهج حكومة دبي في تقديم خدمات استباقية تتمحور حول الإنسان.

وأظهرت نتائج البرنامج أثراً إيجابياً ملموساً في رفع مستوى الوعي والمعرفة لدى المشاركين، حيث ارتفع مستوى الرضا العام بعد الورش من 59% إلى 90 % في ورشة مركز البرشاء المجتمعي، ومن 50% إلى 90 % في ورشة مركز دُخر - الوصل ومركز دُخر - الخوانيج، فيما بلغت نسبة سعادة المتعاملين الإجمالية 94%، بما يعكس نجاح البرنامج في تحقيق أهدافه وتعزيز تجربة المستفيدين.

وكرّزت الورش على التعريف ببرنامج «برّوة» وأهدافه المجتمعية، واستعراض الخدمات العقارية المخصصة لكبار المواطنين، إلى جانب الرد على استفسارات المشاركين المتعلقة بالخدمات العقارية والإجراءات التنظيمية والتشريعات ذات الصلة، بما مكّنتهم من التعرف بصورة أوضح على الخدمات المتاحة وآليات الاستفادة منها عبر القنوات الرقمية، أو من خلال الشراكات مع القطاع الخاص ضمن مبادرة «الحاصلة».

وأظهرت الورش مستوى عالياً من التفاعل بين

فرق العمل في دائرة الأراضي والأماك في دبي وهيئة تنمية المجتمع، خصّصت لاستعراض نتائج البرنامج وتقييم أثره، وتبادل الخبرات وأفضل الممارسات، إلى جانب مناقشة احتياجات كبار المواطنين وأصحاب الهمم فيما يتعلق بالخدمات العقارية، بما يدعم تطوير خدمات أكثر تكاملاً وشمولية.

وأُسفرت الورشة عن مجموعة من المخرجات، شملت الاتفاق على تعزيز التعاون المؤسسي بين الجهتين، ودراسة الملاحظات والمقترحات التي طرحت خلال

وإنساني مستمد من نوعه على مستوى المنطقة، ويهدف إلى تمكين كبار المواطنين وأصحاب الهمم من إدارة شؤونهم العقارية باستقلالية أكبر، من خلال منظومة متكاملة من الخدمات الميدانية والرقمية والاستشارية، تشمل مبادرات «البرزة» و«الكراني» و«الطارش» و«الرسال» و«الكتوب» و«الحاصلة»، إلى جانب برامج التوعية العقارية التي تسهم في تبسيط المعلومات وتعزيز المعرفة بالحقوق والخدمات العقارية. واختتمت سلسلة الورش بورشة عمل مشتركة جمعت

المشاركين وفرق العمل، حيث لوحظ تحسن واضح في معرفة المشاركين بالخدمات العقارية وآليات الاستفادة منها، إلى جانب ارتفاع مستوى الوعي بخدمات برنامج «برّوة»، وزيادة اهتمامهم بالاستفادة من المبادرات التي يوفرها، وهو ما انعكس في طبيعة النقاشات والاستفسارات التي شهدتها اللقاءات، وأسهم في بناء تواصل مباشر أتاح الاستماع إلى احتياجات الفئات المستهدفة ومقترحاتها.

ويُعد برنامج «برّوة» أول برنامج عقاري اجتماعي

رحلة تحديات الولادة المبكرة

مستشفى سلمى لإعادة التأهيل - «صحة» تسلط الضوء على رحلة تعافٍ لطفلة وُلدت مبكراً احتاجت إلى رعاية تأهيلية متخصصة ومعقدة

•• أبوظبي- الفجر:

وهي طفلة شديدة الهشاشة بعد ولادة مبكرة، ومن خلال متابعة متعددة التخصصات، حيث انتقلت من بداية إكلينيكية شديدة الضعف إلى وضع أفضل في التنفس والتغذية والنمو العام، وها نحن نراها اليوم تعيش حياتها بصورة طبيعية، وتنمو بصورة أكثر استقراراً. وتعكس رحلتها أهمية التدخل المبكر والرعاية التأهيلية المنسقة للأطفال المبتسرين «الخُذج» الذين يولدون مبكراً ويواجهون تحديات طبية معقدة،

وقالت روزانا بيلايو، أخصائية العلاج الطبيعي في مستشفى سلمى لإعادة التأهيل التابعة لـ«صحة»: «ركز العلاج الطبيعي المبكر على دعم التطور الحركي بما يتناسب مع عمر اليازية، إلى جانب تحسين الثبات الوضعي والاستجابة الحركية العامة، بما أسهم في دعم نموها الوظيفي تدريجياً».

وتبرز قصة اليازية كيف يمكن للرعاية التأهيلية المبكرة والمتكاملة في مستشفى سلمى لإعادة التأهيل التابعة لـ«صحة»، أن تقدم رعاية إنسانية متخصصة للأطفال ذوي البدايات الطبية الصعبة، ودورها في تحقيق نمو أفضل وبداية رحلة حياتهم بصورة طبيعية وأكثر استقراراً.

وُلدت الطفلة اليازية مبكراً جداً، وكانت تحتاج إلى دعم طبي طويل شمل المساعدة على التنفس والتغذية. وعند وصولها إلى مستشفى سلمى لإعادة التأهيل التابعة لـ«صحة»، كانت تعاني من تحديات تنفسية وتغذوية وتأخر في عدد من المهارات النمائية.

ومن خلال خطة تأهيلية متعددة التخصصات شملت طب الأطفال، والعلاج الطبيعي، والعلاج الوظيفي، وعلاج النطق والبلع، والرعاية الترفيهية، بدأت اليازية تحقق تقدماً تدريجياً في التنفس، والتغذية، والحركة، والتفاعل مع محيطها.

وعلى مدى أشهر من المتابعة، انتقلت اليازية من الاعتماد على الدعم التنفسي والتغذية الأنبوبية إلى التنفس بصورة طبيعية، وتناول الطعام عن طريق الفم، وتحقيق تقدم واضح في مهاراتها الحركية والتواصلية بما يتناسب مع مرحلتها العمرية.

وقال الدكتور علي رشوان علي زلف، أخصاصي طب الأطفال في مستشفى سلمى لإعادة التأهيل التابعة لـ«صحة»: «وصلت اليازية



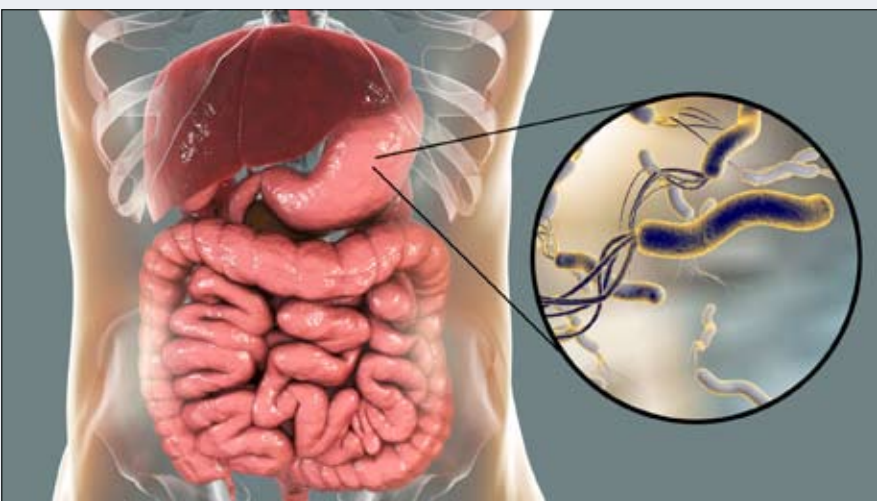
منوعات الفكر 23

تعد جرثومة المعدة، أو بكتيريا الملوية البوابية، واحدة من أكثر العدوى البكتيرية ارتباطاً بأمراض الجهاز الهضمي العلوي. ورغم أن اسمها يرتبط في أذهان كثيرين بآلام المعدة والحموضة والقرحة، إلا أن الحقيقة الطبية أكثر تعقيداً. وبينما لا يشعر كثير من المصابين بأي أعراض، فربما تؤدي العدوى لدى آخرين إلى التهاب مزمن في بطانة المعدة، أو قرحة هضمية، أو مضاعفات خطيرة إذا تركت دون تشخيص وعلاج مناسب.



تستطيع العيش في البيئة الحمضية القاسية داخل المعدة

جرثومة المعدة . . عدوى بكتيرية صامتة قد تتحول إلى قرحة أو سرطان



الخطة حسب البلد، ونمط مقاومة المضادات والحساسية الدوائية، والتاريخ العلاجي للمريض. ولذلك، لا ينصح بتناول "وصفة متداولة" أو تكرار علاج قديم دون مراجعة الطبيب. ومن المهم أيضاً إجراء اختبار تأكيدى بعد العلاج في كثير من الحالات للتأكد من القضاء على العدوى؛ لأن تحسن الأعراض وحده لا يكفي دائماً لإثبات اختفاء البكتيريا.



خطر بعض أنواع سرطان المعدة، خصوصاً عندما تستمر سنوات طويلة، وتسبب التهاباً مزمنًا وتغيرات تدريجية في بطانة المعدة. وصنفت الوكالة الدولية لبحوث السرطان، التابعة لمنظمة الصحة العالمية، جرثومة المعدة منذ عام 1994 باعتبارها عاملاً مسرئاً للبشر، وفق المعهد الوطني الأمريكي للسرطان.

ويرتبط الأمر أيضاً بنوع نادر من أورام الجهاز الليمفاوي في المعدة، يعرف باسم "لفوما النسيج الليمفاوي المرتبط بالغشاء المخاطي"، أو "لفوما مالت" (MALT Lymphoma)، وقد يتطور في بعض الحالات نتيجة التحفيز المناعي المزمن الناتج عن وجود الجرثومة في بطانة المعدة.

وتوجد علاقة بين جرثومة المعدة وبعض حالات نقص الحديد أو نقص فيتامين ب12، خصوصاً عندما يكون الالتهاب المعدي مزمنًا، أو عندما تتأثر قدرة المعدة على امتصاص

بعض العناصر الأساسية. وأعراض الخطر التي تستدعي تقييماً طبياً سريعاً فتشمل: قيء الدم، أو البراز الأسود، أو ألم البطن الشديد المفاجئ، أو فقدان الوزن غير المبرر، أو القيء المتكرر، أو صعوبة البلع، أو فقر الدم غير المفسر، أو استمرار ألم أعلى البطن رغم العلاج المعتاد.

علاج جرثومة المعدة
تعالج جرثومة المعدة بمزيج من مضادات حيوية، وأدوية تقلل إفراز الحمض، مثل مثبطات مضخة البروتون، وقد تختلف

الحالات لأنه قد يظل إيجابياً بعد علاج قديم ولا يثبت بالضرورة وجود عدوى نشطة. وفي حالات معينة، خصوصاً عند وجود أعراض إنذار أو اشتباه بقرحة أو نزيف أو عند كبار السن، قد يوصي الطبيب بمشظار علوي مع أخذ عينة من المعدة، وتوضح "مايو كلينك" أن المنظار العلوي قد يستخدم لفحص أعراض قد تكون ناتجة عن قرحة، أو التهاب معدة مرتبطين بجرثومة المعدة.

مضاعفات جرثومة المعدة
أبرز مضاعفات جرثومة المعدة هي التهاب المعدة المزمن؛ فعندما تستقر البكتيريا في بطانة المعدة، قد تسبب تهيجاً والتهاباً مستمراً في الغشاء المبطن. هذا الالتهاب قد يكون بسيطاً عند بعض الأشخاص، لكنه قد يستمر لسنوات عند آخرين، وقد يغير طبيعة الخلايا في بطانة المعدة مع الزمن. وتذكر "مايو كلينك" أن جرثومة المعدة قد تسبب تورم أو التهاب بطانة المعدة، وهو ما يعرف بالتهاب المعدة.

المضاعفة الثانية، والأكثر شهرة، هي القرحة الهضمية؛ فالقرحة جرح مفتوح في بطانة المعدة أو الاثني عشر، وتحدث عندما تضعف وسائل الحماية الطبيعية للغشاء المبطن، فيصبح الحمض قادراً على إحداث تآكل وألم ونزيف محتمل.

وتوضح مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها أن جرثومة المعدة تسبب أكثر من 90% من قرح الاثني عشر وما يصل إلى 80% من قرح المعدة، وهي أرقام تفسر لماذا أحدث اكتشاف هذه البكتيريا تغييراً كبيراً في فهم الطب لأسباب القرحة.

وقبل اكتشاف دور جرثومة المعدة، كان الاعتقاد الشائع أن القرحة تنتج أساساً عن التوتر أو الطعام الحار أو زيادة الحموضة فقط. واليوم، أصبح معروفاً أن أهم سببين شائعين للقرحة الهضمية هما جرثومة المعدة والاستخدام الطويل أو غير المناسب لمضادات الالتهاب غير الستيرويدية مثل بعض مسكنات الألم.

ولا يعني ذلك أن التوتر والطعام لا يؤثران في الأعراض، لكنهما ليسا التفسير الرئيسي لمعظم حالات القرحة كما كان يعتقد سابقاً.

وقد تتحول القرحة من مشكلة مؤقتة إلى حالة طارئة إذا حدثت مضاعفات، من أخطرهما النزيف، وقد يظهر في صورة قيء دموي، أو براز أسود قطراني، أو أنيميا ونقص في الحديد، أو دوخة وإرهاق شديدين.

كما قد تؤدي القرحة أحياناً إلى ثقب في جدار المعدة أو الاثني عشر، وهي حالة خطيرة تسبب ألماً شديداً مفاجئاً بالبطن وتحتاج إلى تدخل عاجل.

وقد تسبب القرحة أيضاً انسداداً في مخرج المعدة أو الاثني عشر بسبب الالتهاب، أو التليف، فيشعر المريض بقيء متكرر وامتلاء سريع وفقدان وزن.

ويذكر المعهد الوطني للأميركي للسكري وأمراض الجهاز الهضمي والكلى أن قرح المعدة أو الاثني عشر يمكن أن تؤدي إلى نزيف أو ثقب أو اختراق الأنسجة المجاورة أو انسداد في المعدة أو الاثني عشر.

جرثومة المعدة وخطر السرطان
من المضاعفات المهمة أيضاً ارتباط الجرثومة بسرطان المعدة، وهذا لا يعني أن كل مصاب بجرثومة المعدة سيصاب بالسرطان؛ فالغالبية العظمى من المصابين لا يصلون إلى هذه المرحلة.

لكن العدوى المزمنة تعد عاملاً معترفاً به في زيادة

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحدث الخلط الشائع عندما يربط الناس كل حموضة أو ارتجاع أو انتفاخ بجرثومة المعدة؛ فالحموضة والارتجاع قد يحدثان لأسباب أخرى، مثل ارتجاع المريء، أو العادات الغذائية، أو زيادة الوزن، أو بعض الأدوية، أو اضطرابات حركة المعدة، لذلك لا يكفي وجود ألم أو انتفاخ لتأكيد العدوى، ولا يصح تناول مضادات حيوية بمجرد الشك.

اختبارات تشخيص جرثومة المعدة
يحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

أعراض الإصابة بجرثومة المعدة
عندما تظهر الأعراض، فإنها غالباً لا تكون مميزة تماماً لجرثومة المعدة وحدها؛ فقد يشعر المريض بألم أو حرقان في أعلى البطن، وقد يزيد الألم عندما تكون المعدة فارغة، أو يتحسن مؤقتاً بعد الطعام أو مضادات الحموضة، وقد تظهر أعراض مثل

الانتفاخ، وكثرة التجشؤ، والغثيان، واضطراب المعدة، وفقدان الشهية، وأحياناً فقدان الوزن غير المقصود. وأوضحت "مايو كلينك" أن هذه الأعراض قد تظهر عند حدوث التهاب في المعدة، أو قرحة، لكنها لا تعني وحدها أن السبب هو جرثومة المعدة، لأن أعراض عسر الهضم تتشابه بين أسباب كثيرة.

ويحتاج تشخيص جرثومة المعدة إلى اختبار مناسب؛ لأن علاجها يعتمد على أكثر من دواء، وقد يزيد سوء استخدام المضادات من مقاومة البكتيريا ويصعب العلاج لاحقاً.

ويمكن تشخيص جرثومة المعدة بعدة طرق منها الاختبارات الشائعة كاختبار التنفس باليوريا (U B T)، وتحليل مستضد الجرثومة في البراز، وبعض تحاليل الدم، وإن كان تحليل الدم أقل فائدة في بعض

الحالات. ويمكن إجراء اختبار اختراق المعدة بالبراز، وهو اختبار جديد يكتشف وجود البكتيريا في البراز، وهو ما يفسر لماذا قد يكتشف بعض المرضى الجرثومة أثناء فحوصات تجرى بسبب الأنيميا، أو ألم مزمن، أو قرحة، أو قبل استخدام طويل لبعض الأدوية، بينما يعيش آخرون بالعدوى لفترات دون شكوى واضحة.

عامل رئيسي في تدهور حالة مرضى السكري



كشفت دراسة علمية حديثة أن الموقف العاطفي لمرضى السكري تجاه مرضه قد يؤثر في حالته الصحية بدرجة تفوق تأثير المرض نفسه. توصل الباحثون إلى هذه النتيجة بعد دراسة بيانات 438 شخصاً بالغاً مصاباً بالسكري، وقارنوا حالتهم الصحية بوضعهم النفسي، ووجدوا أن القلق، والخوف من المرض، والميل إلى تضخيم العواقب المحتملة للأمراض كانت العوامل الأكثر إسهاماً في تطور الضيق النفسي لدى مرضى السكري والذي ينعكس سلباً على الصحة، مع ذلك، لم يكن إدراك شدة المرض نفسه مرتبطاً بمستوى

الضغط النفسي. كما أتاح التحليل تصنيف المرضى إلى ثلاث مجموعات: ذوي الضغط النفسي المنخفض، والمتوسط، والعالي، وتوحيث أن أعلى خطر للضائقة النفسية الشديدة كان لدى الأشخاص الذين يعانون من مسار طويل لمرض السكري وظهور مضاعفات هذا المرض.

يرى الباحثون أنه بالإضافة إلى مراقبة مستويات السكر في الدم، من المهم لمرضى السكري الاهتمام بحالتهم النفسية، ويعتقدون أن معالجة القلق والأفكار السلبية المتعلقة بالمرض يمكن أن تحسن جودة الحياة وتسهل إدارة المرض يومياً.

ويشير خبراء الصحة إلى أن التوتر قد يساهم بشكل كبير في تدهور الوضع الصحي لدى مرضى السكري، فعند التوتر يفرز الجسم هرمونات مثل الكورتيزول والأدرينالين لتوفير طاقة فورية، وتمنع هذه الهرمونات الأنسولين من العمل بفعالية، مما يرفع نسبة السكر في الدم، كما أن التوتر يرفع مقاومة الأنسولين في الجسم ويرتفع معه مستوى السكر في الدم أيضاً، فضلاً عن الآثار السلبية التي يسببها التوتر والقلق على صحة القلب والشرايين والجهاز العصبي.





الجمهورية الكويتية
GOVERNMENT OF KUWAIT

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محكمة دبي
DUBAI COURTS

70639

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

اعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر

في التنفيد رقم ٢٥٤٩/٢٠٢٣/٢٥٢٣

شيكات

الخبر

المختومة بـ دائرة التنفيد الرامية رقم ١٨٦

موضوع التنفيد : المطالبة بقيمة الشيك التجاري رقم (٩٠٢٥٨٩) الصادر عن بنك مصر.

طالب التنفيد : بنك دبي التجاري (ش.ج.)

عنوان الإمرات إمارة دبي بـبورصة - دورم دبي شارع الاتحاد - مبنى بنك دبي التجاري (ش.ج.) شقة ٥٠٤٤٤٤٤٤

مقبلين إمارة دبي سنتر - ٥٠٤٤٤٤٤٤

المطلوب إعلاناً - حسن احمد افون حسن وهبي سدوقي - صفته، مفوض ذرهم

موضوع الإعلان : اقام عليه محكمة التنفيدية المذكورة المذكورة المذكورة المذكورة المذكورة المذكورة

السداد والمبلغ الملتزم به وقدره (١٨٧٩٠٠) درهم الى طالب التنفيد او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فلا فان محكمة التنفيدية ستستخذم الاجراءات القانونية بحسبهم.

لسداد المبلغ بـ وتم ايداع او تحويل او مبالغ الى الحساب التالي الخاص بملف التنفيد المثلث

ACCOUNT: AESS0260751208000217362

DC-VAC-ACCESTO : 253-2026-3409-000217362

Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة

محكمة دبي
DUBAI COURT

محكمة دبي الابتدائية

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

اعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٥٣/٢٠٢٣/١٦٨٠ تنفيذي شكايات

المطروقة، بـ دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٣٣

مطالب التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المزعج رقم (٩٠٦٩٤٧) الصادر من بنك مصر.

حقوق التنفيذ: بنك دبي التجاري (ش.م.ع.)

عقوبات الإزمات إمارة دبي: بوريس-دي. شارع الاتحاد- بنك دبي التجاري (ش.م.ع.)

تكاليف الإزمات سبتي سنة ٥٠٤١٧٩٠٠

الخطون (إعلان)، مئة ناصرة على عيار الجرام، صفته، منفذ عدله

مطالب الإعلان: دفع أقام عليه المدعى التنفيذ المذكورة أفعاله والزامكم بتنفيذ ما ورد بالنداء

مطالبات: وصاد المبلغ المنفذ به وقدره (١٩٠٩٠٠) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، بالإضافة

إلى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ١٥ أيام من تاريخ نشر الإعلان والأ فاف محكمة التنفيذ تستخدم

الإجراءات القانونية بحكمكم.

لسداد المبلغ المنفذ به يتم إيداع أو تحويل أي مبالغ إلى الحساب التالي الخاص بصفك التنفيذ المثلث

ACC0260751208000211323

DC-VAC-AEOUNT : 253-2022-1680-0000121323

Emirates NBD

بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعيبة



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



محكمة دبي
DUBAI COURT

محكمة دبي الابتدائية

70639

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٥٣/٢٠٢٣/٢٧٧٤ تنفيذ شكايات



المطوية بـ (مادة التنفيذ الثامنة عشر) رقم ٢٧٧

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المزعج رقم (٤٨٩٩٩٩) والصادر من بنك دبي التجاري (ش.م.ج.)

طالب التنفيذ : بنك دبي التجاري (ش.م.ج.)

عنوانه /الإمرات إمارة دبي - بوموريس-ديرة- شارع الاتحاد-مبنى بنك دبي التجاري (ش.م.ج.) - شقة ١٧٧٧-٤٥٤٤

مخالطة -١٤٤٣/٠٨ - خلال عامين - مضطه - معفى ضده

موضوع الإعلان : ادعاء عليكم التنفيذيين المذكورة اعلانه والزاعم بتنفيذ ما ورد بالاسند

الموضوع وسماد اعلان المذنب به وقرره (١٦٥٦٨) تاريخ اى اطلب التنفيذ و ا خزينة المحكمة ، بالاضافه الى السداد المرسوم المخرجه وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستند الاجراءات القانونية بحكمكم

لسداد اطلب المذنب به يتم ايعازا و تصوير اى مبالغ اى الحساب التالي الخاص بمبلغ اطلب المائل

ACCOUNT: 253-2026-2724-000214991
DC-VAC-ACC-2023-2026-2724-000214991

Emirates NBD بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعيبة

 مملكة فلسطين Ministry of Economic Development & Planning دولة فلسطين	محاكم دبي	 محكمة دوراي DURAI COURSE
محاكم دبي الابتدائية		
[70639]	العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤	
اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر		
في التنقيذ رقم ٢٥٦٢٠/٢٠٢٥/٢٥٣		
شيكات		
المطلوب : بدارة التوقيع السامية رقم ٢٢٨ موضوع التنقيذ : المطالبة بقيمة الشيك المبلغ رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر من بنك الشرق. طالب التنقيذ : بنك دبي التجاري (س.ج) عنوانه الامارات إمارة دبي - مومبيد - ديرة - في شارع الاتحاد - بنك دبي التجاري (س.ج) إمارة دبي ديرة تمتد ٥٤١ - ٥٤١ المطلوب اعلانه : ٥ سوريون كوك رومياني نارين ناس - صفته ، مقدمه ضده موضوع الاعلان : ادق امام علمكم التدبير المذكورة الاعلان والمزمع بتنقيذه ما ورد باسند توقيض وساده المبلغ المنفذ به وقرره (١٠٠٠٠٠) من اي حاله الاعلان او خزينة محكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنقيذ ستنتخذ الاجراءات المفترضة بحكمهم. لسداد المبلغ به يتم ايداعا او تحويلا الى مبالغ الي الحساب التالي الخاص بمبلغ التنقيذ المختل DC-VAC-Account : 253-2025-25620-000186267 Emirates NBD . بنك الامارات دبي الوطني		
رئيس الشعبة		

[illegible]

 الجمهورية العربية السورية Ministry of Economy and Planning	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	 DURAI COURT
70639	العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤ اعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر في التنفيد رقم ٢٢٩٩٧١/٢٠٢٥/٢٥٢ شكات المختارة : دائرة التنفيذ السامية رقم ٢٢٨ مطالب التنفيذ : اتفاقية فضيلة الشيك المبرمج رقم (.....) والصادر عن بنك الامارات بي.بي.بي.بي. مطالب التنفيذ : بنك دبي التجاري (ش.م.ج.) عنوانه :الإمارات إمارة دبي شارع الاتحاد- مبنى بنك دبي التجاري (ش.م.ج.) شقة ٥٠٤٤٦١٩٧ - قسم سترت - ٥٠٤٤٦١٩٧ المطلوب اعلانه: ن محمد ابن عبدالعزيز - صفته: صاحب منفذ موضوع الاعلان : قد علمنا المحكمة المدنية المذكورة اعلاه والزعماء بتبنيهم ما ورد بالمدعى رصداً للمبلغ المتدفع به وقرره (١٨٧٨٠٠ درهم) ان طالب التنفيذ او خزينة المحكة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ١٥ تاريخ نشر الاعلان والا فلا ضمان بحكمته تستحدث الاجراءات القانونية بحقهم. لسعاد اللغزف بدع يتم ادراجها او تحويلها الى مبالغ الي الحساب التالي الخاص بتنفيذ التمثيل المثالي AC:340260751208000176418 DC-VAC-Account : 253-2025-22971-000176418 Emirates NBD . بنك الامارات بي.بي.بي.بي	الخبر



محكمة دبي
DUBAI COURT

محكمة دبي
DUBAI COURT

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٢٩٧٤/٢٠٢٥/٢٢٩٧٤ تنفيذ شيكات

المطوية (١) ومادة التنفيذ الخامسة عشر رقم ٢٧٧

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المراجع رقم (.....) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني.

طالب التنفيذ : بنك دبي التجاري (ش.ج)

مخولة الامارات إمارة دبي : موريس-دير-دي شارع الاتحاد-بنك دبي التجاري (ش.ج-ع) - شقة ٥٠٤٤٤٤

الخطوط ١٤٤٤٤٤ - ايمان حسن (سوق فراخا - صفته، صفته ضد

موضوع الاعلان : ادق اقام عليكم التنفيذ التذكيرة الاعلاد والزمكم بتنفيذ ما ورد بالسند

التنفيذ وساد اقيم التنفيذ به وقرره (١٠٠٠٠) درهم عن طالب التنفيذ و ا خزينة المحكمة ، بالاضافة

الى السداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ النشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ

الاجراءات القانونية بحسبكم.

لسداد القسط به يتم ايداع او تحويل اي مبالغ الى الحساب التالي الخاص بصفق التنفيذ المائل

AC:90260751208000176423

DC-VAC-AEENOUT : 253-2025-22974-000176423

Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني

رئيس الشعبة

[illegible][illegible]

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

اعلان رقمي الكيف بالوفاة بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٢٥٠٠/٢٠٢٥/٢٥٣ تنفيذ شيكات

المطروقة ١٤، دائرة الشامة صدر رقم ٤٧٣

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجح رقم (1٤٧٤١٤) الصادر عن حساب المطلق ضد لدى مكتب دبي التجاري (ش.م.ع).

طالب التنفيذ : بنك دبي التجاري (ش.م.ع) - عنوانه الإمارات بإدارة دبي - بورسميد دبي - دبي - شارع الاحاد - مبنى بنك دبي التجاري (ش.م.ع) - شقة ١ - شقة ١ - مقابل رقم ٥٠٥١٤٧١١٠٠

المطلوب اعلان - اريد بول ثوري - صفته : تنفيذ الشيك

موضوع الاعلان : قد اقيم علمك المصدق المذكورة الاعلاه والزاعمك بتنفيذ ما ورد بالاسند الموضوع بسداد المبلغ المقتد به وقرره (٧٧٧٠٠٠ درهم) الى مكتب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال (١٥ يوم) من تاريخ نشر الاعلان والا فلا فائدة محكمة التنفيذ تستخدم الاجراءات القانونية بحكمكم.

لسداد المبلغ المقتد به يتم ايداع او تحويل اي مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثلل

ACC190260251208000176494

DC-VAC-ACOUNT : 253-2025-234000-00176494

Emirates NBD - مكتب الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة

محكمة دبي
DUBAI COURT

الخبز

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤
اعلان رقمي للكتاب بالوفاة بالنشر
في التنفيد رقم ٢٥٢٣/٢٠٢٥/٢٥٢٣ تنفيذ شكايات

المشروطة، بإدارة التنفيذ ضد رقم ٤٧٢
موضوع التنفيذ: الطالبة عبيدة الشيك المرجع رقم (٤٥٦١٦٦) والصادر عن حساب المطلق ضد لدى
عن بنك دبي التجاري (ش.م.ج.)
طالب التنفيذ: بنك دبي التجاري (ش.م.ج.) - عنوانه: الإمارات إمارة دبي - بوموسيم - دبي - شارع
الاحاد - مبنى بنك دبي التجاري - طابق ٤ - شقة ٤ - مقابل مبنى سنتر - ٥٠٥٠٤٧١٧٧٠٠
المطلوب اطلاقه - ١ - شعب ٢١٤ إبراهيم ابراهيم - صفته: مقدم ضامن
موضوع الاطلاق: قد قام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالاسند
موضوع التسديد وسداد المبلغ المتدفع به وقرره (٢٠٢٣/٧/١٤) درهم الى بنك التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة
الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ١٠ أيام من تاريخ رفع الاطلاق والا فلا فان محكمة التنفيذ ستستخدم
الاجراءات القانونية بحقكم.

لسداد المبلغ بحد أقصى يتم ايداعه او تحويله الى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بملف التظلمات
ACU1502607512080001177330
DC-VAC-ACCOUNT : 253-2025-23330-0001177330
Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعيبة



محكمة دبي
DUBAI COURT

العدد ٢٠٢٣/٧/١٤ بتاريخ

محكم دبي

٢٠٢٣/٧/١٤ بتاريخ



محكمة دبي
DUBAI COURT

القرار

إعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥١٩٠/٢٠٢٥/٢٥٣ تنفيذ شكايات

المطلوب : إدارة التنفيذ التاسعة عشر رقم ٤٧٧

مطالب التنفيذ : اتفاقية بقيمة الشيك التجاري رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات في الوثقي.

مطالب التنفيذ : بنك دبي التجاري (ش.ج)

عنوان الإمرات-إدارة في بورجيس-دوره في شارع الاتحاد-بنك دبي التجاري (ش.ج)-شقة ٤٧٧

٤٧٧ - ٥٤٤١٧٩ - ٥٤٤١٧٩

المطلوب (إعلان) : أضي كاميناش شاكيليش (بانكيكيت - صفته، مقدم

موضوع الإعلان : قد أبلغكم إدارة التنفيذ المذكورة أعلاه بصدور تنفيذها ما ورد بالنشر

التنفيذ، وسداد المبلغ الملتزم به وقرره (٢٥٣٥٠٠٠٠) درهم في حال النشر التنفيذي أو خزيته الحكم، بالإضافة

إلى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال (١٢) أيام من تاريخ نشر الإعلان وإلا فإن محكمة التنفيذ ستنتخذ

الإجراءات القانونية بحسبكم.

لسداد المبلغ بحد أقصى يتم إيداعه أو تحويله إلى مبالغ إلى الحساب التالي الخاص بملف التنفيذ المائل

ACCOUNT: ٤٩390267١٢٥800018496١

DC-VAC-ACC302 : 253-2025-25190-00018496١

Emirates NBD - بنك الامارات في الوثقي

رئيس الشعبة



محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية

70639

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

إعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٣٦/٢٠٢٣/٧٥٢ ٨٩٠٠ تنفيذ شيكات

الخبر

المطلوب: بـ دائرة التنفيذ الإمرارة رقم ١٨٦

موضوع التنفيذ : الخاتمية بقيمة الشيك المرحح رقم (٥٧٨٠٠) والصادر عن بنك دبي التجاري (ش.م.ج.)

طالب التنفيذ : بنك دبي التجاري (ش.م.ج)

عنوانه الإمارات إمارة دبي -بورجيس-دبي-بو-درج شارع الاتحاد-مبنى بنك دبي التجاري (ش.م.ج)- شقة ٥٠٤٤٤

٤ مقابل -دري ستي- سنتر ٥٠٤٤٤

المطلوب إعلاناً -إدارى- مبلغ بمصالح -سفته- سفته حذره

لغرض الإعلان : قد أقام علمك المحكمة المدنية المدعى اعلاده والزاعم بتنفيذ ما ورد بالسند.

التنفيذ وسداد المبلغ الغدض به وفره (٢٠١٠٠٤) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينة المحكة ؛ بالإضافة

إلى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الإعلان والا فلا تحكمة التنفيذ ستخضع الإجراءات القانونية بحكمهم.

لسداد المبلغ بدق يتم إيداع أو تحويل أي مبالغ إلى الحساب التالي الخاص بتنفيذ التنفيذ المذكور

AEC00260751208000237490

DC-VAC-AAccount : 253-2026-8900-000237490

Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]



Emirates NBD
Emirates NBD Bank PJSC

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



دبي
DUBAI COURTS

70639

العدد ١٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/١٤

إعلان رقمي للتكليف بالهواة بالنشر

في التفتيش الوقفي ٢٠٢٣/٦/٢١ تنفيذ أحكام حق أبو ظبي المالي

المختارة : دائرة التفتيش السابعة رقم ٧٧١

موضوع التفتيش : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٤٧١

الطبيب القانوني : المحكمة الابتدائية القاضي المازن عبد الله محمد بن عبد الله محمد بن عبد الله (١٤، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢، ٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧، ٤٨، ٤٩، ٥٠، ٥١، ٥٢، ٥٣، ٥٤، ٥٥، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٥٩، ٦٠، ٦١، ٦٢، ٦٣، ٦٤، ٦٥، ٦٦، ٦٧، ٦٨، ٦٩، ٧٠، ٧١، ٧٢، ٧٣، ٧٤، ٧٥، ٧٦، ٧٧، ٧٨، ٧٩، ٨٠، ٨١، ٨٢، ٨٣، ٨٤، ٨٥، ٨٦، ٨٧، ٨٨، ٨٩، ٩٠، ٩١، ٩٢، ٩٣، ٩٤، ٩٥، ٩٦، ٩٧، ٩٨، ٩٩، ١٠٠، ١٠١، ١٠٢، ١٠٣، ١٠٤، ١٠٥، ١٠٦، ١٠٧، ١٠٨، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢، ١٨٣، ١٨٤، ١٨٥، ١٨٦، ١٨٧، ١٨٨، ١٨٩، ١٩٠، ١٩١، ١٩٢، ١٩٣، ١٩٤، ١٩٥، ١٩٦، ١٩٧، ١٩٨، ١٩٩، ٢٠٠، ٢٠١، ٢٠٢، ٢٠٣، ٢٠٤، ٢٠٥، ٢٠٦، ٢٠٧، ٢٠٨، ٢٠٩، ٢١٠، ٢١١، ٢١٢، ٢١٣، ٢١٤، ٢١٥، ٢١٦، ٢١٧، ٢١٨، ٢١٩، ٢٢٠، ٢٢١، ٢٢٢، ٢٢٣، ٢٢٤، ٢٢٥، ٢٢٦، ٢٢٧، ٢٢٨، ٢٢٩، ٢٣٠، ٢٣١، ٢٣٢، ٢٣٣، ٢٣٤، ٢٣٥، ٢٣٦، ٢٣٧، ٢٣٨، ٢٣٩، ٢٤٠، ٢٤١، ٢٤٢، ٢٤٣، ٢٤٤، ٢٤٥، ٢٤٦، ٢٤٧، ٢٤٨، ٢٤٩، ٢٥٠، ٢٥١، ٢٥٢، ٢٥٣، ٢٥٤، ٢٥٥، ٢٥٦، ٢٥٧، ٢٥٨، ٢٥٩، ٢٦٠، ٢٦١، ٢٦٢، ٢٦٣، ٢٦٤، ٢٦٥، ٢٦٦، ٢٦٧، ٢٦٨، ٢٦٩، ٢٧٠، ٢٧١، ٢٧٢، ٢٧٣، ٢٧٤، ٢٧٥، ٢٧٦، ٢٧٧، ٢٧٨، ٢٧٩، ٢٨٠، ٢٨١، ٢٨٢، ٢٨٣، ٢٨٤، ٢٨٥، ٢٨٦، ٢٨٧، ٢٨٨، ٢٨٩، ٢٩٠، ٢٩١، ٢٩٢، ٢٩٣، ٢٩٤، ٢٩٥، ٢٩٦، ٢٩٧، ٢٩٨، ٢٩٩، ٣٠٠، ٣٠١، ٣٠٢، ٣٠٣، ٣٠٤، ٣٠٥، ٣٠٦، ٣٠٧، ٣٠٨، ٣٠٩، ٣١٠، ٣١١، ٣١٢، ٣١٣، ٣١٤، ٣١٥، ٣١٦، ٣١٧، ٣١٨، ٣١٩، ٣٢٠، ٣٢١، ٣٢٢، ٣٢٣، ٣٢٤، ٣٢٥، ٣٢٦، ٣٢٧، ٣٢٨، ٣٢٩، ٣٣٠، ٣٣١، ٣٣٢، ٣٣٣، ٣٣٤، ٣٣٥، ٣٣٦، ٣٣٧، ٣٣٨، ٣٣٩، ٣٤٠، ٣٤١، ٣٤٢، ٣٤٣، ٣٤٤، ٣٤٥، ٣٤٦، ٣٤٧، ٣٤٨، ٣٤٩، ٣٥٠، ٣٥١، ٣٥٢، ٣٥٣، ٣٥٤، ٣٥٥، ٣٥٦، ٣٥٧، ٣٥٨، ٣٥٩، ٣٦٠، ٣٦١، ٣٦٢، ٣٦٣، ٣٦٤، ٣٦٥، ٣٦٦، ٣٦٧، ٣٦٨، ٣٦٩، ٣٧٠، ٣٧١، ٣٧٢، ٣٧٣، ٣٧٤، ٣٧٥، ٣٧٦، ٣٧٧، ٣٧٨، ٣٧٩، ٣٨٠، ٣٨١، ٣٨٢، ٣٨٣، ٣٨٤، ٣٨٥، ٣٨٦، ٣٨٧، ٣٨٨، ٣٨٩، ٣٩٠، ٣٩١، ٣٩٢، ٣٩٣، ٣٩٤، ٣٩٥، ٣٩٦، ٣٩٧، ٣٩٨، ٣٩٩، ٤٠٠، ٤٠١، ٤٠٢، ٤٠٣، ٤٠٤، ٤٠٥، ٤٠٦، ٤٠٧، ٤٠٨، ٤٠٩، ٤١٠، ٤١١، ٤١٢، ٤١٣، ٤١٤، ٤١٥، ٤١٦، ٤١٧، ٤١٨، ٤١٩، ٤٢٠، ٤٢١، ٤٢٢، ٤٢٣، ٤٢٤، ٤٢٥، ٤٢٦، ٤٢٧، ٤٢٨، ٤٢٩، ٤٣٠، ٤٣١، ٤٣٢، ٤٣٣، ٤٣٤، ٤٣٥، ٤٣٦، ٤٣٧، ٤٣٨، ٤٣٩، ٤٤٠، ٤٤١، ٤٤٢، ٤٤٣، ٤٤٤، ٤٤٥، ٤٤٦، ٤٤٧، ٤٤٨، ٤٤٩، ٤٥٠، ٤٥١، ٤٥٢، ٤٥٣، ٤٥٤، ٤٥٥، ٤٥٦، ٤٥٧، ٤٥٨، ٤٥٩، ٤٦٠، ٤٦١، ٤٦٢، ٤٦٣، ٤٦٤، ٤٦٥، ٤٦٦، ٤٦٧، ٤٦٨، ٤٦٩، ٤٧٠، ٤٧١، ٤٧٢، ٤٧٣، ٤٧٤، ٤٧٥، ٤٧٦، ٤٧٧، ٤٧٨، ٤٧٩، ٤٨٠، ٤٨١، ٤٨٢، ٤٨٣، ٤٨٤، ٤٨٥، ٤٨٦، ٤

[illegible][illegible]



مجلس
الخطط
والتخطيط
دولة الكويت
Ministry of Economy
and Planning
State of Kuwait

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محكمة
الدبي
Dubai Courts

70639

العدد ٤٨٠٤ بتاريخ ٢٠٢١/٧/١٤

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٩٧٧/٢٠٢٤ تنفيذ تجاري

الخ

المشورة: بدارة التنفيذ الصادر على رقم ٢٩٧٧

موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/٨٨ تجاري مصارف جزئي مبلغ ايج الفنت

في وقدره ٢٩٧١,٦٢ (دريهم) ماعداً للامور في الحاضر.

طالب التنفيذ: مجموعة سامبا المالية (أرعر دبي)

مطلوب التنفيذ: اعلان - ذوي لا اس للبيتي باجور - سند فنت فنت

عنوان الإجراءات-التي جرمي: دبي ام سقيم المثلثة فيلا ك وكته محمد احمد العليار ٢٨٣٨-٢٨٣٨-٢٨٣٨

المطلوب اعلان - ذوي لا اس للبيتي باجور - سند فنت فنت

موضوع الاعلان: قد اقام علميكم التنفيذ التبادلية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد باستند

التنفيذ وسداد المبلغ الفنت في وقدره (٢٩٧١,٦٢) في ام طابك التنفيذ او خزينة المحكة ، بالإضافة

الى سداد الرسوم وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمته ستنتخذ

الاجراءات القانونية بحكمكم

لسداد المبلغ الفنت في يتم زياد او حيوي الى ام مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمبلغ التنفيذ المثلث

ACCOUNT: 207-2024-2977-000026214
DC-VAC-ACCEQNT : 207-2024-2977-000026214

Emirates NBD - دبي الامارات دبي الوطني

رئيس الشعيبة

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / مارلون جالينتييس تاكوبو
، الفلبين الجنسية جواز سفره رقم
(P6194593B) - يرجى ممن
يعثر عليه تسليمه بالسفارة الفلبينية
او اقرب مركز شرطة بالامارات.

منوعات

الفجر

27



أكد الفنان شيكو أن فيلم "صقر وكناريا" يمثل تجربة مختلفة بالنسبة له، مشيراً إلى أنه تحمس للمشروع منذ اللحظة الأولى التي عُرضت عليه فكرته، لما يجمعه من توازن بين الأكشن والكوميديا، فضلاً عن رغبته القديمة في التعاون مع الفنان محمد عادل إمام، وهي الفكرة التي ظلت مؤجلة لعدة سنوات قبل أن تتحول إلى واقع. وقال شيكو، في هذا الحوار، إن هذا النوع من الأعمال يعد الأقرب إليه، موضحاً أن التوقيت كان مناسباً لتقديم الفيلم بعد سنوات من الحديث عن التعاون مع محمد عادل إمام.

الفيلم مر بمرحلة تطوير عديدة

شيكو: "صقر وكناريا" تجربة مختلفة تجمع بين الأكشن والكوميديا



كما أن الجهود الكبيرة التي بُذلت في التنفيذ والتصوير استهدفت تقديم عمل يليق بالجمهور.

وعن الشخصية التي يجسدها داخل الفيلم، وأوضح شيكو أنه يقدم دور كاتب روائي يمثل أحد المحاور الرئيسية للأحداث، لافتاً إلى أن الشخصية تختلف عن كثير من الأدوار التي سبق أن قدمها.

وأضاف أن الشخصية تجد نفسها داخل معامرة مليئة بالمفاجآت والمواقف الكوميدية، كما يظهر خلال الأحداث زوجاً للفنانة يسرا اللوزي في خط درامي يحمل الكثير من الكوميديا.

وأشار إلى وجود بعض أوجه التشابه بينه وبين الشخصية، مؤكداً أنه أضاف إليها عدداً من التفاصيل الإنسانية والكوميدية المستمدة من شخصيته وخبرته الفنية.

تجهيزات خاصة

وأكد شيكو أن فيلم "صقر وكاريا" يعد الأكثر اعتماداً على مشاهد الأكشن بين جميع الأعمال التي شارك فيها، موضحاً أن الفيلم يتضمن مطاردات ومواقف حركية، نظرية تطلبت تجهيزات خاصة، وأن جميع هذه المشاهد فُذت بصورة احترافية.

وأوضح أنه استعان بدوبليج محترف لتنفيذ المشاهد الخطرة، انطلاقاً من قناعته بأهمية توفير عوامل الأمان أثناء التصوير، مؤكداً أن الأهم بالنسبة له هو خروج المشهد بصورة مقنعة ومهيرة للمشاهد.

وأضاف أن أي ممثل يشعر بالرهبة عند خوض هذا النوع من المشاهد، خاصة عندما تتطلب مجهوداً بدنياً كبيراً، لكنه شد على نفسه التحضير الجيد ووجود فريق أكشن محترف ساهم في إنجاز العمل بالشكل المطلوب.

وكشف شيكو أن جميع مراحل التصوير كانت في محافظة الفيوم، حيث استمر التصوير هناك لأيام عدة خلال شهر يوليو، وفي ساعات الظهيرة، وسط درجات حرارة مرتفعة من قلب الصحراء.

وأشار إلى أن المجهود البدني كان كبيراً للغاية، وأن جميع أفراد العمل شعروا بالإرهاق، إلا أن هذه المشاهد كانت من أهم مشاهد الفيلم، وهو ما جعل الجميع يتمسك

الفيلم من تأليف أيمن وتار، وإخراج حسين النياوي، وتدور أحداثه حول المرتزق الأسطوري "صفر" الذي يقرر اعتزال حياته السرية بحثاً عن بداية جديدة، قبل أن يفقده لقاؤه بالكاتب الفضائل "بلال"، المهووس بـ"عالم الجاسوسية،

وأشار إلى أن أكثر ما فاجأه خلال التجربة كان حجم الانسجام بينه وبين محمد عادل إمام، سواء في الأداء أو طريقة العمل، مؤكداً أنه لم يشعر بهذا القدر من الكيمياء مع أي نجم آخر شاركه البطولة من قبل. وأضاف أن ردود فعل الجمهور جاءت مشجعة للغاية، إذ طالب كثيرون بتكرار التعاون بينهما في أعمال جديدة بعد مشاهدة الفيلم.

وكشف سيكو أن رحلة تنفيذ "صقر وكناري" لم تكن سهلة، موضحاً أن الفيلم مر بمراحل تطوير عديدة، وهو ما جعل تصويره يمتد لنحو عامين.

وأشار إلى أن السيناريو أعيدت كتابته أكثر من مرة، وأن النسخة النهائية جاءت بعد سلسلة من التعديلات المستمرة، بهدف الوصول إلى أفضل معالجة ممكنة للفيلم.

وأكد أن تلك التعديلات كانت أمراً إيجابياً، لأنها عكست حرص جميع المشاركين على تطوير السيناريو وتحسينه باستمرار، مشيراً إلى أن الوقت الطويل الذي استغرقه العمل كان في النهاية في مصلحة الفيلم.

وأوضح شيكو أن فكرة العمل مع محمد عادل إمام لم تكن وليدة هذا الفيلم، وإنما تعود إلى نحو 3 سنوات، حيث كان هناك اتفاق مبدئي بينهما على تقديم عمل مشترك، إلا أن المشروع المناسب لم يكن قد ظهر بعد.

وأضاف أن أكثر من فكرة كانت مطروحة خلال الفترة الماضية، قبل أن يستقر الطرفان في التهيئة على فيلم "صفر وكناري" باعتباره المشروع الذي جمع بينهما بحق ما كانا يبحثان عنه.

ويشارك في بطولة فيلم "صفر وكناري" كل من يارا السكري، ويسرا اللوزي، وانتصار، وخالد الصاوي، ومحمود عبد الغني، ودياب.

يعتمد على الضحك فقط، ولا على الأكشن وحده، وإنما يقدم مزيجاً متوازناً بينهما. وأضاف أن الشخصيات مكتوبة بصورة جيدة، وأن العلاقات فيها تتضمن تفاصيل ممتعة تمنح العمل خصوصيته وتجذب الجمهور. واختتم حديثه بالتأكيد على أن البرهان الحقيقي لصناع الفيلم كان منصبا على الجودة في المقام الأول، ثم على الكيمياء التي جمعتها بالفنان محمد عادل إمام، معرباً عن سعادته برود الفعل التي حققها الفيلم منذ بدء عرضه.

بإستكمالها رغم صعوبة الظروف. وأضاف أن الإنتاج نجح في تنظيم ساعات العمل بصورة جيدة، وأن الحماس المشترك بين جميع المشاركين كان الدافع لتحمل تلك الظروف الصعبة حتى تخرج المشاهد بالشكل الذي يرضى الجميع.

رهان على الجودة

وشدد شيكو على أن ما يميز "صقر وكناريا" عن غيره من أفلام الأكشن الكوميدي هو التوازن بين النوعين، مؤكداً أن الفيلم لا



روبي تروج لـ «أنا مش
مغرورة»، استعدادا
لظرحها ضمن ميني
ألبوم «الحب إيه»

"الحب إيه"، والذي يتضمن عدداً من الأغاني المتنوعة التي تقدمها خلال الفترة الحالية.

وكانت روبي قد نشرت، عبر حساباتها الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي، تفاصيل أغنيات الميني ألبوم، والتي جاءت كالتالي: أغنية "الحب إيه" من كلمات مصطفى حدوة، ألحان عطار، توزيع كويليكس، ومكس وماستر ماهر صلاح. وأغنية "الناس الوحشين" من كلمات وألحان عزيز الشافعي.

تروج الفنانة روبي
لأغنيتها الجديدة
"أنا مش مغرورة"
التي من المقرر
طرحها خلال
الأيام المقبلة
ضمن ألبومها
الميني ألبوم "الحب
إيه"، وأغنية "مش مغرورة"
من كلمات حسين خالد، ألحان
وتوزيع أردني.

توزيع ومكس وماستر أمين نبيل،
والأغنية الأخيرة "قلب مامي" من كلمات
فليبينو، ألحان وفواصل موسيقية أحمد
طارق يحيى،
توزيع أحمد طارق يحيى ومعاذ حامد،
ومكس وماستر هاني محروس.

من الأغنية عبر حساباتها على مواقع التواصل الاجتماعي، تمهيدا لإطلاقها رسميا.

ويأتي العمل الجديد ضمن سلسلة الأغاني التي تقدمها روبي في إطار "الميني ألبوم" الذي يحمل عنوان

**استعدادات مكثفة لـ «نيللي وشريهان 2»..
وبدء التصوير خلال سبتمبر**

وشريهان حول ابنتي عم تجمعهما صلة قرابة، لكنهما تختلفان في الطباع وأسلوب الحياة بشكل كبير، قبل أن تضعهما الظروف في رحلة واحدة للبحث عن ميراث عائلي. ومع استمرار رحلتهما، تتوالى المفارقات والمواقف الكوميدية

الناجئة عن اختلاف شخصيتيهما،
لتتحول المنافسة بينهما تدريجيًا
إلى علاقة أكثر تقاربًا، في إطار
يجمع بين الضحك والتشويق.

أنطال مسلسل تيلي وشرهان
مسلسل تيلي وشرهان بطولة
دنيا وإيمى سمير غانم، وسوى
خطاب، ومحمود الجندي، وبيومى
فؤاد وأحمد حلاوة ومحمد سلام
ومصطفى خاطر، وعدد كبير
من ضيوف الشرف منهم المطرب
حكيم وحسن الررداد وعزت أبو
عوف ودلال عبد العزيز والصفان
شيكو أحد أعضاء الثلاثى وسامى
مغاورى، وهو من تأليف مصطفى
صقر وكريم يوسف إخراج أحمد
الجندي.

يواصل أبطال مسلسل الجزء الثاني من "نيللي وشريهان"، الذي يجمع النجمتين دنيا سمير غانم وإيمي سمير غانم، تحضيرات مكثفة تمهيداً لبدء التصوير خلال شهر سبتمبر المقبل.

ويأتي ذلك بعد الانتهاء من التعاقد مع جميع أبطال العمل، في إطار التحضيرات النهائية للمسلسل، الذي يُنتظر أن يشهد عودة الثنائي الكوميدي بعد النجاح الكبير الذي حققه الجزء الأول. وكان الجزء الأول من مسلسل نبلي وشريهان الذي عُرض في عام 2016، قد حقق نجاحاً كبيراً وقت عرضه وحظي بالكثير من المشاهدات لما يتمتع به أبطال العمل من عوامل ساعدت على نجاح العمل بجانب السيناريو الذي اتسم بعامل الكوميديا والتشويق.

قصة مسلسل نيللي وشريهان
تدور أحداث مسلسل نيللي



الفكر

الاستخدام المتواصل للهاتف قد يسبب «رقبة الهاتف» وتغيرات في العمود الفقري والتنفس

أفاد الدكتور ياروسلاف غورين، الأستاذ المشارك في جامعة بيروغوف الطبية، أن الاستخدام المتواصل للهاتف الذكي، خاصة في وضعية الجلوس لفترات طويلة، قد يسبب تأثيرات سلبية شاملة على الجسم.

وأوضح الدكتور ياروسلاف غورين، الأستاذ المشارك في جامعة بيروغوف الطبية، أن إمالة الرأس المتكررة أثناء استخدام الهاتف الذكي قد تؤدي إلى مجموعة من التأثيرات السلبية على الجهاز العضلي والهيكلية ووظائف الجسم



بتقل في الجزء العلوي من الجسم.

وحذّر من أن استمرار هذه العادة قد يؤدي إلى ما يُعرف بـ«رقبة الهاتف»، وهي حالة تتراكم مع حداث في الجزء العلوي من الظهر، وضعف في عضلات الظهر، وبرز في البطن، إضافة إلى تراجع كفاءة الحجاب الحاجز وصعوبة في التنفس نتيجة انخفاض مرونة القصص الصدرية.

وأكد غورين أن هذه التغيرات يمكن الحد منها في مراحلها المبكرة عبر تعديل سلوك الاستخدام، مثل رفع شاشة الهاتف إلى مستوى النظر، وتغيير وضعية الجلوس باستمرار، وأخذ فترات راحة منتظمة كل 30 إلى 40 دقيقة، إلى جانب تقوية عضلات الظهر وزيادة النشاط البدني.

باركنسون قد يبدأ من الأنف... دراسات جديدة توضح

تشير الدراسات إلى أن فقدان حاسة الشم قد يكون أولى علامات الأمراض التنكسية العصبية، مثل مرض باركنسون، حيث تبدأ التغيرات في البصلات الشمية قبل ظهور الأعراض الظاهرة بفترة طويلة.

وأكدت دراسات حديثة أن فقدان حاسة الشم لم يعد يُنظر إليه بوصفه مجرد مشكلة مزعجة، بل أصبح يُعد مؤشرا صحيا مهما قد يكشف مبكرا عن الإصابة بأمراض عصبية ونفسية خطيرة.

وتشير الإحصاءات إلى أن ما يصل إلى 22% من الأشخاص يعانون أحد اضطرابات حاسة الشم، بما في ذلك ضعف الشم، أو فقدانها، أو تشوه إدراك الروائح، أو الإحساس بروائح غير موجودة.

وازداد الاهتمام العلمي بهذا المجال بشكل ملحوظ عقب جائحة كوفيد-19، إذ سجلت منظمة الصحة العالمية نحو 780 مليون إصابة مؤكدة منذ ديسمبر 2019، فيما عانى نحو 60% من المتعافين من فقدان حاسة الشم، ما دفع الباحثين إلى توسيع الدراسات حول العلاقة بين الجهاز الشمي والدماغ.



وقالت الدكتورة زارا باتيل، المتخصصة في علاج اضطرابات الشم والتذوق، إن التغيرات التي تصيب الجهاز العصبي المركزي تظهر في كثير من الأحيان على هيئة اضطرابات في حاسة الشم، مشيرة إلى أن الباحثين يربطوا هذه الاضطرابات بنحو 139 مرضا، رغم أن الآليات الدقيقة لهذه العلاقة لا تزال قيد الدراسة.

وأضافت أن المصابين بالاكتهاب والفصام واضطراب طيف التوحد غالبا ما يعانون أيضا من ضعف في حاسة الشم.

وتشير الدراسات إلى أن فقدان حاسة الشم قد يكون من أوائل المؤشرات على الإصابة بالأمراض العصبية التنكسية، مثل مرض باركنسون، إذ قد يسبق ظهور الأعراض الرئيسية بسنوات نتيجة تراكم البروتينات السامة في البصلات الشمية. كما يواصل الباحثون دراسة آليات مشابهة في مرض ألزهايمر والخرف المصاحب لأجسام ليوي.

ويعزو العلماء الارتباط الوثيق بين الروائح والذكريات والمشاعر إلى أن الإشارات الشمية تنتقل مباشرة إلى الجهاز الحوفي في الدماغ، متجاوزة المهاد.

ويُعد اكتشاف العالمين ليندا باك وريتشارد أكسل لنحو ألف جين مسؤول عن ترميز مستقبلات الشم محطة بارزة في فهم آلية عمل هذه الحاسة، وهو الإنجاز الذي نالا عنه جائزة نوبل في الطب عام 2004.

وعلى صعيد العلاج، تشير الدراسات إلى أن تدريب حاسة الشم عبر التعرف المتكرر على روائح مثل الليمون والورد والقرنفل والأوكالبتوس قد يساعد بعض المرضى على استعادة قدرتهم الشمية. كما أظهرت دراسة تحليلية شاملة نُشرت عام 2024، وشملت نتائج 36 دراسة، تحسنا ملحوظا لدى ما بين 30 و50% من المشاركين، خاصة عند دمج التدريب مع غسل الجيوب الأنفية باستخدام الستيرويدات. كذلك أشارت الأدلة إلى أن ممارسة التمارين الرياضية قد تسهم في تحسين الوظائف الإدراكية والتخفيف من أعراض الاكتئاب.

قرأت لك

الينسون



أوضح الدكتور أحمد الخطيب، أخصائي التغذية العلاجية وعلاج السمنة والتخافه، جامعة القاهرة، أن هناك فوائد صحية عديدة لتناول مشروب الينسون الدافئ وأهمها، أنه مسكن للألم، ويساعد على تهدئة ألم البطن «الغص» عند الأطفال، في حالة معاناة الطفل من الإصابة بنزلات البرد، وكذلك يقلل ألم البطن التي تتعرض لها السيدات فترة الدورة الشهرية.

وفيد تناول مشروب الينسون في علاج التهابات الحلق، الناتجة عن الإصابة بنزلات البرد والأنفلونزا، وكذلك في حالة إصابة الشخص بالسعال الشديد والمصاحب لوجود بلغم، وتقليل حدة الألم السعال الشديدة.

لذلك ينصح الدكتور أحمد، بالاهتمام بتناول مشروب الينسون المفيد لصحة الكبار والأطفال، بدلا من المشروبات الغنية بالكافيين، التي يتسبب الإفراط في تناولها في الإصابة ببعض الأضرار الصحية العديدة.

سؤال وجواب

• من رائد فن المزامات في الأدب العربي؟

– بديع الزمان الهمداني.

• ما هو الفن الذي تم استحداثه في الأندلس؟

– الموشحات.

• من هو مؤسس البلاغة؟

– عبد القاهر الجرجاني

• من رائد إحياء الشعر العربي في العصر الحديث؟

– محمود سامي البارودي

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أقدم جيش نظامي أوروبي هو الحرس السويسري في الفاتيكان إذ يعود تاريخ تأسيسه إلى عام 1400م
- هل تعلم أنه تم تحديد خط الطول جرينتش عام 1884 م
- هل تعلم أن تونس هي أكبر دولة من حيث إنتاج الزيتون
- هل تعلم أن شعر الحلية لدى الرجل قوي جدا ويعادل في قوته ومتانته مائة سلك من النحاس في نفس قطر شعره
- الغوريلا لا يمكنها السباحة.
- القطط المنزلية لديها 18 مخالب.
- الزرافات لا يمكنها السعال.
- الفراشة تتذوق من خلال أرجلها.
- النحل والذباب المنزلي تترفرف بأجنحتها 200 مرة في الثانية.
- النحلة لها 4 أجنحة.
- نهر النيل يتدفق نحو الشمال.
- أول فرشة أسنان تم اختراعها كانت في عام 1498م.
- هل تعلم أن البعد بين الشمس والأرض يعادل 385ضعفا من بعد الأرض عن القمر
- هل تعلم أن عدد ملوك فرنسا الذين حملوا اسم لويس 18 ملكا
- هل تعلم أن المعلقات سميت بهذا الاسم لأنها تعلق على جدران الكعبة

قصة

احترمت نفسي فاحترمتني !!

دخل غلامٌ يُسَـمَّـا بُـتـنـزَه فيه، وكانت أشجارُ البُسَـتـان مُـثـقَـلَةً بحملها، فهي مُـزـدانة بألوان الفواكه اللّـذـيـدة، وأشكال الثَّمـار الناضجة الشهية، فلم تَمُـدَّ يـده لتقطف من فواكهها وثمارها شيئاً، بل كان يَمُـتِّع نظره بالخضرة الـليـامـة والألوان الضاحكة في ربوع البُسَـتـان.

في هذه الأثناء، كان البُسَـتـانِيُّ يراقب الغلامَ مَحَبَّتِيًّا وراء شجرة، وبعد أن أنهى الغلامَ جولته في البُسَـتـان، وهمَّ أن يُعـادِر، جاءه البُسَـتـانِيُّ وأقضى عليه التحية مشفوعةً بابتسامةٍ عذبة، وقال له: لقد رأيتُ شيئاً عجباً!!

فقال الغلامُ: فعلاً، في البُسَـتـان أشياء عجيبة! قال البُسَـتـانِيُّ: لا، لا أَقْصِدُ البُسَـتـانَ، بل أعني أَنِّي كُنْتُ أراقِبُك منذ أن دخلتُ البُسَـتـانَ، فتعجَّبتُ كيف لم تَمُـدَّ يـدَكَ لتقطف تَفـاحَةً أو رَمَانةً أو خوخةً، أو أي فاكهة أخرى أعجبتك، ولم يكن هناك أَحَدٌ في البُسَـتـان؟!

قال الغلامُ: علِمَـتَني أُمِّي مِنـدُ صغري أَنَّنِي لا أرتكب القبيح حتَّى إذا لم أَر أَحداً، طالما أَنَّنِي نفسي معي تراقِبُني، فَصَرْتُ أَكره ارتكاب القبيح أمامها! فَسَرَّ البُسَـتـانِيُّ من جواب الغلامِ المؤدِّبِ المُهَيِّـبِ الذكي، وطلب إليه أن يجلسَ على بساطٍ مفروش على حافةٍ ساقية، ثمَّ قطفَ له من الفاكهة تشكيلةً جميلةً، وآتاه بها في صحنٍ وفوقها بعضُ الورد. قال البُسَـتـانِيُّ للغلام: تفضّل كُلْ مِنها بِمَـرِئاً. قال الغلامُ: أَرَأيتُ! احْتَرَمْتُ نَفْسِي فاحْتَرَمَـتَني!.

مساحة للتلوين

