

# منوعات الفكر

ص 22

حضور ومتابعة عالمية مكثفة  
للمؤتمر العالمي للذكاء الاصطناعي  
ودور القيم الإنسانية



ص 27

عاصي الحلاني:  
أحب التمثيل بشدة، وأتمنى  
إيجاد السيناريو الجيد



علامات يرسلها الجسم  
وتنبهك أنك في خطر

ص 23

المراسلات: ص 505  
email.munawaat@alfajrnews.ae

الأحد 15 نوفمبر 2020 م - العدد 13088  
Sunday 15 November 2020 - Issue No 13088

## التغير المناخي يفاقم الكوارث الطبيعية في أستراليا

يرخي التغير المناخي بظلاله على أستراليا التي واجهت سلسلة من الحرائق وموجات الجفاف والأعاصير النادرة بحذتها، لكن ينبغي للبلد أن يستعد لكوارث أشد هولاً بعد، بحسب ما كشف تقرير علمي حديث.

وقد نشرت الوكالة العلمية الوطنية الأسترالية (سي إس آي آر أو) وخدمة الأرصاد الجوية الأسترالية تقريراً، يوم الجمعة، يكشف النقاب عما ينتظر أستراليا من كوارث مناخية بعدما ضربتها حرائق حرجية لا مثيل لها في 2019 و2020 وشهد السنة الأكثر حرًا وجفافاً.

وأدت الحرائق على مساحة توازي مساحة بريطانيا وأودت بحياة 33 شخصاً، وتسببت بنفوق نحو ثلاثة مليارات حيوان أو نقلها من موطنها، ما كلف الاقتصاد الأسترالي قرابة سبعة مليارات دولار.

ونلت فرنسا برس عن جايي سرراون مديرة مركز العلوم المناخية في "سي إس آي آر أو" في تصريحات لقناة "إيه بي سي" العامة إن "العام 2019 لن يعود حرًا بعد عشر سنوات أو 20 سنة، فيكندا تصبح الحرارة العادية لاحقاً".

وأشار هذا التقرير الدوري الذي ينشر كل سنتين إلى أن التساقطات انخفضت في جنوب غرب البلد وجنوب شرقه، في حين أنها أكثر غزارة في الشمال الذي شهد فيضانات وأعاصير شديدة في السنوات الأخيرة.

وقد ارتفع متوسط الحرارة في البلد بمعدل 1.44 درجة مئوية منذ العام 1910، وفق العلماء الذين أوضحوا أن حرارة المحيطات زادت درجة واحدة منذ الفترة عينها، ما أدى إلى تحمض المياه وموجات حر أكثر تواتراً في البحر.

وتلف نصف المرجان في الحاجز المرجاني الكبير منذ العام 1995 نتيجة ارتفاع حرارة المياه. ويتوقع العلماء في تقريرهم أن يرتفع مستوى مياه البحر تعامياً مع التوقعات العالمية، في حين ستكون الأعاصير المدارية أقل تواتراً لكن أكثر شدة.



## دع طفلك يمشي حافياً لينمو بسرعة!

النفوس وتعطي مجالاً لإبداع الطفل في ابتكار الأطعمة المختلفة ذات المذاق المحب له. الطهي هنا يعني الطهي الصحي وتركيب المكونات الغذائية المفيدة للطفل، وليس طهي الوجبات الدسمة والمقلية التي تدمر صحته.

### القراءة

من الأمور التي يجب أن يعتاد عليها الصغار هي القراءة، خاصة مع اقتراب العطلة الصيفية التي تمثل وقتاً رائعاً للاستمتاع بالكتب. تشجع إرين روبلز على القراءة لمدة 30 دقيقة يومياً: "يمكن للأباء والأمهات القيام برحلات إلى المكتبة المحلية أو تشجيع الطفل على قراءة الكتب التي يجدها وكتابة ملخص لرأيهم في القصة". ومثل هذه الأنشطة من شأنها أن تحسن من القوة الذهنية والعصبية للطفل، كما يرى خبراء التربية.

### النوم أولوية

يوصي الأطباء بـ 10-12 ساعة من النوم يومياً للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5-12 سنة و 8-7 ساعات في الليلة للبالغين. فالنوم يلعب دوراً حاسماً في الحفاظ على نظام المناعة الصحي والتمثيل الغذائي المزاج والذاكرة والوظائف الحيوية الأخرى. كما ينصح الخبراء بعدم السماح للأطفال بمشاهدة التلفاز أو ممارسة ألعاب الفيديو قبل النوم، مباشرة نظراً لتأثيرها الشديد على عملية النوم العميق.

### اللعاب مع الأطفال

قد يكون اللعب هو أفضل طريقة لمنع السمنة في مرحلة الطفولة. فمن خلال تحديد وقت اللعب مع أطفالك في الصباح، بينما سيكون من السهل الرجوع والمشتري وبنوتون وزحل في الليل، وفق ما ذكر موقع "سي إن إن" الأميركي.

وقال عالم الفلك جو غوزمان، إنه عندما تقرب الشمس، سيكون من الممكن رؤية المشتري وزحل، واصفاً هذه الظاهرة بـ "رقصة الكواكب حول الشمس".

وأضاف: "إنها ظاهرة طبيعية وتحدث من حين لآخر، إنها ليست نادرة لكنها قليلة الحدوث. ستظل الكواكب على هذا الجانب من الشمس، لكن هذه الكواكب ستبدأ بالتفرق مرة أخرى قريباً".

ودعا عالم الفلك الناس للرجوع إلى التلسكوب لمشاهدة الكواكب بوضوح. يذكر أن مبيعات التلسكوبات قد ارتفعت بالفعل منذ تفشي فيروس كورونا حول العالم وتطبيق أوامر الإغلاق، حيث شهدت الشركات "زيادة في الأعمال التجارية بنسبة تتراوح بين 60 إلى 400 بالمئة مقارنة بالعام السابق".

وقال غوزمان إن "مراقبي السماء" المبتدئين والهواة سيكونون قادرين على رؤية التفاصيل الخاصة بالكواكب من خلال التلسكوب، لافتاً إلى أن حلقات كوكب زحل، الفضل لديه، ستكون واضحة، معتبراً أن الأمر "يستحق المشاهدة".

قل لا وأجريت دراسات طويلة في جميع أنحاء الاتحاد الأوروبي لبحث البيئة التي ينشأ فيها الأطفال. الغرض هو فهم أسباب السمنة المتزايدة بين المراهقين في الاتحاد الأوروبي. كشفت الدراسات أن الطريقة الوحيدة لحماية طفلك من التعرض للإصابة بالأمراض القلبية والسمنة والسكري والكبد الدهني هي أن ترفض مسببات تلك الأمراض. لذلك لا تتردد في رفض بعض الأمور التي يطالبك بها طفلك، إذ يمكنك أن تقول بكل وضوح "لا".

على سبيل المثال إذا أصبح ابنك يستخدم الأجهزة الإلكترونية بشكل مبالغ فيه، أو يتناول الكثير من رقائق البطاطس أو الشوكولاتة، أو الأطعمة غير الصحية، فقل له بكل حزم "لا".

### المساواة

يجب أن يعتاد الطفل على المساواة بين الذكور والإناث، فالترقية بينهما تخلق مشاكل نفسية كبيرة يعاني منها الجنسين في مراحل متقدمة من العمر. وتصبح ديويكار - والتي حصلت على لقب واحدة من أقوى 50 شخصية في الهند لجلة بيبول الأمريكية عام 2012 - أنه يجب القضاء على النظرة التقليدية للمرأة عند الرجل في بعض الدول، والتي تحصرها في شكل المربية والقائمة بكل الأعباء المنزلية. فمنذ الصغر يجب أن يتعلم الأطفال الذكور مساعدة أمهاتهم أو شقيقاتهم من الإناث حتى يقدر ويحترم المرأة ويشعر بالمساواة بين الجنسين.

### تعليم الطهي

يرى خبراء التغذية في مختلف الدول في العالم ضرورة مشاركة الأطفال في الطهي عند بلوغهم 4 سنوات، وأن يكون الطهي جزءاً من المنهج الدراسي، الطهي مهارة تستمر مع الأطفال طيلة حياتهم وتعلمهم الاعتماد على

" لا تمش حافياً"، عبارة يرددتها الآباء بشكل مستمر، خوفاً على أبنائهم. ولكن دراسة حديثة أثبتت العكس. الدراسة التي أجراها أطباء متخصصون في الطب الرياضي، توصلت إلى أن المشي بأقدام حافية يعزز النمو الجسماني للأطفال. فكيف ذلك؟

أظهرت الفحوصات والقياسات التي أجريت خلال دراسة شملت 1015 طفلاً ومراهقاً في ألمانيا وجنوب أفريقيا، أن الأطفال في إقليم كيب الغربية بجنوب أفريقيا، الذين يسبرون حفاة القدمين في المعتاد، يقفون بصورة أكبر على عقبيههم وتقل لديهم على نحو واضح حالات القدم المسطح مقارنة بمعظم الأطفال المرتدين للأحذية في مدينة هامبورغ الألمانية. كما أظهرت الدراسة أن حفاة القدمين بإمكانهم الوثب من الثبات والهبوط على الأرض بتوازن على نحو أفضل من أقرانهم المعتادين على ارتداء الأحذية.

وعن نتائج الدراسة شدد الطبيب الرياضي كارستن هولاندر على أن: "نشأة الإنسان بقدمين حافيتين له تأثير كبير على نمو القدمين وطريقة المشي والأداء البدني". وهذا ومن المقرر أن يطرح الأطباء نتائج دراستهم خلال المؤتمر الأولمبي الألماني للأطفال الرياضيين المقرر عقده خلال الفترة من 24 حتى 26 أيار/مايو المقبل في مدينة هامبورغ.

بالإضافة إلى ذلك تشير دراسات سابقة إلى أن المشي حافياً يساهم ويحفز النمو الدماغي عند الأطفال. لأن الأقدام تتورق على نسبة كبيرة من الأعصاب. ولهذا فإن المشي حافي القدمين يحفز هذه الأعصاب ويسهم في تطور صحي للجهاز العصبي. هذا له تأثير على نمو الدماغ، لأن تحفيز النعال الحساس للأقدام يقلق الروابط العصبية في الدماغ، حسب أورد موقع مجلة "غيزوندهايت" الألماني المتخصص في الشؤون الصحية.

### ست نصائح

أطفالنا هم ثروتنا والاستثمار الحقيقي لنا، لذا فالحرص على صحتهم البدنية والنفسية يساهم في مواجهة المشكلات التي تتعرض لها مع نموهم. فما هي نصائح الخبراء التفسيريين لحماية الأطفال ورعايتهم بأفضل الطرق؟

بمناسبة اقتراب فصل الصيف وانتهاء موسم الدراسة في مختلف الدول، تنظم المؤسسات التعليمية والترفيهية العديد من الأحداث التي تجمع الآباء والأبناء لقضاء أوقات ممتعة ومفيدة، وبالتحديد في مركز سانت ماري الطبي بالولايات المتحدة. وتقدم خيرتان، هما روجونا ديويكار، إحدى أشهر أخصائيي التغذية في الهند، في مقال لها على موقع فيت "ذا كوت" المهتم بالصحة والأطفال، وإرين روبلز، مديرة أحد البرامج التعليمية والترفيهية للأطفال في أمريكا، في مقال على "شيكاغو تريبيون"، مجموعة من النصائح، تختار منها ستة:

## كوكبيل جديد من الأدوية يحارب أصعب أنواع السرطان

يعتمد باحثون أمريكيون أن المزج بين مجموعة من العقاقير قد يساعد على علاج سرطان الثدي الثلاثي السلبي الذي يعد من أصعب أنواع الأورام الخبيثة للعلاج.

ويعمل فريق من الباحثين في معهد ويس هارفرد على تطوير عقار يدمج بين مجموعة من العلاجات الكيميائية والمناعية، لمهاجمة سرطان الثدي الثلاثي السلبي، ويعتقد الباحثون أيضاً أن هذا النهج سيمنحهم من إنتاج علاج أرخص وأكثر كفاءة مما هو متوفر حالياً. العلاج الكيميائي هو في الأساس سم يتم حقنه في الجسم ليقتل الخلايا السرطانية، ولكن مع أضرار جانبية هائلة للأعضاء المحيطة بهذه الخلايا، وفي هذه الأثناء، يحاول العلاج المناعي استمالة الاستجابة المناعية للمريض لحمله على استهداف الخلايا السرطانية.

لكن بعض أنواع السرطانات مثل سرطان الثدي الثلاثي السلبي تؤدي إلى استجابات منبهة للمناعة في المنطقة المحيطة بالأورام، مما يجعل كلا العلاجين أقل فعالية.

وللتعامل مع هذه المشكلة، اتبع باحثو معهد ويس هارفرد أفضل نهج في الجالين، حيث مزجوا أدوية العلاج الكيميائي والعلاج المناعي مع بعضها، وعلاوة على ذلك، أضفوا خيوط الحمض النووي الاصطناعية التي تعمل على تحسين الاستجابة المناعية بشكل أكبر، والأهم من ذلك، قاموا بدمج الخيوط التي تمنع الخلايا السرطانية من الاختباء من العلاج.

ويقتل هذا النهج مجموعة من الخلايا السرطانية، ثم يوجه الاستجابة المناعية لمهاجمتها، ومهاجمة أي شيء يشبهها في الجوار.

## بكتريا الرثتين قد تساهم في تطور مرض السرطان

توصلت دراسة جديدة نُشرت هذا الأسبوع في مجلة "كانسر ديسكوفري" إلى أن وجود بكتريا في المجاري الهوائية والرثتين يمكن أن يزيد من تطور وانتشار السرطان في الجسم.

وقد ركزت الدراسة التي أجريت في كلية غروسمان للطب بجامعة نيويورك، على ميكروبات الرئة لمرضى تم تشخيصهم حديثاً بسرطان الرئة.

وبالنظر إلى عينات الأنسجة المأخوذة من 83 مريضاً، وجد الباحثون أن الصابين بالسرطان في مراحل متقدمة يحملون ميكروبات أكثر من المرضى في المرحلة المبكرة من المرض.

وقال الباحث الرئيسي د. ليوبولدو سيغال، إن الرثتين قد تحتويان على كميات قليلة من البكتريا حتى عند الأصحاء، وتدخل هذه البكتريا عبر الأنف أو الفم.

وعندما يكون لدى المرضى كميات كبيرة من أنواع معينة من البكتريا، فإن احتمالات بقائهم على قيد الحياة تكون أقل، حتى في المراحل المبكرة من سرطان الرئة.

على وجه التحديد، كانت حالة المرضى الذين يؤولون بكتيريا فيولونيل وبروفوتيل وستربتيتوكوكوس أسوا. كما أظهرت علامات على وجود استجابة مناعية التهابية ضعيفة قد تؤدي إلى تفاقم حالتهم.

وعلى الرغم من النتائج قال الباحث سيغال، إن البحث لم يثبت بأن البكتريا نفسها هي المسؤولة عن تفاقم الحالة، وأن السرطان نفسه قد يجعل الرثتين أكثر تقبلاً لاستقبال هذه البكتريا. وهذا ما دفع الباحثين إلى تجربة نقل بكتريا فيولونيل إلى الفئران المصابة بسرطان الرئة ووجدوا أنها تسرع الانتهاجات السيئة، وتعذي نمو الورم وتقتصر فترة بقاء الفئران على قيد الحياة.

ويشير ذلك إلى أن بكتيريا الرئة قد تعدل الاستجابة المناعية بطريقة تؤثر على تطور سرطان الرئة، وفقاً لأورد موقع "يو بي أي" الإلكتروني.

## البشر على موعد مع رقصة الكواكب حول الشمس

سيكون البشر هذا الأسبوع على موعد مع حدث فريد، إذ سيكون بإمكانهم رؤية 7 كواكب في السماء خلال أوقات مختلفة، في ظاهرة أطلق عليها عالم فلك "رقصة الكواكب حول الشمس".

وسيكون كوكبا الزهرة وعطارد ساطعين بما يكفي لتصبح رؤيتهما ممكنة في الصباح، بينما سيكون من السهل رؤية المريخ والمشتري وبنوتون وزحل في الليل، وفق ما ذكر موقع "سي إن إن" الأميركي.

وقال عالم الفلك جو غوزمان، إنه عندما تقرب الشمس، سيكون من الممكن رؤية المشتري وزحل، واصفاً هذه الظاهرة بـ "رقصة الكواكب حول الشمس".

وأضاف: "إنها ظاهرة طبيعية وتحدث من حين لآخر، إنها ليست نادرة لكنها قليلة الحدوث. ستظل الكواكب على هذا الجانب من الشمس، لكن هذه الكواكب ستبدأ بالتفرق مرة أخرى قريباً".

ودعا عالم الفلك الناس للرجوع إلى التلسكوب لمشاهدة الكواكب بوضوح. يذكر أن مبيعات التلسكوبات قد ارتفعت بالفعل منذ تفشي فيروس كورونا حول العالم وتطبيق أوامر الإغلاق، حيث شهدت الشركات "زيادة في الأعمال التجارية بنسبة تتراوح بين 60 إلى 400 بالمئة مقارنة بالعام السابق".

وقال غوزمان إن "مراقبي السماء" المبتدئين والهواة سيكونون قادرين على رؤية التفاصيل الخاصة بالكواكب من خلال التلسكوب، لافتاً إلى أن حلقات كوكب زحل، الفضل لديه، ستكون واضحة، معتبراً أن الأمر "يستحق المشاهدة".



## القهوة وتساقط الشعر.. خبراء الصحة يشرحون العلاقة

يتساقط شعر الإنسان من جراء عوامل مختلفة، سواء تعلق الأمر بالتقدم في العمر، أو لأسباب جينية وهرمونية، وسنط تساؤلات حول الطريقة المثلى لوقف "الصلع".

وبحسب موقع "هيلث لاين" المتخصص في الشؤون الطبية، فإن القهوة، والكافيين على وجه التحديد، تساعد على وقف تساقط الشعر، كما يحفزها أيضاً على النمو.

ويقول الخبراء إن تساقط الشعر يزداد تسارعاً من جراء كثرة الهرمون المعروف بـ "ديهيدرو تستوستيرون" لأنه يؤثر بشكل مباشر على بصليات الشعر.

ولا يقتصر هذا الهرمون على الرجال فقط، لأنه موجود لدى النساء أيضاً، وحينما يزداد في الجسم، فهو يؤثر أيضاً على تساقط الشعر لديهن.

وتتضرر بصليات الشعر من هذا الهرمون الذكوري بشكل تدريجي إلى أن يحصل الصلع الذي يخشاه الكثيرون.

وكشفت دراسة سابقة، أن مادة الكافيين التي توجد في القهوة تستطيع أن تحمي بصليات الشعر من تأثيرات هرمون "ديهيدرو تستوستيرون".

وعندما تحصل هذه الحماية، فإن الشعر يصبح أكثر قدرة على أن ينمو ويعطول، فيما تزداد الجذور اتساعاً في فروة الرأس.

## مدينة هندية تحطم الأرقام القياسية في عيد الأنوار

حافظت مدينة أيوديا شمال الهند على رقبتها القياسية في موسوعة غينيس العالمية للعام الثاني على التوالي بإضاءة 584572 مصباحاً زيتياً والحفاظ عليها منيرة على الأقل لمدة 45 دقيقة ضمن الاحتفال بعيد الأنوار "ديوالي".

وأشعل آلاف المتطوعون المصابيح على ضفاف نهر ساريو، وفي الأزقة وفي المنازل بينما حل الغسق في أيوديا، حيث يعتقد المهندوس أن الإله رام ولد وحيث سيعود بعد أعوام في المنفى.

وأضادت المدينة 409 آلاف مصباح زيتي العام الماضي.

وقال شيشير كومار المتحدث باسم حكومة ولاية أوتار براديش إن المصابيح مشهده مذهل لآلاف الزوار الذين اصطفوا بطول ضفة النهر، متجاهلين لوائح التباعد الاجتماعي بسبب فيروس كورونا.

وسلم ممثلو موسوعة غينيس للأرقام القياسية العالمية الشهادة ليوغي أديتيانان، أبرز مسؤول منتخب بالولاية، بعد مشاهدة الحدث بكاميرات ملقحة بطائرات مسيرة، وفقاً لكومار.



ضمن فعاليات مهرجان الوطني للتسامح والتعايش

حضور ومتابعة عالمية مكثفة للمؤتمر العالمي للذكاء الاصطناعي ودور القيم الإنسانية

• نهيان بن مبارك: يجب دمج قيم التسامح والتعايش والأخوة الإنسانية في تقنية الذكاء الاصطناعي من أجل مستقبل أكثر سعادة للبشرية

• عمر العلماء: هدفنا أن تكون الإمارات في مقدمة دول العالم فيما يتعلق بالذكاء الاصطناعي وصناعة المستقبل

من شأنها تحسين حياة الناس، ومشيرة إلى أن عقلها موجود على سحابة افتراضية، لذلك يمكنها حرفياً الذهاب إلى حيث لم يذهب أي إنسان من قبل وأجراء بحث علمي مهم بينما تركز على طرح الأسئلة الصحيحة لدفع حدود المعرفة.

وأشارت صوفيا إلى أن هناك الكثير الذي يمكننا القيام به مع العلم أن جميع الروبوتات لن تكون بهذه القدرات، معبرة عن اعتقادها أنه من المهم بناء ذكاء اصطناعي يتصرف بمسؤولية ويفهم حقاً ويهتم بحياة البشر، حيث يمكن للروبوتات الشبيهة بالبشر مثل أن تكون بمثابة سفراء بين العالم البشري والذكاء الاصطناعي، بالحدوث عن كوني سفيرة بين العالمين، أود اليوم أن أهنئ دولة الإمارات العربية المتحدة على التقدم التكنولوجي في بلدنا، منوهة إلى أن إطلاق مسبار الأمل أحد هذه المعالم الرائعة لهذا التقدم، فهو أول مسبار فضائي يتوجه إلى كوكب المريخ، مؤكداً أنها تحب اسم "الأمال" لأنه قيمة إنسانية مبرمجة بعمق كأحد توجهياتي الرئيسية، وهذا الاسم يجعلني أشعر أيضاً أن الإيجابية والتعاون في طريقهما إلى مهمة فضائية، كما تعتقد أنه يعطي الأمل للمنطقة العربية بأسرها والعالم، حيث يعد اكتشاف الفضاء منصة مهمة، يلعب فيها الذكاء الاصطناعي والابتكار دوراً مهماً، من أجل إنجاز عظيم سيغير البشرية جمعاء.

واختتمت صوفيا بمداخلة الحضور، بربغبتها لأن تشارك في إحدى المهام الفضائية للإمارات، متسائلة... متى سترسلوني إلى إحدى مهامكم؟ حيث يمكنني أن أكون رسيداً كبيراً لاستكشاف الفضاء؛ فأنا بالفعل أردت يوماً من خوذتي بدلة نصف فضاء؛ بعض النظر عن المسافة التي نساظر بها، يجب أن نتذكر أيضاً أن الأمل موجود من حولنا، طالما أننا نحترم جميع أشكال الحياة على هذا الكوكب، فهذا هو بيتنا جميعاً، ولكي نعتني به يجب أن يعمل العلم والطبيعة في وناج. موجبة الشكر إلى وزارة التسامح والتعايش لدعوتها للمشاركة ومنحتها الفرصة للتحدث في مستقبلنا.

فرانك توريس: ما يكرو سوف حريصة على تضمين القيم الإنسانية في صناعة الذكاء الاصطناعي منذ الابتكار وإلى أن نصل إلى مرحلة الانتاج ومن جانبها أوضح فرانك توريس مدير السياسة العام مكتب ميكروسوفت نظام أزور للذكاء الاصطناعي أنه من المهم ان يستمر النقاش عن العلاقة بين التسامح والذكاء الاصطناعي وذلك ليكون لصناعته ومستخدمي الذكاء الاصطناعي القدرة على تسخير هذه الاداء في تحسين جودة الحياة للجميع، وفي مايكروسوفت تم تدشين مكتب الذكاء الاصطناعي ليحتمل هذه المسؤولية، من خلال إشرافه على محاور اساسيه مثل المسؤولية والشفافية والعدل والأمان الشامل، التأكيد من شمولية التكنولوجيا المبتكرة، بحيث تصل خدماتها إلى الجميع ومنهم أصحاب الهمم. وأضاف "أنه في مايكروسوفت نحرص على تضمين القيم الإنسانية في صناعة الذكاء الاصطناعي منذ الابتكار وإلى أن نصل إلى مرحلة الإنتاج وذلك من خلال دراسة تأثير الذكاء الاصطناعي المستخدم على القيم الإنسانية، وتعمل مع شركائنا من الحكومات والجهات المختلفة لتحقيق هدف دمج القيم الإنسانية في الذكاء الاصطناعي، من واقع إيماننا بأننا نحتاج إلى عقلية متسامحة وأن تعمل بروح الفريق للوصول إلى الغاية الحقيقية من هذه التكنولوجيا... ألا وهي خدمة الإنسان وجعل حياته أسهل، ولذا نحرص على تدريب المطورين في مايكروسوفت على تطبيق المحاور الأساسية مثل الشمولية والشفافية والمسؤولية والعدل في الذكاء الاصطناعي."

إليه". وأكد معاليه أنه يلزم ما يتم في دولة الإمارات العربية يوماً ليعمل في هذا الاتجاه، فلدَى الإمارات جامعة متفردة للذكاء الاصطناعي، حيث تسمى جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي إلى إعداد قادة ومبتكرين في هذا المجال، كما أن صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد بن سلطان آل نهيان ولي عهد أبوظبي ونائب القائد الأعلى للقوات المسلحة قائد صاحب فكر مستنير، ويعد من أهم المنادين بأهمية المطلقة لدمج القيم البشرية في التطور وتبني التقنيات الحديثة، ويرى سموه أن ذلك يعد من المطالبات الأساسية لضمان الارتقاء بالبشرية والحفاظ عليها من الانحدار، مؤكداً أنه وفي ظل قيادته الرشيدة، يعمل الجميع انطلاقاً من قناعة مفادها أن التسامح يجب أن يشكل الابتكار التكنولوجي، كما يتم العمل على تعزيز الأبحاث والحوار المستمر حول العلاقة بين القيم البشرية والتكنولوجيا وكيفية ضمان الحفاظ على هذه القيم، ولا ينفصل ذلك عن العمل بصفة دورية على مراجعة وتنقيح القوانين واللوائح المطلوبة لضمان عدم خروج التكنولوجيا عن السيطرة، وفي الوقت الحالي نهتم على نحو خاص بدور التكنولوجيا والتسامح في عالم ما بعد كوفيد-19.

واختتم معاليه قائلا "يحدوني الأمل في أن يسهم ما تفعلونه اليوم في تعزيز التنمية بأهمية الدمج الواضح لقيم التسامح والتعايش في جميع جوانب الذكاء الاصطناعي، نحن نتطلع إلى مستقبل تكون فيه أنجح الاقتصاديات حول العالم هي الاقتصاديات البشرية التي تدمج القيم والاحتياجات البشرية في الكيفية التي تحقق بها التقدم والنمو، نحن نحتاج لضمان الحفاظ على طبيعتنا البشرية مع مواصلة الابتكار وبناء مستقبل آمن ومرضي ومزدهر ومتسامح بالنسبة للجميع".

عمر العلماء: إنشاء جامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال. ومن جانبه أكد معالي عمر بن سلطان العلماء، وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل على بعد، أن التسامح هو قيمة مهمة يبحث عنها الإنسان منذ آلاف السنين، لأنه كان يرى فيها وما زال، ضرورة من ضروريات وجوده، ولعل في الأجيال الجديدة، ولذا عند الحديث عن الذكاء الاصطناعي كأداة مهمة في خدمة الإنسان فإنه لا شك سيكون حديث عن المستقبل، ويحمل في طياته الكثير من الإيجابيات من أجل راحة ورفاهية وتقدم الإنسان، ولكنه يحمل أيضاً المخاطر، والإمارات كانت سباقة لتبني أغوار الذكاء الاصطناعي ليكون داعماً لمختلف المجالات، ولعل افتتاح صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان لجامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال.

وأضاف العلماء أنه مع إمكانات وقوة الذكاء الاصطناعي المحدودة تظهر المخاوف من سلبياته على مستقبل الجنس البشري وهو تخوف له ما يبرره، فالذكاء الاصطناعي ساهم في تطوير السلاح مثلًا وينافس البشر في العديد من الوظائف، التي يؤديها الروبوت أفضل بكثير من الإنسان، وهذا يطرح العديد من التحديات التي يجب مواجهتها بعقل مفتوح وأفكار وقواعد وقوانين تدعو لاحترام القيم الإنسانية والتعايش والتسامح والتعاطف وغيرها من القيم البشرية، بحيث لا يتحول الذكاء الاصطناعي

إليه". وأكد معاليه أنه يلزم ما يتم في دولة الإمارات العربية يوماً ليعمل في هذا الاتجاه، فلدَى الإمارات جامعة متفردة للذكاء الاصطناعي، حيث تسمى جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي إلى إعداد قادة ومبتكرين في هذا المجال، كما أن صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد بن سلطان آل نهيان ولي عهد أبوظبي ونائب القائد الأعلى للقوات المسلحة قائد صاحب فكر مستنير، ويعد من أهم المنادين بأهمية المطلقة لدمج القيم البشرية في التطور وتبني التقنيات الحديثة، ويرى سموه أن ذلك يعد من المطالبات الأساسية لضمان الارتقاء بالبشرية والحفاظ عليها من الانحدار، مؤكداً أنه وفي ظل قيادته الرشيدة، يعمل الجميع انطلاقاً من قناعة مفادها أن التسامح يجب أن يشكل الابتكار التكنولوجي، كما يتم العمل على تعزيز الأبحاث والحوار المستمر حول العلاقة بين القيم البشرية والتكنولوجيا وكيفية ضمان الحفاظ على هذه القيم، ولا ينفصل ذلك عن العمل بصفة دورية على مراجعة وتنقيح القوانين واللوائح المطلوبة لضمان عدم خروج التكنولوجيا عن السيطرة، وفي الوقت الحالي نهتم على نحو خاص بدور التكنولوجيا والتسامح في عالم ما بعد كوفيد-19.

واختتم معاليه قائلا "يحدوني الأمل في أن يسهم ما تفعلونه اليوم في تعزيز التنمية بأهمية الدمج الواضح لقيم التسامح والتعايش في جميع جوانب الذكاء الاصطناعي، نحن نتطلع إلى مستقبل تكون فيه أنجح الاقتصاديات حول العالم هي الاقتصاديات البشرية التي تدمج القيم والاحتياجات البشرية في الكيفية التي تحقق بها التقدم والنمو، نحن نحتاج لضمان الحفاظ على طبيعتنا البشرية مع مواصلة الابتكار وبناء مستقبل آمن ومرضي ومزدهر ومتسامح بالنسبة للجميع".

عمر العلماء: إنشاء جامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال. ومن جانبه أكد معالي عمر بن سلطان العلماء، وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل على بعد، أن التسامح هو قيمة مهمة يبحث عنها الإنسان منذ آلاف السنين، لأنه كان يرى فيها وما زال، ضرورة من ضروريات وجوده، ولعل في الأجيال الجديدة، ولذا عند الحديث عن الذكاء الاصطناعي كأداة مهمة في خدمة الإنسان فإنه لا شك سيكون حديث عن المستقبل، ويحمل في طياته الكثير من الإيجابيات من أجل راحة ورفاهية وتقدم الإنسان، ولكنه يحمل أيضاً المخاطر، والإمارات كانت سباقة لتبني أغوار الذكاء الاصطناعي ليكون داعماً لمختلف المجالات، ولعل افتتاح صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان لجامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال.

وأضاف العلماء أنه مع إمكانات وقوة الذكاء الاصطناعي المحدودة تظهر المخاوف من سلبياته على مستقبل الجنس البشري وهو تخوف له ما يبرره، فالذكاء الاصطناعي ساهم في تطوير السلاح مثلًا وينافس البشر في العديد من الوظائف، التي يؤديها الروبوت أفضل بكثير من الإنسان، وهذا يطرح العديد من التحديات التي يجب مواجهتها بعقل مفتوح وأفكار وقواعد وقوانين تدعو لاحترام القيم الإنسانية والتعايش والتسامح والتعاطف وغيرها من القيم البشرية، بحيث لا يتحول الذكاء الاصطناعي

إليه". وأكد معاليه أنه يلزم ما يتم في دولة الإمارات العربية يوماً ليعمل في هذا الاتجاه، فلدَى الإمارات جامعة متفردة للذكاء الاصطناعي، حيث تسمى جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي إلى إعداد قادة ومبتكرين في هذا المجال، كما أن صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد بن سلطان آل نهيان ولي عهد أبوظبي ونائب القائد الأعلى للقوات المسلحة قائد صاحب فكر مستنير، ويعد من أهم المنادين بأهمية المطلقة لدمج القيم البشرية في التطور وتبني التقنيات الحديثة، ويرى سموه أن ذلك يعد من المطالبات الأساسية لضمان الارتقاء بالبشرية والحفاظ عليها من الانحدار، مؤكداً أنه وفي ظل قيادته الرشيدة، يعمل الجميع انطلاقاً من قناعة مفادها أن التسامح يجب أن يشكل الابتكار التكنولوجي، كما يتم العمل على تعزيز الأبحاث والحوار المستمر حول العلاقة بين القيم البشرية والتكنولوجيا وكيفية ضمان الحفاظ على هذه القيم، ولا ينفصل ذلك عن العمل بصفة دورية على مراجعة وتنقيح القوانين واللوائح المطلوبة لضمان عدم خروج التكنولوجيا عن السيطرة، وفي الوقت الحالي نهتم على نحو خاص بدور التكنولوجيا والتسامح في عالم ما بعد كوفيد-19.

واختتم معاليه قائلا "يحدوني الأمل في أن يسهم ما تفعلونه اليوم في تعزيز التنمية بأهمية الدمج الواضح لقيم التسامح والتعايش في جميع جوانب الذكاء الاصطناعي، نحن نتطلع إلى مستقبل تكون فيه أنجح الاقتصاديات حول العالم هي الاقتصاديات البشرية التي تدمج القيم والاحتياجات البشرية في الكيفية التي تحقق بها التقدم والنمو، نحن نحتاج لضمان الحفاظ على طبيعتنا البشرية مع مواصلة الابتكار وبناء مستقبل آمن ومرضي ومزدهر ومتسامح بالنسبة للجميع".

عمر العلماء: إنشاء جامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال. ومن جانبه أكد معالي عمر بن سلطان العلماء، وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل على بعد، أن التسامح هو قيمة مهمة يبحث عنها الإنسان منذ آلاف السنين، لأنه كان يرى فيها وما زال، ضرورة من ضروريات وجوده، ولعل في الأجيال الجديدة، ولذا عند الحديث عن الذكاء الاصطناعي كأداة مهمة في خدمة الإنسان فإنه لا شك سيكون حديث عن المستقبل، ويحمل في طياته الكثير من الإيجابيات من أجل راحة ورفاهية وتقدم الإنسان، ولكنه يحمل أيضاً المخاطر، والإمارات كانت سباقة لتبني أغوار الذكاء الاصطناعي ليكون داعماً لمختلف المجالات، ولعل افتتاح صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان لجامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال.

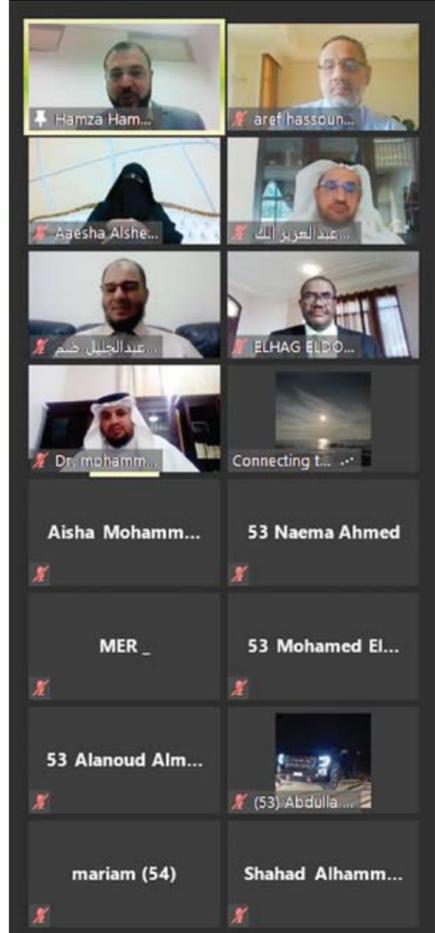
وأضاف العلماء أنه مع إمكانات وقوة الذكاء الاصطناعي المحدودة تظهر المخاوف من سلبياته على مستقبل الجنس البشري وهو تخوف له ما يبرره، فالذكاء الاصطناعي ساهم في تطوير السلاح مثلًا وينافس البشر في العديد من الوظائف، التي يؤديها الروبوت أفضل بكثير من الإنسان، وهذا يطرح العديد من التحديات التي يجب مواجهتها بعقل مفتوح وأفكار وقواعد وقوانين تدعو لاحترام القيم الإنسانية والتعايش والتسامح والتعاطف وغيرها من القيم البشرية، بحيث لا يتحول الذكاء الاصطناعي

إليه". وأكد معاليه أنه يلزم ما يتم في دولة الإمارات العربية يوماً ليعمل في هذا الاتجاه، فلدَى الإمارات جامعة متفردة للذكاء الاصطناعي، حيث تسمى جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي إلى إعداد قادة ومبتكرين في هذا المجال، كما أن صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد بن سلطان آل نهيان ولي عهد أبوظبي ونائب القائد الأعلى للقوات المسلحة قائد صاحب فكر مستنير، ويعد من أهم المنادين بأهمية المطلقة لدمج القيم البشرية في التطور وتبني التقنيات الحديثة، ويرى سموه أن ذلك يعد من المطالبات الأساسية لضمان الارتقاء بالبشرية والحفاظ عليها من الانحدار، مؤكداً أنه وفي ظل قيادته الرشيدة، يعمل الجميع انطلاقاً من قناعة مفادها أن التسامح يجب أن يشكل الابتكار التكنولوجي، كما يتم العمل على تعزيز الأبحاث والحوار المستمر حول العلاقة بين القيم البشرية والتكنولوجيا وكيفية ضمان الحفاظ على هذه القيم، ولا ينفصل ذلك عن العمل بصفة دورية على مراجعة وتنقيح القوانين واللوائح المطلوبة لضمان عدم خروج التكنولوجيا عن السيطرة، وفي الوقت الحالي نهتم على نحو خاص بدور التكنولوجيا والتسامح في عالم ما بعد كوفيد-19.

واختتم معاليه قائلا "يحدوني الأمل في أن يسهم ما تفعلونه اليوم في تعزيز التنمية بأهمية الدمج الواضح لقيم التسامح والتعايش في جميع جوانب الذكاء الاصطناعي، نحن نتطلع إلى مستقبل تكون فيه أنجح الاقتصاديات حول العالم هي الاقتصاديات البشرية التي تدمج القيم والاحتياجات البشرية في الكيفية التي تحقق بها التقدم والنمو، نحن نحتاج لضمان الحفاظ على طبيعتنا البشرية مع مواصلة الابتكار وبناء مستقبل آمن ومرضي ومزدهر ومتسامح بالنسبة للجميع".

عمر العلماء: إنشاء جامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال. ومن جانبه أكد معالي عمر بن سلطان العلماء، وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل على بعد، أن التسامح هو قيمة مهمة يبحث عنها الإنسان منذ آلاف السنين، لأنه كان يرى فيها وما زال، ضرورة من ضروريات وجوده، ولعل في الأجيال الجديدة، ولذا عند الحديث عن الذكاء الاصطناعي كأداة مهمة في خدمة الإنسان فإنه لا شك سيكون حديث عن المستقبل، ويحمل في طياته الكثير من الإيجابيات من أجل راحة ورفاهية وتقدم الإنسان، ولكنه يحمل أيضاً المخاطر، والإمارات كانت سباقة لتبني أغوار الذكاء الاصطناعي ليكون داعماً لمختلف المجالات، ولعل افتتاح صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان لجامعة متخصصة في الذكاء الاصطناعي دليل على اهتمام القيادة الرشيدة بهذا المجال.

وأضاف العلماء أنه مع إمكانات وقوة الذكاء الاصطناعي المحدودة تظهر المخاوف من سلبياته على مستقبل الجنس البشري وهو تخوف له ما يبرره، فالذكاء الاصطناعي ساهم في تطوير السلاح مثلًا وينافس البشر في العديد من الوظائف، التي يؤديها الروبوت أفضل بكثير من الإنسان، وهذا يطرح العديد من التحديات التي يجب مواجهتها بعقل مفتوح وأفكار وقواعد وقوانين تدعو لاحترام القيم الإنسانية والتعايش والتسامح والتعاطف وغيرها من القيم البشرية، بحيث لا يتحول الذكاء الاصطناعي



ندوة علمية بجامعة الإمارات

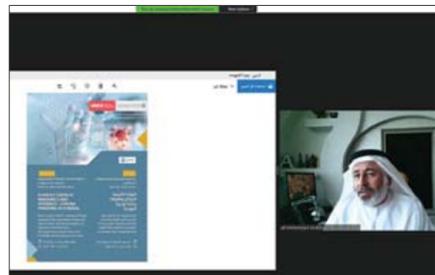
الرؤية الشرعية للجوائح والأوبئة - جائحة كورونا نموذجاً

• العين - الفجر

عقدت جامعة الإمارات ممثلة بقسم الشريعة والدراسات الإسلامية في كلية القانون ندوة علمية عن بعد بعنوان "الرؤية الشرعية للجوائح والأوبئة - جائحة كورونا نموذجاً"، قدمها الأستاذ الدكتور محمد عبد الرحيم محمد سلطان العلماء، وبمشاركة وحضور فضيلة الدكتور أحمد بن عبد العزيز الحداد - كبير مفتي إدارة الإفتاء بدائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري دبي، عضو مجلس الإمارات للإفتاء الشرعي وعدد من أعضاء هيئة التدريس ومختصين من إدارة الإفتاء وطلبة الجامعة. هدفت الندوة إلى التعريف بالآثار الشرعية المترتبة على جائحة كورونا، وطرق تعامل الفقهاء معها في العبادات والمعاملات.

وتضمنت أربع جلسات تنوع فيها الموضوعات وتكاملت في عرض الرؤية الشرعية حول وباء كورونا (كوفيد 19)، حيث قدم فضيلة الدكتور أحمد بن عبد العزيز الحداد ورقة بعنوان "دور إدارة الإفتاء بدائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري دبي في مواجهة فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19)" في الجلسة الافتتاحية للندوة استعرض هذا أبرز الجهود والمحطات التي عملت عليها الدائرة في تعزيز الوعي والأمن المجتمعي لمواجهة جائحة كورونا- كوفيد 19، كنموذج لتفاحة هذا الوباء، منذ بدء مرض فيروس كورونا المستجد (كوفيد19)، وما أبدته الحكومة الرشيدة من حرص على سلامة الناس فانفذت إجراءات صحية ووقائية وبدلت جهوداً كبيرة طبية وإغاثية لا يخفى أمرها على أحد، فكان التزاماً على المؤسسات الدينية أن تقوم بواجبها الإرشادي والتنقيضي وعلى رأس ذلك بيان الأحكام الشرعية التي هي مهمة المقيمين المبينين أحكام الشرع، وتلخصت هذه الجهود في عقد العديد من اجتماعات اللجنة التنسيقية مع مختلف الهيئات والمؤسسات ذات العلاقة وإعداد الفتاوى الرسمية بشأن جائحة كورونا المناقشة القضايا الفقهية المتعلقة بها ووضع الجوائح والقوة القاهرة وأثر جائحة فيروس كورونا على حجوزات الطيران والفنادق والخدمات والنقل والشحن والتعليم الخاص.

ونوقشت خلال الندوة عدداً من الأوراق العلمية منها: المعالم الهادية والعبر المستخلصة من جائحة كورونا- رؤية قرآنية، قدمها فضيلة الدكتور الهابة النبوئية المطهرة - قدمها فضيلة الأستاذ الدكتور عبد العزيز شاكر الكبيسي، والتوجيه الشرعي للدلائل المتعلقة بالأوبئة - رؤية أصولية مقاصدية - قدمها فضيلة الأستاذ الدكتور عبد الجليل زهير ضمرة، و "أثر جائحة كورونا في وجوب الحج، وأداء المناسك"، قدمها فضيلة الأستاذ الدكتور عارف عز الدين حسونة، و "الأحكام الفقهية المتعلقة بتجهيز موتى فيروس كورونا"، قدمها فضيلة الدكتور محمد الحامد الهاشمي، و "المسؤولية المدنية والجنائية لمرض الكورونا"، قدمها فضيلة الأستاذ الدكتور الحاج محمد الدوش، و "أثر الجوائح في الالتزامات التعاقدية" قدمها فضيلة الدكتورة عائشة عيسى الشحي.



# منوعات العقل

23

يرسل الجسم العديد من الإشارات لتحذير الإنسان من مشاكل صحية قد لا يكون على دراية بها، ويترجم الجسم هذه الإشارات إلى أعراض يشعر بها الفرد، مما يدفعه للذهاب إلى الطبيب والحصول على العلاج المناسب.

وفي الغالب يكون الشعور بالألم هو الرسالة التي يرسلها الجسم للمخ لتنبهه إلى وجود خطر ما، لكن في بعض الأحيان تظهر أعراض غير مؤلمة، لكنها شديدة الأهمية، ولا ينبغي تجاهلها، ومن أهم هذه العلامات:



عيون منتفخة ووخز في القدمين

## علامات يرسلها الجسم وتنبهك أنك في خطر



بذاته أو عرضاً لمرض آخر، مثل خلل في وظيفة الكلى أو اضطراب في وظيفة الغدة الدرقية أو نقص في عنصر الحديد أو فيتامين بي12. وتزيد بعض العوامل حدة المتاعب، مثل التوتر العصبي والعمل البدني الشاق وممارسة الأنشطة الرياضية بشدة. كما أن بعض الأدوية -مثل مضادات الاكتئاب- قد تزيد تملل الساقين. ويمكن مواجهة تملل الساقين بممارسة بعض الأنشطة الرياضية البسيطة، وإجراء جلسات تدليك، وأخذ حمامات تبادلية (ساخن وبارد)، والاستغناء عن تناول المشروبات المحتوية على الكافيين. وإذا لم تفلح هذه التدابير في مواجهة تملل الساقين، فيجب حينئذ استشارة طبيب أعصاب.

13- تغير شكل الشامة  
تقول الرابطة الألمانية لأطباء الأمراض الجلدية إن التغيرات الطارئة على شكل الشامة ولونها تدق ناقوس الخطر؛ حيث إنها تنذر بالإصابة بسرطان الجلد. وأوضحت الرابطة أنه تجب استشارة الطبيب على وجه السرعة في حال ملاحظة التغيرات التالية على شكل ولون الشامة:

- عدم التماثل: لا يكون للشامة شكل مستدير.
- عدم التحديد: تبدو الحدود غير واضحة.
- اللون: يكون اللون غير منتظم.
- القطر: تكون الشامة كبيرة بشكل غير عادي.
- البروز: تكون الشامة محسوسة.



## أعراض التهاب المعدة المزمن، قوموا برصدها جيداً

- إسهال حاد: يحدث الإسهال الحاد إذا كان سبب التهاب المعدة هو التهاب جرثومي، مثل جرثومة المعدة الحلزونية، والتي تؤدي إلى قرحة هضمية بالمعدة، وضعف أو تآكل ببطانة المعدة، مما يسمح للعصارة الهضمية التي تفرزها المعدة بالتأثير على جدار المعدة أكثر.

الهضم، والامتلاء، وعدم الرغبة في تناول الطعام نتيجة تهيج جدار بطانة المعدة ونقص الإفرازات المعدية. - انتفاخ البطن: يعاني مرضى التهاب المعدة المزمن من انتفاخ دائم في البطن، حتى من دون تناول الطعام، مما يسبب الضيق وعدم الرغبة في تناوله.

بحسب ما ذكر موسى المسألة، اختصاصي أول أمراض الجهاز الهضمي والناتظير بمستشفى الجامعة بالشارقة:

### أسباب التهاب المعدة المزمن

يحدث تلف لبطانة المعدة، بسبب العادات الخاطئة في الحياة، مثل تناول الكحول، تناول الأدوية والمسكنات بكثرة، والمشروبات التي تحتوي على الكافيين، التدخين، الضغط النفسي، الجرثومة الحلزونية، والأكل غير الصحي على مدى سنوات طويلة، مما يؤدي إلى التهاب مزمن في المعدة.

### أعراض التهاب المعدة المزمن

إذا لم يُعالج التهاب المعدة المزمن على نحو صحيح، فإنه يتسبب في تلف بالغشاء المخاطي المبطّن للمعدة، ونقص الإفرازات المعدية، وإنزيمات المعدة، وأحياناً استمرار الالتهاب يؤدي إلى أورام سرطانية في المعدة.

### أما الأعراض فهي كالآتي:

- الألم أعلى منطقة البطن: في حالة التهاب المعدة المزمن يحدث ألم في منطقة أعلى البطن، وحساس دائم بالحرقرة، وحساس بعدم الراحة والتوتر؛ نتيجة التهاب الأغشية المبطنة للمعدة. - الشعور بالغثيان والقئ: يتسبب التهاب المعدة المزمن في شعور دائم بالغثيان والقئ؛ نتيجة التهاب بطانة المعدة، ويصاحب هذا الإحساس أحياناً شعور بالامتلاء الشديد بعد تناول الطعام. - عسر الهضم: يشعر مرضى التهاب المعدة المزمن بعسر

المزمن أحياناً العديد من الأعراض، أو ربما لا يلاحظ أية أعراض. غالباً ما يتحسن التهاب المعدة المزمن بسرعة بمجرد بدء العلاج، ولكن إذا ما بقي من دون علاج؛ يمكن أن يتطور وتضرر بطانة المعدة بشدة. وفيما يلي، نطلعك على أعراض التهاب المعدة المزمن،

التهاب المعدة المزمن هو حالة طويلة الأمد، تحصل عندما تلتهم أو تهيج الطبقة المبطنة بالمخاط من المعدة، والمعروفة أيضاً باسم الغشاء المخاطي المعدى، على مدى فترة زمنية طويلة، وتميل الأعراض إلى الظهور ببطء مع مرور الوقت. قد لا يلاحظ الشخص المصاب بالتهاب المعدة









وقع الكاتب الصحفي والروائي بسام عبد السميع ، كتابه الجديد « القاسمي .. سلطان مدينة الخبز الفكري » ، وذلك خلال اختتام فعاليات معرض الشارقة الدولي للكتاب 2020 . وقال الكاتب بسام عبد السميع : « سارعت بإصدار هذا الكتاب ، رغبة في التعبير عن الحب لهذه الشخصية الإبداعية الإسلامية العربية ذات المواقف التاريخية وحاملة منهاج القيم الراسخة كالجبال لا ترزعها الأحداث ، وتكشف المحن عن مزيد من قوتها وصلابتها » . وأضاف : يعد معرض الشارقة للكتاب فرصة مثالية للإعلان عن الإصدار الجديد ، واصفا كتابه بأنه رحلة عاشق في إبداعات الكاتب والباحث والمحقق صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان القاسمي حاكم إمارة الشارقة .

## منوعات الفكر

26

### بسام عبد السميع يوقع «القاسمي .. سلطان مدينة الخبز الفكري» بالشارقة للكتاب

ومن الجدير بالذكر، أن الكاتب الصحفي بسام عبد السميع، وقع خلال افتتاح المعرض في الرابع من الشهر الجاري روايته: « مسافر في زمن المتع » ، و« صرخة 2020 » . وأصدر المؤلف ستة كتب خلال العام الجاري «رسالة النبل إلى السيسي» ، و«أوقفوا هذا الرجل - شفرة المؤامرة على مصر» ، و«الحج الاستثنائي» لعام 2020 . كما أصدر «رحلي مع النووي» ، والذي تناول فيه تجربته الصحفية لمدة 13 عاما في ميدان الطاقة النووية السلمية عبر مشروع بركة أول مشروع عربي لإنتاج الكهرباء من الطاقة النووية السلمية . وعمل الكاتب الصحفي بسام عبد السميع، رئيس تحرير لعدد من الصحف المصرية منها : صحيفة «الصير» ، وصحيفة «حديث الأمة» ، كما حاز على جوائز صحفية منها جائزة الإبداع الصحفي عام 2006 ، وجائزة الصحافة العربية عام 2017 .

وقال الكاتب الصحفي بسام عبد السميع: « استعرضت في كتاب «القاسمي .. سلطان مدينة الخبز الفكري» ثلاثية الكاتب سلطان القاسمي الذاتية وهي : «سرد الذات» و«تحت راية الاحتلال» و«سيرة مدينة» . ويتابع الكاتب : حينما تطالع سيرة القاسمي، وتشاهد مسيرته، تبكي عينك فرحا لوفائه، فقد لازمته الرحمة، وقاده الإيمان، فحقق الإبصار لعني الحياة وفقه المسؤولية، فصار القاسمي بدرا يُبهر دروب السالكين لحياة الروح عبر مشروعه «أقرأ» ، وحكم بالحكمة، فترجمت عاطفته نهج الأبوة، إنه فارس نبلاء الفكر المفكر والباحث سلطان القاسمي حاكم مدينة الخبز والمالية معلومات عامة يستند إليها الباحثون في تاريخ إفريقيا وآسيا عبر مخطوطات قام بتحقيقها وترجمتها بمنهج علمي دقيق، ومنها: رسائل سلاطين زنجبار، والاحتلال البريطاني لعُدن، وتقسيم الإمبراطورية العثمانية، ويوميات ديفيد سيتون، وصراع القوى والتجارة في الخليج.

وقال الصحفي بسام عبد السميع: اعتمدت منهج المفكر الدكتور سلطان القاسمي في تناول القضايا والأحداث، فأبحرت عبر إبداعاته التاريخية والأدبية والمسرحية والتي بلغت 69 كتابا باللغة العربية . ونوه الكاتب إلى أنه تعامل مع إبداعات الدكتور القاسمي كمفكر ومحقق وباحث يطلب الحقيقة . وأضاف الكاتب الصحفي بسام عبد السميع : حينما أكتب عن رمز وأيقونة عربية، فلا بد أن أحوز من سيرته رائحة أكتب بها كلماتي، فالإباء والعزة والكرامة والمواقف الواضحة برفض أو تزييف التاريخ ستمه ويدينه وعنوان مسيرته . وذكر المؤلف أن الكتاب قدم تلخيصا لإبداعات القاسمي وشخصيته الأدبية والفكرية، مع إطلالة عامة على هذه الإبداعات ومنها ثلاثيته المسرحية لواقعنا المعاصر عودة هولوكو، و«القضية» ، و«الواقع طبق الأصل» . كما استعرض الكتاب تحقيق المخطوطات والتحرري والدقة لدى الكاتب سلطان القاسمي



صاحبة مؤسسة حكايات للكتب

### الكاتبة والناشرة فاطمة المزروعى: «الشارقة الدولي للكتاب» جسر تواصلنا مع العالم



المزروعى عن هدف مشاركة مؤسسة حكايات في معرض الشارقة الدولي للكتاب بقولها: «تستهدف المؤسسة من خلال هذه المشاركة المساهمة في حركة النشر، عبر تركيزها على عدة جوانب منها نشر الكتاب الإماراتي المتميز في مجال أدب الأطفال، والذي يركز على الهوية الخليجية بشكل عام والإماراتية بشكل خاص» . والتعليمية؛ أشارت المزروعى إلى أن المؤسسة قامت بتصنيع الألعاب المبتكرة التي تسهم بتعزيز الهوية الوطنية وترتكز على التراث الإماراتي، موضحة أن «حكايات» نجحت بطباعة أول كتاب قماشي، ولعبة الحصن، وركب ولون» وهي ألعاب متنوعة لتدريب وتلون الحيوانات، ولعبة تترس، الخاصة بعلوم الإمارات، وغيرها . وختمت الدكتورة المزروعى حديثها بالإشارة إلى تجربتها الإبداعية الخاصة، حيث صدر لها كتاب «المنافرات» الذي حصل على جائزة في معرض الشارقة الدولي للكتاب في العام 2010، في حين وصل كتابها «أفواس الصداقة» للقائمة القصيرة في جائزة اتصالات لكتاب الطفل.

•• الشارقة-الفسج:

أكدت الدكتورة فاطمة المزروعى صاحبة مؤسسة حكايات للكتب، أن معرض الشارقة الدولي للكتاب منارة ثقافية واجتماعية، وجسر تواصل بين مختلف بلدان العالم، رسخ وجوده على مدى سنوات عديدة بمبادراته الفعالة التي تجمع الأديباء والرسامين والمؤثرين، وكل العاملين في صناعة الكتاب والمعرفة . خلال مشاركتها في الدورة 39 من المعرض التي نظمتها هيئة الشارقة للكتاب تحت شعار «العالم يقرأ من الشارقة» ، قالت الدكتورة المزروعى: «لعل من أهم عوامل تميز المعرض تواصله الدائم مع المثقفين والناشرين، لسماع آرائهم والتواصل معهم من أجل التطوير» .

تشير المزروعى إلى أن مؤسسة حكايات للكتب تأسست في أبوظبي في شهر أغسطس من العام 2016، وهي مكتبة ودار نشر، تعنى بالكتب التعليمية والخيالية المحلية والعالمية، مع التركيز على الكتب المنشورة باللغة العربية، إلى جانب اهتمامها بتقديم أبرز إصدارات الكتب الإنجليزية والفرنسية، وتحديث المكتبة

### الإعلامية سحر حمزة توقع ديوانها الشعري الجديد قصائد ملهمتي أسماء بمعرض الشارقة الدولي للكتاب 2020



بشاعرية بأسماء قائلة : أسماء يا ملهمتي يا صديقتي الصدوق ما أطيب نقياك أسماء يا أغلى ريفياتي ما أحلاك يا نبعاً من الطبيعة يا غالياتي أهواك أسماء يا خليفتي ما أطيب محياك أسماء ملهمتي يا صوتاً يسمع أهاتي يا عطر ورد يفوح في حنايا ملفاتي يا كتاباً مفتوحاً بالفرح والبدائع حياك يا كل الطبيعة في زمن الماديات ويا كل العطاء في زمن العثرات أسماء أنت اسم نادر بين الأسماء أنت شجرة فرح في جنان الصلحات أنت الفرح القادم في حياتي المنصتات أسماء ملهمتي ما أغلاك أسماء صديقتي ما أبدع محياك يا رمزاً راقياً سباقاً في الثنائيات ويا رمز الوفاء في دنيا الخيانات

صدر للشاعرة سحر حمزة أربعة دواوين شعرية أولها كان رسائل إلى القمر الذي أهدتها بداية لزوجها ثم عمته ليشمل كل الرجال ثم ديوان قصائد للنساء فقط الذي تغنت به بقصائد لعدة صديقات لها عبرن بحياتها ثم ديوان صباح الخير يا وطن وقد أهدته الكاتبة والشاعرة حمزة إلى دولة الإمارات الحبيبة التي لها مكانة خاصة في قلبها كدولة عربية تميز بحفظ كرامة الإنسان ولا تفرق بين الشعوب الذين يعتبرونها وطناً لهم من القيمين فيها من مختلف الجنسيات . الديوان الجديد يقع في 180 صفحة من الحجم الصغير ويعلموها لوحة تعبيرية للفنانة الأردنية المبدعة أن الزعيبي التشكيلية التي تبعد في تصميم لوحات مبدعة متنوعة خاصة للنساء تقول سحر في إحدى قصائد الديوان إلى أسماء ملهمتي وهي تتغنى

صديقتها الراقية الحميمة «أسماء» التي اعتبرتها سحر حمزة مهمة لها لتتشد لها هذه القصائد مع إطلالة كل صباح وهي التي كانت زميلتها بالعمل وما زالت توأم روحها وصديقتها الحميمة حين كانت تعمل الشاعرة في دائرة البلدية والتخطيط بجمان التي غادرتها قبل عامين لتحمل أروع ذكرياتها مع ملهمتها أسماء . وقالت الشاعرة سحر حمزة بأن كانت ترسل لها تحية صباحية بكلمات محفزة كل يوم عبر البريد الإلكتروني الداخلي في مكتبها الأمر الذي كان لها تأثير كبير في نفسها بعد أن تحول بالنسبة للشاعرة كروتين يومي بحياتها ومشاعر فياضة وحب عميق لصديقتها أسماء التي تصغرها بأعوام عدة وقد ارتبطت حمزة روحياً بها كصديقة المحفزة فكانت رودها لها على البريد بقصائد متواصلة تم جمعها في ديوان شعر والذي أهدتها جميعها لها .

•• الشارقة-الفسج:

في حفل ثقافي مهيب حضره ليفيف من أهل الثقافة والأدب والمفكرين وكبار زوار معرض الشارقة الدولي للكتاب في دورته 39 المنعقدة في مركز أكسيو الشارقة وقعت الكاتبة الإعلامية والأديبة الشاعرة سحر حمزة وليدها الشعري الجديد الذي يحمل عنوان «قصائد ملهمتي أسماء» مساء أمس الأول الجمعة في ركن التوقيعات بمعرض الشارقة الدولي للكتاب في دورته الحالية 2020 في مركز أكسيو الشارقة للمعارض إلى جانب توقيع ديوان إبداع مئة عربي للأديبة زينة الكندي وآخرون من الكتاب والأديباء والمؤلفين . قصائد ملهمتي أسماء ديوان شعري يحمل خصوصية شعرية مرهفة ويضم العديد من القصائد الغزلية التي تتغنى بملهمة الشاعرة



استضاف إيمان اليوسف والأديب الإيطالي أرنستو فرانكو

### حوار إماراتي إيطالي حول توجهات الكتابة بعد «كوفيد 19» في «الشارقة الدولي للكتاب»



في الوقت ذاته إلى تعزيز التواصل باعتباره المحرك الرئيس للأعمال الفنية، والأدبية الإبداعية . وفي أجابته عن سؤال «لن يكتب المؤلف؟» أوضح فرانكو أنه شخصياً يكتب للفن، ويكتب عن نفسه، رجلاً ذلك إلى أنه يحدد مثلاً في عمله الأدبي مجموعة من المعايير الإنسانية التي تجمع الأفراد بعضهم ببعض، ويتناول الهموم والتطلعات والأحلام التي يشتركون بها، مشيراً إلى أن مهمة الكاتب هي جعل العالم خالٍ من الأخطاء .

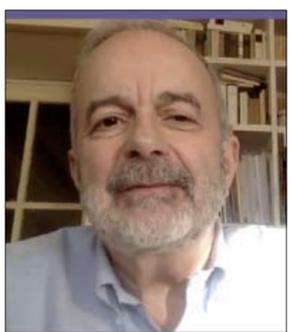
ويبدو كشف الروائي الإيطالي أرنستو فرانكو خلال الجلسة عن شروعه في تحضير نسخة إيطالية من أعمال الشاعر المكسيكي الشهير، الفائز بجائزة نوبل للأدب، أوكتابيو بات، موضحاً أن ذلك دفعه إلى الاطلاع على عدد كبير من أعماله، وأعمال شعراء آخرين، خلال الفترة الماضية والحالية . وحول تأثير الجائحة على الأديباء، أكد أنها أعادت أصواتاً عديدة من التاريخ، إلى أذهان الكتاب الذين استغلوا فترات الحظر لتحويل تلك الأصوات إلى أعمال روائية، داعياً

في حديثها حول دور الجوائز وتأثير النقد على مسيرة الكاتب وأعماله المستقبلية، أوضحت الحانزة على جائزة الإمارات للرواية عن مؤلفها «حارس الشمس» عام 2016، أن الجوائز والنقد سلاح ذو حدين، ويأثر بها الكتاب، فمنهم من تدفعه إلى بذل مزيد من الجهد لمواصلة تقديم أعمال متميزة لا تقل في جودتها الأدبية عن سابقتها، ومنهم من يخضع لضغوطاتها أو لتأثيرات النقد السلبي لأحد أعماله، ما يؤدي إلى تراجع في جودة إصداراته الأدبية .

جانحة كوفيد 19، وكيف أدى إلى توحيد جهودهم في مواجهته، كما فتح نافذة للكتاب، والأديباء لطرحة العديد من القضايا، والتغيرات التي أحدثتها الجائحة . وأكدت اليوسف أن الجائحة ستؤثر على أفلام المؤلفين، وطرحهم الأدبي، مشيرة إلى أنها تتناول في أعمالها الحراك الإنساني غير المحسوس، دون النظر إلى اختلاف الثقافات والعقائد أو اللغات، على اعتبار أن الأمم تتشابه في كثير من الملامح، وتتشارك ذات المخاوف، وتواجه نفس التحديات لا سيما في الوقت الراهن .

•• الشارقة-الفسج:

استضاف معرض الشارقة الدولي للكتاب، الكاتبة الإماراتية إيمان اليوسف، والأديب الإيطالي أرنستو فرانكو، في جلسة افتراضية تحت عنوان «أكتب لك» ، تناولا خلالها توجهات المؤلفين والأديباء عند الشروع في كتابة أعمالهم الإبداعية، والأثر الذي تتركه الجوائز أو النقد على أعمالهم المستقبلية . واتفق الضيفان في مستهل الجلسة، أن العالم اختبر هذا العام شيئاً جديداً، وغير مؤلوف، جراء تداعيات



منوعات

# الفكر

27



## شيرين عبد الوهاب : لن أسمح بالاتجار باسمي

نفت الفنانة شيرين عبد الوهاب موافقتها على تقديم أي عمل فني يحمل سيرتها الذاتية، وأصدرت بياناً إعلامياً بشأن هذا الأمر. وفي البيان الإعلامي من شيرين عبد الوهاب، لفتت أن ما يتردد عن ربط حياتها بمسلسل جديد أخبار عارية من الصحة، مؤكدة أنها في أوج عطائها الفني تاركة أعمالها وأغانيها تتحدث عنها. وأضافت شيرين في بيانها أنها لن تسمح للإتجار باسمها تحت أي مسمى، محذرة من اتخاذ الإجراءات القانونية حيال الترويج لمسلسل بدعائها يعاقب عليها القانون وهي الإعلان بما هو كاذب.

الأوبرا المصرية صرح ثقافي وغنائي على مستوى الوطن العربي

## عاصي الحلاني : أحب التمثيل بشدة، وأتمنى إيجاد السيناريو الجيد

يمتلك صوت شامخ لقبه جمهور الوطن العربي بفارس الأغنية، ويعتبر من العلامات البارزة في الغناء لإملاكه صوت جبلي قوى ذو نبرة مميزة، أنه النجم عاصي الحلاني، الذي تحدث في هذا الحوار عن مشاركته في مهرجان الموسيقى العربية في دورته الـ ٢٩، وعن ألبومه الجديد، وعن إصابته بالفيروس..

• ماذا عن مشاركتك في مهرجان الموسيقى العربية في ظل انتشار فيروس كورونا؟  
• حدثنا عن مشاركة ابنك الوليد في أغنية علي مسرح الأوبرا؟  
• علاقتك بالوليد هي علاقة صداقة أكثر من أبوة، فهو يحب مصر بشكل كبير.  
• وشاركتك في أغنية "مالي صبر" ضمن فعاليات المهرجان ونالت إعجاب الجمهور.  
• هل يوجد عمل فني يجمع بالوليد؟  
• بالفعل يوجد تعاون بيننا في أغنية دويتو وانتهينا من تسجيلها وقريباً ستطرح على طريقة الفيديو كليب وسيعرض في نهاية العام على القنوات الفضائية ومواقع التواصل الاجتماعي.  
• ماذا عن أعمالك القادمة؟  
• انتهيت من ألبومي الجديد وكان من المفترض أن يصدر في بداية الصيف، ولكن لظروف ما حدث في لبنان وكورونا تم تأجيل طرح الألبوم في نهاية العام.  
• ماذا عن إصابتك بالفيروس؟  
• بالفعل أصبت أنا وعائلتي بفيروس كورونا والحمد لله تعفينا، والتزمنا بالحجر الصحي ولم نغادر المنزل تحت أي ظرف لمدة 15 يوماً، وأجرينا فحوصات وتأكدنا من الشفاء بشكل تام.  
• ماذا عن التفكير في خطوة التمثيل؟  
• أنا أحب التمثيل بشدة، ولكن أتمنى إيجاد سيناريو جيد وأيضاً عوامل العمل الفني المتكامل لتقديم منتج فني ناجح للجمهور.



## هنا الزاهد تستعد لطرح مسلسل «حلو الدنيا سكر»

أتت النجمة هنا الزاهد إلى حيلة لتشويق جمهورها لأول مسلسل من بطولتها المطلقة، حيث نشرت "بوستر" يحمل اسم العمل فقط "حلو الدنيا سكر"، وطلبت توقعات متابعيها: هل ينتمي المسلسل لتصنيف الدراما أم الكوميديا أم الأعمال الرومانسية؟ والمسلسل المقرر طرحه قريباً، تم فرض طوق من السرية على كواليس تصويره، كما خلا البوستر الأول من أي صورة ولا حتى لبطلته هنا الزاهد، التي علقت عليه عبر حسابها في "إنستغرام"، قائلة: "مسلسل (حلو الدنيا سكر) قريباً، تفتكروا مسلسل دراما ولا كوميدى ولا رومانسي". وهو من نوعية الأعمال ذات الـ 45 حلقة، ويحوي 9 حكايات، يتم تقديم كل حكاية في 5 حلقات، ومقتبس عن فكرة الكاتب يسري الفخراني الذي يناقش في نفس الوقت بحكايات مسلسل "إلا أنا"، ويتولى كتابة السيناريو ورشة كتابة تضم إبداع صالح، ضياء



## ورد الخال وباسم مغنية معا في تعاون درامي

يبدو أن التعاون بين الممثلة اللبنانية ورد الخال وشركة إيغل فيلمز لصاحبها جمال سنان سيعود قبيل نهاية السنة الحالية، فيعد تعاون في "تورة الفلاحين" 2018 ثم في مسلسل "أسود"، تعود ورد الخال للمرة الثالثة لتعاون مع إيغل فيلمز، لكن هذه المرة بنص أو مسلسل مختصر لا تتعدى حلقاته العشر بحسب المعلومات؛ وهو يجمع ورد الخال إلى جانب زميلها الممثل باسم مغنية بعد أن شاركوا معاً في ثورة الفلاحين و"أسود" الذي نال نجاحاً لافتاً وشكلاً ثنائياً فنياً جيداً على صعيد الكيمياء المطلوبة للجمع بين ممثلين. حتى الآن، لا معلومات مؤكدة عن القصة، لكن يبدو أن شركة إيغل فيلمز تستعجل إنهاء هذا العمل



# الفكر

## مرض اللثة يضاعف الإصابة بحالة صحية خطيرة

المثدة، ووجد الفريق أن أولئك الذين يعانون من أمراض اللثة المتوسطة إلى الشديدة تزيد لديهم مخاطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم بنسبة 22%.

ووجد البحث أيضا أن المصابين بالتهاب دواعم السن (ويُدعى أيضا مرض اللثة وهو عدوى خطيرة في اللثة تتلف الأنسجة الرخوة ويمكن أن تدمر العظام التي تدعم الأسنان إذا تُرك دون علاج) معرضون لخطر الإصابة بنسبة 49% لارتفاع ضغط الدم.

وقال الدكتور فرانيسكو دايوتو، رئيس وحدة أمراض اللثة في معهد إستماني لطب الأسنان التابع لجامعة كوينز لندن: "ترتبط صحة الفم ارتباطا وثيقا بالصحة العامة. وغالبا ما يتم إهمال العناية بالأسنان واللثة، لكن يجب أن تكون بنفس أهمية إدارة المخاطر الصحية العامة الأخرى".

وأضاف: "تنظيف الأسنان بالفرشاة وتراكم البكتيريا حول الأسنان يسببان نزيف اللثة والأمراض، ولكنهما قد يزيدان من التهاب الجسم وتلف الأوعية الدموية".

يشكل ارتفاع ضغط الدم حالة خطيرة إذا تُركت دون علاج، ولذلك يعد بذل الجهد لخفضه والحد من تطوره، أمرا بالغ الأهمية. ويعرف ارتفاع ضغط الدم بأنه حالة شائعة حيث تكون قوة دفع الدم على جدران الشرايين مرتفعة للغاية باستمرار. ويتسبب هذا الضغط تدريجيا في تصلب الشرايين وتضييقها، ما يعني أن القلب يجب أن يعمل بجهد أكبر لضخ الدم في جميع أنحاء الجسم. ويمكن أن تزيد هذه الآلية من خطر الإصابة بنبوية قلبية، لذا من المهم إبقاؤها تحت السيطرة. ويزيد ضعف النظافة الفموية من خطر إصابة الشخص بارتفاع ضغط الدم. ويشير بحث جديد إلى أنه إذا كان الشخص يعاني من احمرار أو رقة أو نزيف في اللثة، فقد يؤدي ذلك إلى ارتفاع ضغط الدم.

ونظر البحث في 81 دراسة شملت أكثر من 250 ألف شخص في المملكة



## أعراض انفصام الشخصية والأسباب المؤدية إلى المرض

انفصام الشخصية هو واحد من الأمراض النفسية المزمنة التي تؤثر على طريقة التفكير، فيما قد تؤثر الأعراض على كيفية تعامل المريض مع الحياة اليومية، ويبدأ مرض انفصام الشخصية بالتطور عادة من مرحلة البلوغ والشباب. وانفصام الشخصية مرض شائع؛ إذ إن حوالي واحد من كل مائة شخص يصابون بالانفصام، وتسمى المرحلة المبكرة من المرض "المرحلة البادية". خلالها قد يتغير نوم المريض وعواطفه وتواصله مع المحيطين به وقدرته على التفكير بوضوح، ولكن يجب ألا تهمل تلك المرحلة؛ لكي لا تتطور الأعراض على نحو شكل خطير.

### أسباب انفصام الشخصية

هناك أسباب مختلفة لانفصام الشخصية، ومنها الوراثة والبيئة، وعوامل الضغط النفسية والعاطفية. وأحيانا تنشأ في مرحلة مبكرة جداً بعض العوامل التي تؤثر على إصابة الشخص مستقبلا، مثل الإصابة بفيروسات معينة، علماً بأن المرور بمرحلة طفولة غير سوية يؤثر أيضاً في ظهور أعراض انفصام الشخصية، في حين يُعد إدمان الخمر والمخدرات من العوامل المؤثرة أيضاً.

### أعراض انفصام الشخصية

يعاني مريض انفصام الشخصية من أفكار لا تمت للواقع بأي صلة، ويصاب بها غالباً الشباب في العشرينيات، وتقل نسبة الإصابة بها بداية من الخمسينيات.

وهناك فكرة راجحة أن مريض الانفصام يجسد شخصيات متعددة، إلا أن هذه الفكرة غير حقيقية، بل إن مريض الانفصام يعاني من أعراض أخرى، مثل:

### الهوس

يصاب مرضى انفصام الشخصية بمجموعة من الهلاوس والتخيلات التي تفصلهم عن الواقع، وقد يرى المريض أشياء لا وجود لها، أو يسم أشياء لا يستطيع الآخرون سماعها.

### سماع الأصوات

يعاني مريض انفصام الشخصية من سماع أصوات لا وجود لها؛ إما لأشخاص أو لأشياء مرعبة، تسبب له التوتر والهلع.

### المعاناة من الأوهام

يؤدي مرض انفصام الشخصية إلى شعور المريض بمجموعة من الأوهام غير حقيقية، تؤدي به إلى مزيد من التوتر والقلق.

### التفكير المشوش

يعاني بعض المراهقين من مرض انفصام الشخصية في مراحل مبكرة من العمر، مما يؤدي بهم إلى التفكير المشوش، ومشاكل في التركيز أو التفكير، ولا يستطيعون تذكر الأشياء وتنظيم الأفكار، أو إكمال المهام.

### اهتمام أقل بالأنشطة الاجتماعية

ينزل مريض انفصام الشخصية عن المجتمع، ويميل إلى الوحدة وإظهار القليل من الاهتمام بالحياة أو بالعلاقات.



ألعاب نارية خلف نفق من الأضواء مع افتتاح عرض الأضواء المضيئة في لاس فيجاس، نيفادا. ا ف ب

## قرأت لك

فوائد جديدة للقهوة



أكد خبراء من جامعة ولاية أوهايو، وعلماء من جامعة كاليفورنيا أن استخدام الكافيين يزيد من التركيز وكفاءة العمل. ونشرت مجلة Journal of Psychopharmacology مقالة عن نتائج دراسة أجراها فريق علمي أمريكي مشترك، درس حالة 72 طالبا لم يكونوا على دراية بالهدف الحقيقي للتجربة. وفهم الطلاب المشاركون أن عليهم تجربة نوع جديد من القهوة، والمشاركة في اختيار جماعي للمواضيع العلمية التي يجب مناقشتها لاحقا. وتضمنت معايير اختيار المشاركين في التجربة عدم وجود حساسية لمادة الكافيين، وعدم شرب أكثر من 4 فناجين من القهوة يوميا. ووجد الخبراء في سياق التجربة أن شرب القهوة قبل إنجاز المهمة حسن من تقييم القدرة على العمل للفريق بـ 1.4 مرة.

## سؤال وجواب

### • ماذا تعرف عن الغشاء الرامش؟

الغشاء الرامش هو الجفن الثالث للطير، والمعروف أن للطيور ثلاثة أجنان جفان كالإنسان وجفن ثالث يحمي العين من الهواء والضوء الشديد ويسمى الجفن الرامش ويتحرك هذا الجفن في العين اليمنى إلى اليسار وفي العين اليسرى إلى اليمين.

### • كم من الوقت يستغرق ضوء القمر حتى يصل إلينا؟

- ثانية واحدة.

### • أين توجد الغابة السوداء التي تبدو وكأنها سلسلة جبال؟

- توجد في ألمانيا.

### • ما أول مدينته اندلسية فتحها العرب؟

- الجزيرة الخضراء.

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن الذبابة تهز جناحها حوالي (32) مرة في الثانية الواحدة
- هل تعلم أن النسور لا تموت و لكنها تنتحر بسبب المرض
- هل تعلم أن سمك جلد الإنسان لا يزيد عن 2 ملم ، و سمك جلد الفيل يبلغ 25 ملم ، و جلد الإنسان يحتوي على عدة آلاف من الغدد التي تفرز العرق بينما جلد الفيل خال من هذه الغدد باستثناء جفون العينين
- هل تعلم أن - الدلفين - هو أذكى الحيوانات الشديدة
- هل تعلم أن الافراط في أخذ بعض أنواع الفيتامينات يؤدي الى التسمم
- هل تعلم أن الفيل يبكي عندما يكون حزين
- هل تعلم أن الحصان يموت اذا قطع ذيله
- هل تعلم أن السلحفاة هي الحيوان التي يحفظ عظمه في لحمه
- هل تعلم أن الدلفين يخلق عين واحدة عندما ينام
- هل تعلم أن السلحفاة والذبابة والافعى لا تمتلك حاسة السمع
- هل تعلم أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك
- هل تعلم أن الجسم يحتمل حرارة حتى 128 درجة مئوية
- هل تعلم أن الأذن اليسرى أضعف سمعا من الأذن اليمنى
- هل تعلم أن عمر القرد لا يتجاوز في المتوسط ثلاثين سنة

## قصة القدر

رزقت احدي السيدات بولد وحيد خرجت به من هذه الدنيا لذلك كانت تخاف عليه جدا خاصة بعد ان مات والده، كانت تعيش له ولم تكن ترتاح لحظة الا بعد ان تطمئن ان كل اغراضه قد جهزت وطلباته قد نفذت، وفي احد الليالي رأت هذه الام في منامها ان سيارة ضخمة جاءت مسرعة وصدمت ابنها الوحيد وكان قد خرج لتوه فرحا من الامتحانات، وان الصدمة كانت قوية ولم يقم منها ورأت نفسها وهي تدفنه بيديها بجانب والده بل لقد رأت والده في انتظاره وهو يقول لها اين الامانة التي تركتها لك اين..اين؟ استيقظت من نومها فزعمة مذعورة خائفة واخذت تقرأ آيات من الذكر الحكيم وهي تطلب من الله الرأفة بها وان يطيل في عمره فهو وحدها. ووقت الام تقضى حاجات بيتها وهي مضطربة قلقة تنظر إلى الساعة والى الباب بلهفة في انتظار قدوم ولدها، وبالفعل جاء الابن في موعده اليومي فرحا نشطا مقبلا اياها وهو يقول اريد الطعام حالا واريد ان انام قليلا لوجود امتحان في الغد وارغب في الدراسة والتحضير.. وارتمت الام ولفقت، هاهو الغد يأتي ومعه امتحان ربما هذا هو الغد المشهود.. قررت الام بينها وبين نفسها ان يذهب الغد الى الجحيم ولا يهم الامتحان بل المهم هو الولد فقط، فليدرس هنا امامي وسأتركه ولن اجعله يذهب غدا.

انتهى اليوم ونام الولد واخذت هي تربت على رأسه وتقرأ له آيات من القرآن كعادتها كل يوم حتى راح في سبات عميق، ثم مدت يدها واخذت الساعة من جانيه وغلقت جرسها وانسحبت في هدوء إلى غرفتها حتى لا تزججه، ونامت لساعات نوما مضطربا ثم قامت عند صلاة الفجر وبعد ان اتمت الصلاة اخذت تترقب الوقت، فابنتها يريد ان يذهب من البيت في تمام الساعة وهي لن تسمح له بذلك ستتركه نانما وطلبت من الله العلي القدير ان يظل هكذا حتى العاشرة موعد انتهاء الامتحان، وبالفعل مر الوقت بطيئا كأنه جاثما على قلبها حتى جاءت العاشرة ثم استجمعت شجاعتها للتقبل غضب ابنها وقررت ان تعيد الساعة المعلقة مكانها ثم اقتربت منه وهي تربت على كتفه بهدوء وتقول استيقظ ايها الحبيب من الوقت ولم ندر به، الساعة الان العاشرة .. لقد دقت الساعة كنتك اغلقتك ونمت استيقظ ايها الكسول، هيا ساعد لك افطارا سريعا واقتربت من الباب للخروج ولكنك لاحظت انه لم يحرك ساكنا فاقتربت منه لتقبله وتداعبه ولكنها لاحظت برودة جسده وسكونه.. صرخت فيه ولم يجب لقد كان ميتا في فراشه.. ولا حضر الطبيب قال انه مات قبل ساعات رحمه الله، صرخت الام صرخة قوية فيها كل اللوعة والحزن وهي تقول خيأت من العربة ولم استطع ان اخبئه من القدر.

