

حملات عالية للتطعيم ضد الحصبة

□ لندن - وكالات - قال التحالف العالمي للقاحات والتحصين (إيه سي جي) تطعيم ما يصل إلى 45 مليون طفل في سبع بلدان نامية ضد الحصبة في سلسلة حملات كبيرة تهدف إلى التصدي لزيادة عالية في انتشار المرض الفيروسي). وتزايدت حالات الحصبة بشكل كبير في جميع أنحاء العالم في السنوات القليلة الماضية. وقالت منظمة الصحة العالمية في كانون الأول (إين) ما يقرب من عشرة ملايين شخص أصيبوا بالحصبة في عام 2018 وتوفي 140 ألفاً، غالبيةهم أطفال). وقال الرئيس التنفيذي للتحالف العالمي للقاحات والتحصين سيث بيركلي للصحفيين في لندن (في الوقت الذي ربما تركز فيه وسائل الإعلام على تزايد الحالات في أوروبا والولايات المتحدة، من المحزن أن الغالبية العظمى من الوفيات بسبب الحصبة تحدث في أفقر بلدان العالم). وستنفذ الحملات حكومات بنغلاديش وأفريقيا الوسطى وإثيوبيا وكينيا وتنزانيا والصومال وجنوب السودان، وسيمولها شركاء. وينضم التحالف العالمي للقاحات والتحصين ومنظمة الصحة العالمية ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسيف). وهدف الحملة هو الوصول إلى نحو 45 مليون طفل في ستة أشهر. وقالت منظمة الصحة العالمية (إن البيانات الأولية لعام 2019 حتى نوفمبر تشرين الثاني أظهرت زيادة عدد حالات الإصابة بثلاثة أمثاليها مقارنة بالفترة نفسها من عام 2018).

رأس السنة يختتم مهرجان جمعية الفيلم بمصر



ثاني لحنان سليمان وأفضل إخراج لناصر عزت وأفضل سيناريو للراحلة نادين شمس. (الكنز 2) فيما حصل باسم للمخرج مروان حامد جوائز أفضل مكياف لطارق مصطفى وأفضل موسيقى لهنسار نزيه وأفضل فحاصل على جوائز أفضل فيلم وأفضل ممثل دور أول للممثل ماجد الكدواني وأفضل مخرج هادي.

صاح هاشم. كما يكرم المهرجان اسم الناقد السينمائي الراحل يوسف شريف رزق الله الذي أهديت هذه الدورة إلى روحه. تنافست على جوائز المهرجان هذا العام ثمانية أفلام وحصد مكرم هم السيناريست وحيد حامد والمخرج داود عبد السيد صقر يوم السبت القادم. الفيلم من تأليف محمد حفزي وبطولة إيدان نصار وشيرين رضا وبسمة

القاهرة - الزمان يعرض مهرجان جمعية الفيلم بمصر كدائه كل عام بعرض فيلم جديد في ختام أنشطته وفعالياته في حفل توزيع جوائز دورته السادسة والأربعين فيلم (رأس السنة) للمخرج محمد صقر يوم السبت القادم. الفيلم من تأليف محمد حفزي وبطولة إيدان نصار وشيرين رضا وبسمة

زمن جديد أسرار في الغذاء

يعد الكبد من أكثر أعضاء الجسم نشاطاً كما يعد ثاني أعضائه من حيث تنوع المهام فهو يقوم بدور كبير في تنظيم السكر في الدم وتخليص الجسم من الإلتهاب كما أنه المسؤول عن تنظيم الدهون وتوازن بعض الهرمونات ويلعب دوراً مساعداً في عملية الهضم و بسبب كل هذه الوظائف المتعددة له قد يكون أكثر عرضة من غيره لتراكم السموم وفيما يلي مجموعة من الأطعمة التي تعمل على تطهير الكبد وتخليصه من السموم:

الجزر أعني عصيره
الجزر من قائمة الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من البيتا كاروتين المسؤول عن تنظيم السكر في الدم والتخلص من الإلتهابات الجسم فهو مصدر جيد للطاقة ويمكن دمجه بسهولة مع الأنظمة الغذائية من أجل تطهير الكبد.

الثوم ... جيداً ثلاثة فصوص منه يوميا
يعمل الثوم على تطهير الدم إذ يحتوي على كميات كبيرة من الأليسين والسيلينيوم التي تساعد في تطهير الكبد وتعمل كمساعد للكبد للقيام بوظائفه لأنها تعمل على تنشيط أنزيماته وإخراج السموم منه.

الليمون... عصير الليمون
يمكن تناول الليمون بطريقة الأكل أو العصير من أجل تطهير الكبد فهو يحتوي على نسبة عالية من فيتامين C مضاد للأكسدة ولا يعمل الليمون على تطهير الكبد فحسب بل تطهير الكلى المرارة الجهاز الهضمي والريتين كذلك يمكن تناول عصير نصف ليمونة على كوب من الماء الساخن في كل صباح لأجل هذه الغاية.

الخضار الورقية الخضراء
تعد الورقيات الخضراء مواد ممتازة لتطهير الكبد فهي تحتوي على الكلوروفيل النباتي الذي يعمل على امتصاص السموم من مجرى الدم كما أنها مصدر مهم أيضاً للألياف الغنية في مختلف مجالات الصحة.

جذر الشمندر.. وثمرته
الشمندر يحتوي على مادة كيميائية تسمى البيتين التي تحفز خلايا الكبد وتحمي القنوات الصفراوية فيهي كما تلعب دوراً هاماً في هضم الطعام بالإضافة إلى غنى الشمندر بالفيتامينات والمعادن وقد يساعد الشمندر أيضاً في تطهير الكلى والمرارة كما يساعد في تحقيق الاستقرار في مستويات السكر في الدم.

الهندباء.. اوراقها
الهندباء لها خصائص مضادة للأكسدة كما تعمل على تنقية الدم وهي إحدى علاجات الطب القديمة التي استخدمت منذ قرون وتساعد الهندياء على تحفيز تدفق المادة الصفراء التي ينتجها الكبد وهي تعمل بمثابة منشط للكبد كما أنها لها الكثير من الخصائص الوقائية من مجموعة من الأمراض ويمكن تناولها كشاي بدلا من القهوة الصباح.

ملاحظة: شرب كميات كافية من الماء هو أفضل ما يمكن أن تقوم به للحفاظ على صحة الكبد وتطهيره من السموم.

مناف الطائي

أخصائي تغذية



إعتقال مدير دفع أجور الفنانين السوريين بالدولار

دمشق - الزمان القت السلطات السورية المختصة ، القبض على نايف الأحمر، مدير شركة للإنتاج الفني والدرامي. وكان سبب اعتقال الأحمر، هو دفعه لأجور الفنانين، بالدولار الأمريكي، وليس باللييرة السورية، بعد صدور مرسوم للرئيس السوري بشار الأسد، بجرم التعامل بغير مرسوم للقرار جمهوري سابق ، صادرت السلطات المختصة تنفيذا لقرار جمهوري سابق ، مبلغا من خزانة الشركة، مقداره 91 ألف دولار أمريكي، وأكثر من 11 مليون لييرة

سورية، قائله إن المقبوض عليه (معترف) يتعامله بغير العملة التي يتعامل بها غالبية الفنانين العرب السوريين. وأشارت الشركة إلى أن جميع التعاقدات التي سبق وإبرمتها، كانت سابقة على زمن صدور مرسوم الرئيس الأسد الذي جرم فيه التعامل بغير الليرة السورية. وكان الرئيس السوري قد أصدر مرسوما، في الشهر الجاري، حمل الرقم 3 يعاقب فيه المتعامل بغير الليرة، بغضوية الأشغال المؤقتة والحسب لمدة لا تقل عن 7 سنوات.

توقيع

مربط فرس الفيروس

ظهر الفيروس المربع في قلب الصين ، وتناقلت منه مئات الشائعات التي تصب في أغلبها في نظرية المؤامرة والعقاب الإلهي . قالوا إن تحدي الصين للولايات المتحدة وللرئيس ترامب شخصياً في مجال التجارة والضرائب والسلاح ساق لهم من حيث لا يدرون هذا الفيروس الحبر . وقالوا إن اضطهاد الحكومة الصينية الكافرة للأقلية المسلمة في الصين سبب في قبول الخالق عز وجل دعوات أولئك المظلومين الذين جرى التنكيل بهم . وقالوا إن السبب المباشر للمرض المعدي هو طعام الصينيين الذي يضم الأفاعي والعقارب والخنافس والصراصير والخنازير، وكلها تحوي في أجوفها ما لا يصح تناوله من قبل البشر . وقالوا إن تجربة سلاح بيولوجي سري فشلت، وخلفت وراءها هذه الإصابات التي لا يعرف العالم كيف يصدها . وقالوا إن كميات هائلة من الأدوية أصابها الكساد منذ سنوات ولابد لها في النهاية من تصريف ، حتى لو كانت مزيحاً من الخلق والماء القطر . وقالوا إن الخفافيش تنقل الفيروس للإنسان بسرعة هائلة ، ولا يمكن السيطرة على العدوى قبل السيطرة على الخفاش نفسه . وقالوا إن العيور بصفقة القرن وبيع القدس الشريف بثمن بخس كان يحتاج إلى أغطية عالمية ثقيلة ، وليس هناك أسرع من فيروس محير في الانتشار وإشغال الناس . وقالوا إن مصر تحقق في سبب وفاة النجمة نادية لطفي لأن تحقيقات الطب الشرعي أفادت أن الفنانة الراحلة قالت لعبدالحليم حافظ في فيلم (أبي فوق الشجرة): (أنت عايزني أطلع فوق سور الصين وأقول للناس كلها أنا بحبك)، ولم يستطع أهل الفنانة استدعاء شهادة وفاة إلا بعد أن ثبت أن الرقابة كانت قد حذفت تلك الجملة عند عرض الفيلم . ولا نزال أيضاً، نتنظر ربط الفيروس المربع بالصفقة الاستراتيجية بين الحكومة العراقية والصين ، فضلاً عن ربطه بالتظاهرات في ساحة التحرير من أجل الانتقالات بالعراق من الاستقلال الشكلي الى السيادة الحقيقية . حتى أنهم قالوا إن سياسياً عراقياً معتكفاً في دولة مجاورة يرسل رسائل واتساب كل ساعتين لأتباعه، يريد التأكد من أتباعه حول وصول الفيروس الى المطعم التركي بعد اقتحامه.

فاتح عبد السلام

fatihabdulsalam@hotmail.com

توصية بالتطعيم ضد الإنفلونزا

تحذير عالمي من ارتفاع شديد في إصابات السرطان

روما - برلين - الزمان توقع منظمة الصحة العالمية ازدياد حالات السرطان بنسبة 2040 بالمئة بحلول عام 81 في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل، بسبب عدم كفاية الموارد اللازمة للوقاية. وحذرت المنظمة المتخصصة التابعة للأمم المتحدة في تقرير من أنه إذا استمرت الاتجاهات الحالية، فإن العالم سيفهد زيادة عالمية بنسبة بالمئة في حالات السرطان 60 على مدى العقدين المقبلين. وفي العام 2018 سجلت منظمة الصحة العالمية 18.1 مليون حالة سرطان جديدة في جميع أنحاء العالم، وتتوقع أن يصل الرقم إلى ما بين 37 و29 مليون بحلول عام 2040 وسيزداد عدد الإصابات الجديدة



بالسرطان بشكل أكبر في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل (+ 81 بالمئة بحسب التقديرات). وأشارت المنظمة إلى أن السبب الأساسي في ذلك أن هذه البلدان لم تخصص سوى موارد صحية محدودة لمكافحة الأمراض المعدية وتحسين صحة الأمهات والأطفال، ولأن الخدمات الصحية في هذه البلدان غير مجهزة للوقاية من السرطانات وتشخيصها وعلاجها. من جهة أخرى، بوصي معهد طب العدوى بمستشفى يينا الجامعي

شاشماز في صراع مع زوجته بقضية طلاق

مراد علم دار نجم وادي الذئاب يتفقد ضحايا الزلزال

جديد بعنوان (الحراس) وهو العمل الذي ينتمي لفئة الأعمال البوليسية السياسية الاجتماعية الجماعية على نفس شاكلة (وادي الذئاب). على الجانب الشخصي، دخل محمد نجاشي شاشماز في صراع قضائي مع زوجته نجاشان، حيث رفع كل منهما دعوى طلاق، وطالب شاشماز في دعوى الطلاق التي رفعتها ضد زوجته نجاشان، بتمسكها بزوجها كشيء، بتعويض مادي بقيمة مليون ليرة، بالإضافة 10 لحضانة الطفلين، كما طالب بمنع سفر الطفلين خارج تركيا، حيث أن والدتهما تحمل الجنسية الألمانية. أما زوجة شاشماز، فقد اتهمت في دعوى الطلاق التي رفعتها، بممارسة العنف الجسدي والنفسية والجسدي، وطالبته بتعويض مادي بقيمة 20 مليون ليرة تركية، بالإضافة لنفقة بقيمة ألف ليرة شهرياً لها 60 ولطفليها، كما ادعت بتعرضها لتهديدات من قبل النجم التركي. يذكر أن بطلة سلسلة (وادي الذئاب) تزوج من نجاشان في نهاية عام 2012 بعد قصة حب رغم فارق السن بينهما، إذ تصغر كاشيشكي زوجها شاشماز بـ 21 عاماً، وقد رزق الزوجان بمولودهما الأول أكتوبر 2013 واطلقا عليه اسم (علي نادر)، كما أنجبت نجاشان لشاشماز مولودها الثاني يوليو 2017 واطلقا عليه اسم (يوسف أمير).

