

تهنئة
يهنىء
قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة
بجامعة أسيوط
(مركز الدراسات والبحوث البيئية)
الأمه الإسلامية والشعب المصرى
بالذكرى العطرة
لخير الأنام نبينا وحبينا محمد
كما يهنىء
جميع منتسبي جامعة أسيوط
(طلاب - عاملين - أعضاء هيئة التدريس)
ببدء العام الدراسي الجديد
٢٠٢٣/٢٠٢٤
اللهم أجعله عام خير وبركة وتوفيق
على كافة منتسبي الجامعة ومصرنا
الحبيبة
وكل عام وانتم بخير



جامعة أسيوط: تنظيم كلية الطب البيطري سلسلة من القوافل البيطرية المجانية



أعلن الدكتور أحمد المنشاوي رئيس جامعة
أسيوط، تنظيم كلية الطب البيطري سلسلة من
القوافل البيطرية المجانية، بالتنسيق مع مديرية
الطب البيطري بأسيوط لعدد من القرى والنجوع
التابعين لنحو ٩ مركزًا بالمحافظة.

الجامعة متمثلة في المستشفى البيطري التعليمي وخارج الجامعة من خلال القوافل البيطرية، التي تقام بصفة مستمرة لخدمة قرى محافظة أسيوط، مشيراً إلى أنه من المقرر أن تتوجه القافلة إلى العديد من قرى حياة كريمة كتوجه قومي وأمن غذائي .

وأشارت الدكتورة مديحة درويش، عميدة كلية الطب البيطري والمشرف العام على الأنشطة الطلابية بالجامعة، إن القوافل البيطرية التي تنظمها الكلية تهدف إلى تقديم خدمة مجانية للفلاحين. بمحافظه أسيوط من خلال إتاحة فرصة إجراء الكشف الطبي والتشخيص للحيوانات وتقديم العلاج للحيوانات المريضة، وإجراء العمليات الكبرى والصغرى وعلاج سوء التغذية وفقر الدم وعلاج المشاكل التناسلية والتشخيص بالأشعة التليفزيونية وتحصين الحيوانات ضد الأمراض المختلفة وجميع الخدمات تقدم بالمجان، مشيرة إلى أن القوافل تمثل فرصة كبيرة وجيدة لطلاب البكالوريوس للتدريب العملي على التشخيص والعلاج تحت إشراف نخبة من أساتذة الكلية ومن ذوى الخبرة المشهود لهم بالكفاءة العالية.

وأشار الدكتور حسن عبد الصبور وكيل كلية الطب البيطري لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة، إلى أن القوافل تشهد مشاركة عدد من أعضاء هيئة التدريس

وذلك امتدادا للقوافل التي تم اطلاقها في شهر يوليو وتم استكمالها فى شهر سبتمبر ٢٠٢٣ ضمن خطة الكلية خلال فصل الصيف وأستمراراً للأنشطة الصيفية لقطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة ، وأكد رئيس الجامعة، تكثيف الجهود داخل قطاعات وكليات الجامعة من أجل العمل، لتنمية محافظة أسيوط في مختلف المجالات والقطاعات، وبالتنسيق مع اللواء عصام سعد والمديريات المختصة، مؤكدا حرص إدارة الجامعة على تسخير كافة الإمكانيات العلمية والبشرية من أجل تطوير الخدمات المقدمة للمواطنين.



كما أشار الدكتور محمود عبدالعليم نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة، إلى أن كلية الطب البيطري من الكليات الرائدة في مجال خدمة المجتمع وتنمية البيئة، وكان لها السبق في تقديم خدماتها الطبية البيطرية داخل



ه أضرار للإفراط في تناول حلوى المولد النبوي الشريف



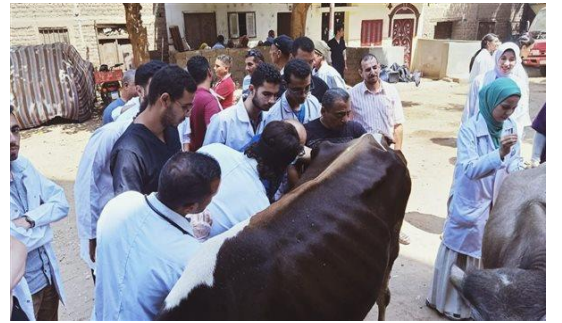
تُعد حلوى المولد النبوي الشريف، من أشهى الحلويات التي يتم تناولها ورغم مذاقها اللذيذ، لكنها تحتوي على نسبة عالية من السكر، مما قد يؤدي إلى أضرار صحية عديدة على المخ كما أنها تزيد من فرص الإصابة بالسمنة والدهون.

أضرار الإفراط في تناول حلوى المولد النبوي الشريف

وفقاً للموقع الطبي ويب طب، هناك بعض الأضرار الصحية التي تنتج عن الإفراط في تناول الحلوى ومنها مايلي:

والهيئة المعاونة من مختلف التخصصات والأقسام بالكلية، فضلاً عن مشاركة عدد كبير من طلبة وطالبات المراحل النهائية، وبعض طلاب الدراسات العليا لتجميع العينات اللازمة للأبحاث الميدانية والتعلقة بتنمية الثروة الحيوانية وحمايتها من الأمراض .

كما أوضح الدكتور صلاح علي مدير مديرية الطب البيطري بأسسوط، أنه يجري الكشف على الماشية باستخدام أحدث وسائل التشخيص (السونار) فضلاً عن رش وتطعيم الحيوانات ضد الفيروسات والطفيليات الخارجية وتجريع الحيوانات لمضادات الطفيليات الداخلية؛ بالإضافة إلى صرف التحصينات والأدوية والعلاج اللازم للتلبك المعوي والتخمة الغذائية والضعف العام وضعف الشهية والأمراض البكتيرية وأمراض الدم بمشاركة نخبة من الأطباء البيطريين المتخصصين بكافة التخصصات.



الإدمان وفرط الشهية:

يمكن أن يؤدي تناول كميات كبيرة من السكر إلى زيادة الرغبة الشديدة في السكر بشكل مستمر، حيث يتم تنشيط مركز المكافأة والشهية في الدماغ، وبمرور الوقت، يمكن أن يتعارض ذلك مع مشاعر الامتلاء والرضا.

الإصابة بالأمراض المزمنة:

استهلاك الكثير من الحلوى يمكن أن يرفع ضغط الدم ويزيد الالتهاب المزمن، وكلاهما من المسارات المرضية لأمراض القلب، كما يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة، وخطر الإصابة بحالات صحية أخرى، بما في ذلك السرطان والسكري ومرض الكبد الدهني.

الشعور بالتوتر:

يمكن أن تزيد حلوة المولد من مستويات التوتر، فالأشخاص الذين يعانون من التوتر قد يكونون أكثر عرضة للإدمان على الحلويات، لأنها تطلق مواد كيميائية مهدئة للدماغ ولكن تأثيرها مؤقت، ويمكن أن يعود الشعور بالتوتر.

زيادة الوزن:

تحتوي حلوى المولد النبوي الشريف على نسبة عالية من السعرات الحرارية، مما قد يؤدي إلى زيادة الوزن، خاصة عند تناولها بكميات كبيرة.

تسوس الاسنان:

الإفراط في تناول حلوى المولد النبوي يُسبب في تسوس الاسنان والتهاب اللثة عند الاطفال والكبار لذلك يجب توخي الحذر عند تناولها.

الكمية المسموحة لتناول حلوى المولد النبوي الشريف

يجب أكل الحلويات بمعدل طبيعي، فالأطفال والنساء، مسموح لهم بنحو ٢٥ جرام من السعرات الحرارية اليومية من السكريات المضافة، وللرجال فإن الحد الأقصى لكمية السكريات المضافة التي يجب تناولها في اليوم هي ٣٧.٥ جرام.

نصائح لتقليل أضرار حلوة المولد:

- ١- تناول كميات صغيرة من الحلوى: يجب الحرص على تناول كميات صغيرة من الحلوى، وعدم الإفراط فيها.
- ٢- اختيار أنواع الحلوى الصحية: يمكن اختيار أنواع الحلوى الصحية التي تحتوي على نسبة أقل من السكر، مثل الحلوى المصنوعة من الفواكه أو المكسرات.
- ٣- مشاركة الحلوى مع الآخرين: يمكن مشاركة الحلوى مع الآخرين، مما يساعد على تقليل كمية الحلوى التي يتم تناولها

<https://ajel.sa/thehour/orszbenag>

إحمرار العين، وسهولة تكوين أكياس دهنية، أو التهاب القرنية الفطرية.

- يفضل ارتداء نظارات بشكل مستمر خارج المنزل للتقليل من مشكلات العين ودخول الأتربة بها.
- استبدال العدسات اللاصقة بالنظارات الطبية.
- غسل العين بماء فاتر من وقت لآخر؛ للتأكد من ترطيب العين، ويمكن استخدام قطرات الدموع الصناعية، بعد استشارة الطبيب.

نصائح طبية لتجنب التعرض لحساسية الصدر في الخريف

عن الأشخاص الذين يعانون من مشكلات في الصدر، ففصل الخريف يعد موسم الأمراض لهم؛ نظرا لتقلبات الجو المفاجئة سواء هواء بارد أو حار أو ملء بالأتربة، فقدم الدكتور أحمد عبدالعال أخصائي أمراض الصدر، بعض النصائح التي يجب الالتزام بها للتقليل من مشكلات الخريف ومنها:

- يجب تناول مصل الإنفلونزا المتوافر في الصيدليات، أو بعض عيادات الأطباء أو المصل واللقاح، فهو يساعد على تجنب نزلات البرد الموسمية التي تستمر طوال فصل الخريف وأحيانا تصل لفصل الشتاء.
- يفضل ارتداء الكمادات طوال فترة الوجود خارج المنزل.

مع دخول الخريف.. ١١ نصيحة لتجنب الأمراض في فصل التقلبات الجوية



مع بدء فصل الخريف اعتباراً من الاثنين الموافق ٢٣ سبتمبر، والذي يعتبر أكثر الفصول التي تتميز بكثرة الأمراض سواء كانت حساسية صدر أو عين أو جلدية أو أطفال، نقدم بعض النصائح التي تساعد في تجنب الكثير من المشكلات.

يقول الدكتور كارم محمود استشاري أمراض العيون، إن هناك بعض النصائح التي يجب أن ينفذها مرضى حساسية العيون وخصوصاً إذا سبق وتعرض الشخص للمشكلات الموسمية.

نصائح طبية لتجنب التعرض لحساسية العين في الخريف

- تجنب التعامل مع الزرع سواء بالتنظيف أو التواجد في مكان به الكثير من الزرع، حتى لا تدخل في العين حبوب اللقاح التي تؤدي إلى

وتابع باحثون من كلية الطب بجامعة هارفارد في بوسطن مجموعة من النساء فوق سن الخمسين لأكثر من ٢٠ عاما، وتوصلت الدراسة إلى أن النساء اللاتي يشربن علبة مشروب غازي محلاة واحدة فقط يوميا أكثر عرضة للإصابة بسرطان الكبد.

نتائج الدراسة بالأرقام

كانت النساء اللواتي شربن واحدة أو أكثر من المشروبات الغازية المحلاة بالسكر في اليوم أكثر عرضة بنسبة ٨٥ ٪ للإصابة بسرطان الكبد.

كانت النساء اللواتي شربن واحدة أو أكثر من المشروبات الغازية المحلاة بالسكر في اليوم أكثر عرضة للوفاة بأمراض الكبد بنسبة ٦٨ ٪ مقارنة بمن شربن ثلاث مرات أو أقل في الشهر. ووجدت الدراسة أن معدلات الإصابة بسرطان الكبد بلغت ١٨ / ١٠٠ ألف امرأة ممن تناولن مشروبا سكريا واحدا أو أكثر يوميا. وقال الباحثون إنه على الرغم من أن دراستهم لم تكن قادرة على تحديد الطريقة التي يرتبط بها استهلاك المشروبات المحلاة بالسكر بأمراض الكبد، فإن بعض "المسارات المحتملة" لتلك العلاقة تشمل السمنة والزيادات الهائلة في نسبة السكر في الدم وتراكم الدهون حول الكبد.

<https://www.skynewsarabia.com/technology/16->

- غسل الأيدي والوجه من حين لآخر لتجنب تراكم الأتربة عليها.

- الاستنشاق على الأقل ٥ مرات بالماء الفاتر، أو محلول الملح، بخلاف الوضوء لتجنب استنشاق الهواء الملوث بالأتربة.

- النوم بشكل كافٍ لمدة لا تقل عن ٨ ساعات يوميا، حتى يستطيع الجسم مقاومة الأمراض.

- النوم على مفروشات قطنية، لتجنب إثارة الأنف أثناء النوم.

- تناول الأدوية التي تزيد من مناعة الجسم بحسب وصف الطبيب

<https://www.elwatannews.com/news/detail>

اجتنب الإكثار منه.. مشروب يرفع خطر الإصابة بسرطان الكبد



توصلت دراسة حديثة إلى أن شرب علبة واحدة فقط من المشروبات الغازية المحلاة يوميا قد يزيد من خطر الإصابة بسرطان الكبد بنسبة ٨٥ ٪.

بأنّ العنبر يُستخرج من فضلات الحيتان، ولكنه اعتقاداً خاطئاً لأنّ فضلات الحيتان تكون مادةً مائعة دأ استخراج العنبر منذ عام ١٧٢٤، حيث يطفو العنبر في بعض الأحيان على الشواطئ والساحل، وفي أوقات صيد الحيتان كان العنبر من أهم المنتجات التي يتمّ جمعها من الحيتان، حيث يتواجد العنبر بأحجام وأشكالٍ مختلفة ومتفاوتة، ويتراوح وزنها من ١٥ غرام إلى ٤٢٠ كيلو غرام. المسك المسك هو مادة مستخرجة من غزلان المسك الذكورية، ويستخدم المسك في صناعة أفخم العطور لرائحته القوية والمستمرة لأطول فترة ممكنة، وتختلف جودة المسك حسب اختلاف عمر الغزال والموسم الذي يتمّ اصطياده فيه. استخراج المسك يُستخرج المسك من غدة موجودة تحت بطن الغزلان الذكورية وتكون قريبة من العانة، وتحتوي هذه الغدة على ما يقارب نصف وزنها مسك، حيث تزن ٣٠ غرام، ويتمّ اصطياد الغزلان في أوقات أواخر الشتاء وبداية الربيع، ثمّ يتمّ إزالة المسك من الغدة باستخدام ملاعق خاصة، وتُستخدم الغدة وتسمى الجراب كاملةً بعد تجفيفها، أو إفرازات الغدة وهي عبارة عن حبيبات المسك، ويتمّ استخدامها في صناعة العطور، وقديماً كان المسك يُستخرج عن طريق قتل الغزلان.

:: <https://mawdoo3.com/1>

من أين يستخرج المسك والعنبر



قام العلماء بشرح عملية تشكل العنبر في حيتان العنبر عام ٢٠٠٦، حيث قال إنّ العنبر يتشكل في أمعاء الحوت لتغطية الأطعمة والحيوانات التي يتغذى عليها والتي تكون غير قابلة للهضم، ويتكون أغلبها من منقار الحبار، ويعتبر العنبر مادة شمعية صلبة تنتجها بعض أنواع من حيتان العنبر، ويتمّ بناؤها بقطع كبيرة في أمعاء الحوت طوال فترة حياته، ويخرجها عند وفاته، وبعد إخراجها يطفو العنبر على سطح المحيط بلونه الأسود ولمسه اللزج، وبسبب تعرضه للهواء وأشعة الشمس والمياه المالحة يتأكسد، ويتحول إلى مادة شمعية باللون الرمادي، ويتمّ التخلص من مناقير الحبار الصغيرة، ومن رائحته الكريهة ثمّ القيام في استخراجها، وهناك بعض الاعتقادات

- أن تحول الناس في جميع أنحاء العالم إلى المصابيح الكهربائية الموفرة للطاقة، سيوفر العالم ١٢٠ مليار دولار أمريكي سنوياً.
- في حال بلوغ عدد سكان العالم ٩.٦ مليار نسمة في عام ٢٠٥٠، قد يحتاج الأمر إلى ما يعادل ٣ كواكب مثل كوكب الأرض .

<https://shbabbek.com/show/212327>

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ محمود احمد عبد العليم

قائم بعمل نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. ثابت عبد المنعم إبراهيم بيطري

أ.د. محمد أبو القاسم محمد هندسة

أ.د. حسام الدين محمد عمر علوم

أ.د. عادل عبده حسين أحمد هندسة

أ.د. أميمة الجبالي طب

ا.م.د. عصام عادل أحمد آداب

د. محمد محمود أحمد مستشفى الجامعة

هل تعلم

- أن التغيرات المناخية سببها الأول والرئيس هو البشر.
- هل تعلم أن متوسط حرارة الأرض يزداد كل سنة مما سيؤدي إلى زيادة توسع الصحاري وحرانق الغابات.
- أنه من مظاهر التغيرات المناخية ذوبان القطبين الشمالي والجنوبي وارتفاع منسوب مياه البحار والمحيطات.
- أن أكثر الآثار المترتبة على تغير المناخ تصب في المجتمعات الفقيرة والدول النامية ذات الدخل المنخفض.
- أن مليار طفل دون سن الـ ١٥ يتعرضون لمستويات عالية من تلوث الهواء بالمنازل من خلال الطهي باستخدام تقنيات وأنواع وقود ملوثة.
- يتعرض نحو ثلث جميع الأغذية المنتجة للتعفن في صناديقها لدى المستهلكين وتجار التجزئة سنوياً، بما يعادل ١.٣ مليار طن بقيمة ١ تريليون دولار تقريباً.