

* النشرة البيئية: العدد الحادى والتسعون بعد المائة (ديسمبر 2011):-

يهنى

الأستاذ الدكتور / أحمد عبده جعيص

نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

ورئيس مجلس إدارة مركز الدراسات والبحوث البيئية

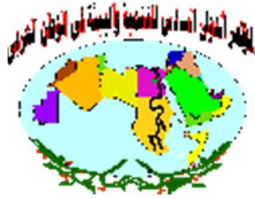
بجامعة أسيوط

الأخوة المسيحيين برأس السنة الميلادية، وبقرب حلول عيد القيامة المجيد

وكل عام وأنتم بخير

المؤتمر الدولى السادس للتنمية والبيئة فى الوطن العربى

24-26 مارس 2012م



ينظم قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة بجامعة أسيوط المؤتمر الدولى السادس للتنمية والبيئة فى الوطن العربى برعاية كريمة لكل من السيد الأستاذ الدكتور وزير التعليم العالى والدولة للبحث العلمى، السيد اللواء وزير الدولة لشئون البيئة، والسيد اللواء محافظ أسيوط، والأستاذ الدكتور رئيس الجامعة. هذا وقد وصل عدد الأبحاث المقدمة للمؤتمر حتى الآن 60 بحث، وعدد الأوراق الكاملة 50 بحثاً.

وتناشد اللجنة المنظمة للمؤتمر سرعة إرسال الأوراق البحثية كاملة في موعد أقصاه 2012/1/15م حتى يتسنى تحكيمه وإدراجه فى كتاب المؤتمر، علماً بأن لجنة الإعداد والتنظيم ستكون غير مسئولة عن إدراج البحث فى كتاب المؤتمر بعد هذا التاريخ.

البقة_____دونس



جرايو" على بقايا بذور وأوراق هذا النبات في بعض المقابر " المصريات يسمى البقدونس في اللغة الفرعونية "ماتت" وقد عثر عالم الفرعونية، وتأكد أنهم استعملوا البقدونس في كثير من الوصفات العلاجية لكثير من الأمراض، ويسمى في بعض البلدان العربية "باسم "المقدونس".

استخدم البقدونس من مئات السنين فقد كان الفراعنة يستخدمون البقدونس الطازج طعاماً خافضاً للحرارة، وفي حالات عسر الدورة الشهرية أو انقطاعها على شكل لبخات لإزالة غازات الأمعاء وعسر البول. واستخدمه الأقدمون في علاج التهابات المعدة، وكمذيب لحصى الكلى، وولين جيد للبطن، ومضاد للمغص، ومضاد للربو وضيق التنفس وأورام الثدي، كما أنه يطيب رائحة الفم ومدر للطمث، ومفيد لمشاكل الطحال والكبد، كما يدر الحليب. وتستخدم الأوراق الطازجة كلبخة ضد تورم الثدي ولدغ الحشرات والقمل والتهابات الجلد.

كما تؤكد الأبحاث أن البقدونس غذاء منشطاً للذاكرة وللجهاز التناسلي، كما أنه من أكثر النباتات احتواءً لفيتامين سي، وهو يفوق الليمون في ذلك، وكذلك فيتامين (أ) المفيد للبصر.

وقد أثبت الطب الحديث بأن البقدونس مفيد جداً لكثير من علل الجسم فهو يستخدم للتخفيف من الآم المعدة وللقضاء على دودة الأمعاء، كما أنه مدر للبول ومنظم للدورة الشهرية عند المرأة إذا أكل منه بانتظام مع وجبات الطعام، إلا أن البقدونس المجفف يفقد كافة عناصره الغذائية المهمة لذا ينصح بتناوله طازجاً، كما تدخل بذوره في كثير من الأدوية الطبية المعالجة للأمراض المعدية والجلدية.

وتنحصر فائدة البقدونس في أوراقه فقط حيث يؤكل مع السلطات المتنوعة واللحوم المشوية لمساعدته في التقليل من أضرار الكولسترول ولكونه فاتح شديد للشهية مقاوم للإسهال، كما أنه منشط فعال للأجهزة العصبي والهضمي والتناسلي، إذ أنه يحتوي على نسبة عالية من الحديد المفيد للمصابين بفقر الدم والأنيميا الحادة، والبقدونس يساعد الجسم على امتصاص مادة الحديد الموجودة بالأغذية الأخرى بعكس الشاي الذي يمنع الجسم من امتصاص الحديد إذا شرب بعد الطعام.

وقد ثبت مختبرياً أن الكمية التي يحتويها البقدونس من فيتامين سي تفوق الكمية الموجودة بالليمون بثلاثة أضعاف، وأربعة أضعاف ما يحتويه البرتقال من هذا الفيتامين، وهذا الفيتامين يزيد من مقاومة الجسم للأمراض، كما أنه يعالج مرض الاسقربوط، كما ثبت بأنه يقوى الشعيرات الدموية، كما يعتبر البقدونس مستودعاً عالي الكفاءة بفيتامين بي مثل: ب2، ب3، ب6، كما أنه من الأعشاب المحتوية على الحديد بنسبة عالية. وإذا طبخت جذوره بالماء لمدة ربع ساعة ثم غسلت بشرة الوجه بذلك الماء (بعد التصفية والتبريد) فإنه يساعد على إزالة النمش ويحسن البشرة، وإذا شرب منه على الريق كأس ساعد في التخفيف من

.آلام الروماتزم

أما الأمر الذي قد يثير الدهشة، فهو ما يحتويه البقدونس من فيتامين (ج) وهو الفيتامين المانع للإسقربوط، إذ ما تحتويه 100 ولعل الشرط .الليمون أو البرتقال جرام من البقدونس الطازج يقدرونه 180ليجراما وهذا قد يفوق ما يحتويه ذاتُ الوزن من الوحيد هو أن يكون طازجا، لأن محتواه من الفيتامينات يتدنّى إلى مقادير لا قيمة لها إذا أصابه الذبول

[<http://www.khayma.com>]

البصل مضاد حيوى يحافظ على سلامة القلب



.لا يخلو منزل من وجود البصل فيه ولا تحلو كثير من الأكلات إلا بوجود البصل

لقد عرف الفراعنة البصل في مصر وقدسوه وخلدوا اسمه في كتابات على جدران الأهرامات والمعابد وأوراق البردي وكانوا يضعونه في توابيت الموتى مع الجثث المحنطة لاعتقادهم أنه يساعد الميت على التنفس عندما تعود إليه الحياة

وذكر أطباء الفراعنة البصل في قوائم الأغذية المقوية التي كانت توزع على العمال الذين اشتغلوا في بناء الأهرامات، كما وصفوه مغذياً ومشهياً ومدراً للبول

ويروي بعض مؤرخي القارة الأمريكية أن الهنود الحمر عرفوا البصل وتداولوا استعماله، وأطلقوا عليه اسم "شيكاجو" وسميت مدينة "شيكاجو" باسم البصل، ومعنى شيكاغو: القوة والعظمة

وقد أشاد علماء الطب القديم بفوائد البصل، فقالوا أن أكله نيناً أو مطبوخاً ينفع من ضرر المياه الملوثة ويحمر الوجه ويدفع ضرر السموم ويقوي المعدة، ويلطف البلغم، ويفتح السدد ويلين المعدة ويشفي من داء الثعلبة (دلكاً) أما المشوي منه صالح للسعال وخشونة الصدر، وينفع وجع الظهر، وماؤه إذا اكتحل به مع العسل نفع من ضعف البصر والماء النازل في العين، وإذا قطر في الأذن نفع من ثقل السمع والطنين

وذكر عنه داود الأنطاكي "أنه يفتح السدد ويقوي الشهية خصوصاً المطبوخ مع اللحم، ويذهب اليرقان، ويدر البول والحيض". ويفتت الحصى

وقال الرازي "إذا خلل البصل قلت حراقتة وقوى المعدة والبصل المخلل فائق الشهوة جداً". وقال ابن البيطار "البصل فائق لشهوة الطعام ملطف ومطس، ملين للبطن، إذا طبخ كان أقدر إدراكاً للبول، والجور المشوي والجبن المقلي تقطع رائحة البصل من الفم

فوائد البصل الطبية

للبصل فوائد لا تحصى ومن أهمها ما أثبتته التجارب التي أجريت على البصل في كلية فكتوريا وجامعة نيوكاسل في بريطانيا، والتي تقول أن أكل البصل طازجاً أو مطهواً بالزيت أو السمن أو مشوياً يقلل من نسبة الإصابة بجلطة الدم. فقد أجريت التجارب الإكلينيكية على 22 مريضاً تتراوح أعمارهم بين 19-78 سنة، وكان يقدم لهم مع طعام الإفطار 60 جراماً من البصل بصورة مختلفة وكانت النتيجة حصولهم على مناعة ضد الإصابة بالجلطات، وكانوا يجرون باستمرار تحاليل على عينات من دماء المرضى. وقد تبين أن العامل الموجود في تركيب البصل والذي يمنع الجلطة، ويقلل من نسبة الإصابة بها لا يتأثر بالحرارة ولا يذوب في الماء. كما أثبتت الدراسات أن البصل يمنع التجلط في شرايين القلب، ولذلك فإنه يعتبر من الأدوية الوقائية الهامة للمحافظة على سلامة القلب ومنع حدوث الأزمات والذبحة الصدرية، ولعل هذا يكشف لنا سر قلة حدوث إصابة الفلاحين المصريين بالذبحات الصدرية نتيجة تناولهم البصل بكميات كبيرة في طعامهم وبصورة يومية. كما يستعمل البصل لعلاج الربو.

وكذلك أثبتت الدراسات العلمية أن البصل يخفف السكر لدى مرضى السكري، فقد وجد أن البصل يحتوي على مادة الجلوكوزين وهي مادة شبيهة بهرمون الانسولين، ولها مفعول مماثل أو قريب من مفعول الانسولين حيث تساعد على تخفيف نسبة السكر في الدم.

وقد وافق دستور الأدوية الألماني رسمياً على استخدام البصل لعلاج نقص الشهية وتصلب الشرايين ولعلاج مشاكل سوء الهضم. ولعلاج الحمى والبرد ولعلاج الحكة والتهاب الشعب الهوائية ولعلاج ضغط الدم المرتفع ولعلاج الالتهابات الجرثومية والتهابات الفم والحنجرة.

[<http://www.khayma.com>]

فيروس الروتا الذي يصيب الأطفال الرضع



عقد من الزمان والمحاولات مستمرة للقضاء على القاتل الرئيسي للأطفال في الدول النامية مع أن اسمه غير معروف للكثيرين فإن فيروس الروتا أو "الروتا فيروس" هو السبب الرئيسي للإصابة بإسهال الأطفال في العالم، ويقتل العديد من الأطفال الصغار في الدول النامية. وحالياً بعد حوالي ثلاثين عاماً من الأبحاث، هناك أمل لتوفير لقاح في الأسواق يمكن من خلاله القضاء على المرض.

إن الفيروسات المميتة التي حصدت أرواح البشر وانتشرت في العالم مثل "إيبولا" في أفريقيا، "سارس" في آسيا، "هانتا" في الولايات المتحدة الأمريكية، لا يمكن مقارنتها بالروتا فيروس، وما حصدته من أرواح لأنه ما زال اسمه مجهولاً للجمهور.

وهو يصيب جميع الأطفال في السنوات الأولى من أعمارهم ويسبب قيناً يعقبه إسهال، ولو ترك بدون علاج يؤدي إلى صدمة من الجفاف ثم الوفاة. ويقتل الفيروس حوالي 5% من مجموع وفيات الأطفال الذين تقل أعمارهم عن خمس سنوات.

ومر أكثر من ثلاثة عقود حتى توصل العلماء إلى تصنيع لقاح ضد الروتا فيروس، ومرت عملية التصنيع بصعوبات وتعقيدات بالغة واعتبرت منظمة الصحة العالمية والاتحاد العالمي للتحصين والمناعة، أن لقاح الروتا فيروس ذو أولوية قصوى، وأن المعركة النهائية لحصول الأطفال على هذا اللقاح قد بدأت فعلاً.

نشأة المرض:

إن أول من تعرف على الفيروسات المسببة للمرض هي عالمة الأحياء الدقيقة بيشوب الاسترالية، وكان ذلك عام 1973م بالمستشفى الملكي في ملبورن، وكانت هناك فوضى واضطراب كبير لعدم معرفة العديد من العلماء عن سبب المرض، خلال فحصهم عينات بواسطة المجهر الإلكتروني من الإثنى عشر والأمعاء الدقيقة للأطفال المصابين بإصابات حادة. وكانت النتيجة مذهلة وهي الاحتشاء بفيروسات تشبه العجلة في الخلايا الظهارية المبطننة للأمعاء.

وتشهد دولة بنجالاديش أكبر نسبة من الإصابات بهذا المرض، وكان يسمى هناك الانفلونزا المعوية لدرجة أنه كان يتم في عام 1979 رعايتهم في ممرات المستشفى، وفي خيم خارجية، معتقدين أن العدوى البكتيرية هي سبب الإسهال. وكانت المفاجأة أن الأطفال لم يكونوا مصابين بالكوليرا أو السالمونيلا أو الشيكيلا أو القولونيات بل كانوا مصابين بالروتا فيروس.

وأظهرت الدراسات في مختلف أنحاء العالم أن الروتا فيروس هو السبب الرئيسي للوفاة على رأس قائمة الأمراض التي تستدعي عاجلاً وجود لقاحات لها في دول العالم النامية. وكانت عام 1986م نسبة انتشار المرض في أمريكا غير معروفة.

وفي عام 1999م حلت الكارثة حيث عانى العديد من الأطفال من إحدى المضاعفات الشديدة بعد أسبوعين من تناول اللقاح عندما دخل جزء في الأمعاء داخل الجزء الذي يجاوره مسبباً انسداداً في الأمعاء يسمى الانغلاق. وهذه الحالة تسبب آلاماً مبرحة لأنه يجب إعادة الأمعاء بسرعة إلى وضعها الطبيعي بواسطة حقنة شرجية بالهواء أو السوائل أو التدخل الجراحي. وفي أحوال نادرة تنثقب الأمعاء، ويموت الطفل ولذلك أصدرت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها قراراً بالإيقاف الفوري لبرنامج التطعيم الذي استغرق خمسة عشر عاماً من الأبحاث والتجارب، وتكلف عدة ملايين من الدولارات. واليوم يوجد أكثر من عشر شركات منتجة للقاح في الهند والصين واندونيسيا والبرازيل تجهز لقاحاً حياً للروتا فيروس عن طريق الفم. ويسود الاعتقاد أنه خلال عقد من الزمان يمكن القضاء على المسبب الأعظم للإسهال والقاتل الرئيسي للأطفال في الدول النامية. وذلك بواسطة أقوى وأرخص الأسلحة التي تمتلكها حالياً ألا وهي التطعيم.

إن المرض يصيب حوالي 30% من الأطفال في مصر، كما أن الأطفال دون سن عامين أكثر عرضة للإعياء الشديد نتيجة للإصابة بفيروس الروتا، كما أوضح أن المرض شديد العدوى وينتقل من خلال الطريق الشرجي الفم، وعادة ما ينتشر عبر لماء الملوث والطعام والأدوات أيضاً، وتشمل حضانة المرض حوالي 9 أيام وتكون أعراضه ثلاثية من الإسهال الشديد والقيء

والحمى مما قد يؤدي إلى الجفاف الشديد.

خطورة المرض في الإصابة الأولى عنها في الإصابات الأخرى التالية حيث أنها قد تؤدي إلى حدوث لزوجة في الدم مما وتكمن يؤدي إلى حدوث جلطات في المخ. وقد يصاب الطفل بالصرع أو الشلل أو العمى وغيرها من العاهات والتشوهات التي قد تصيب الطفل من جراء مضاعفات فيروس الروتا.

يذكر أن منظمة الصحة العالمية قد أوصت منذ عام 2009م بإدراج تطعيم فيروس الروتا في برنامج التطعيم القومي لكل دولة، وفي نفس السياق فإن المرض يمثل تحدياً صحياً في مصر في ظل عدم وجود التطعيم على جدول التحصين القومي؛ لذا تمثل الإصابة بفيروس الروتا خطورة شديدة على حياة الأطفال وخاصة في المناطق الفقيرة فنحن في حاجة ماسة لتضافر جهود المجتمع المدني للقضاء على هذا المرض من خلال توفير التطعيم في المناطق النائية وتكثيف الجهود لإضافة تطعيم الفيروس في برنامج التطعيم القومي.

[<http://forum.stop55.com>]

الاستخدام المفرط للكمبيوتر

قد يسبب العمى



حذر فريق طبي من الباحثين اليابانيين من أن الجلوس لفترات طويلة تمتد لتسع ساعات أو أكثر في اليوم أمام الكمبيوتر قد يكون له علاقة بمرض خطير يصيب العين. وقد يؤدي إلى العمى التام ما لم يعالج.

وأوضحت دراسة حديثة لذرات المصدر أن خطر الإصابة بالجلوكوما (المياه الزرقاء) بلغ أقصى حد له عند المرضى المصابين. بقصر النظر بين العاملين في المكاتب والمهنيين الذين يستخدمون الحاسب الآلي لفترات طويلة.

والجلوكوما مرض يسببه عجز السائل عن التدفق خارج العين بسبب العطب الذي يصيب شبكة العين في الجزء الملون منها أو في القرنية. وفي ذلك الوقت يتزايد الضغط داخل العين، وقد يؤدي ذلك إلى تدمير الألياف العصبية في مؤخرة العين والعصب البصري. ونقلت "مجلة أوف إبيدميولوجي" الطبية ما أعلنته الدراسة التي أعدت في كلية الطب بجامعة توهو في طوكيو عن مخاطر الاستخدام المفرط للتكنولوجيا الحديثة في المكتب والمنزل.

وقد أجريت الدراسة على 10 آلاف عامل كان متوسط أعمارهم 43 عاما في عملية فحص طبي شامل إلى جانب دراسة ساعات استخدامهم للكمبيوتر، وعما إذا كانوا قد أصيبوا بمرض في العين من قبل أم لا.

وأظهرت الدراسة أن أكثر من 5% عانوا من اختلال في مجال البصر، كما تبين وجود علاقة وطيدة بين ذلك الاختلال،

والاستخدام المفرط للكمبيوتر بالنسبة لهؤلاء الذين يعانون من قصر أو طول النظر. وبلغت نسبة من ظهرت عليهم أعراض الجلوكوما 2% ممن يزيد عمرهم عن 40 عاماً

ولذا ففي العقد المقبل لا بد من زيادة اهتمام خبراء الصحة العامة بمرضى قصر النظر والاختلال في مجال البصر ممن يستخدمون الكمبيوتر بشكل مفرط. ولابد أيضاً من إجراء الفحوصات الطبية المنتظمة والشاملة علي العين لمن تزيد أعمارهم عن 40 عاماً لتفادي أي مخاطر صحية على العين .. متمنيين للجميع السلامة والعافية

[<http://www.damassgate.com>]

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ أحمد عبده جعيص

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. فوزي محمود سلامة علوم

أ.د. على حسين على زرزور طب

أ.د. عبد العزيز على متولى علوم

أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم بيطري

أ.د. محمد أبو القاسم محمد هندسة

أ.د. أحمد غلاب محمد إبراهيم زراعة

أ.د. طه أحمد حسانين المستكاوى آداب

أ.د. حسام الدين محمد عمر علوم

د. عادل عبده حسين هندسة