

النشرة البيئية: العدد المائتان (سبتمبر 2012

يهنئ

مجلس شئون البيئة ومركز الدراسات

والبحوث البيئية برئاسة

الأستاذ الدكتور/ محمد عبد السميع عيد

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

السادة أعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلاب بالعام الدراسى الجديد

وكل عام وأنتم بخير

ندوة الآثار الصحية والبيئية والاقتصادية لمشروعات البيوجاز

أقام مركز النيل للإعلام بمحافظة أسيوط يوم الأربعاء الموافق 2012/8/29م، ندوة عامة عن الآثار الصحية والبيئية والاقتصادية لمشروعات البيوجاز، والتي حضر فيها الأستاذ الدكتور/ ثابت عبد المنعم إبراهيم مدير مركز الدراسات والبحوث

البيئية بجامعة أسيوط، وبحضور لفيف من العاملين فى المحليات وخاصة مديرية الزراعة، هذا وقد انتهت الندوة ببعض التوصيات، ومنها:

1- ضرورة تبنى مشروع البيوجاز فى قرى مصر من قبل وزارة الدولة لشئون البيئة، لما له من عائد اقتصادي وبيئي.

2 - تدعيم الجمعيات الأهلية للمشاركة فى مثل هذه المشروعات والتوسع فيها.

3 - رفع ثقافة البيوجاز كأحد المشروعات الهامة فى تقليل الاحتباس الحرارى العالمى وتقليل الملوثات البيئية.

4 - تشجيع أصحاب المزارع فى تبنى هذه المشروعات.

حمل الحقائق المدرسية بشكل خاطئ يضر بالظهر



مع بداية العام الدراسى الجديد تذكر الجمعية الأمريكية للعلاج الطبيعى الآباء بأن حمل الحقائق المدرسية على الظهر بشكل خاطئ أو كونها ثقيلة للغاية يجعل الأطفال عرضة بشكل متزايد لإصابات الظهر والإجهاد العضلي. وأظهرت نتائج دراسة حديثة بشأن حمل التلاميذ للحقائق المدرسية على الظهر منذ ما قبل المدرسة حتى الصف التاسع الدراسى أن التغيرات غير الصحية فى وضع الجسم تتعاظم إذا كان وزن الحقيبة التى تحمل على الظهر يزيد على 10-15% من وزن جسم التلميذ، وتوصى الجمعية الأمريكية للعلاج الطبيعى بأن يكون وزن الحقيبة المدرسية دون هذه الحدود. حيث أصدرت الجمعية بياناً يحذر من أن الإصابات قد تحدث حين يلجأ الطفل الذى يحمل حقيبة ظهر ثقيلة إلى تقويس الظهر والانحناء للأمام والالتواء أو الميل إلى أحد الجانبين.

وهذه التغيرات فى وضع الجسم يمكن أن تتسبب فى حدوث خلل فى العمود الفقري، كما تتسبب حقيبة الظهر حين تكون ثقيلة للغاية أيضاً فى جعل العضلات تعمل بشكل أكثر قسوة، مما قد يؤدى لإصابتها بالتوتر والإجهاد وجعل العنق والكتفين والظهر أكثر عرضة للإصابة.

كما وجدت فى دراسة حديثة أن طلاب الجامعات ليسوا بمنأى عن الإصابة ذات الصلة بحمل حقائق الظهر موضحة أنهم يكونون عرضة لذلك حين يحملون بشكل خاطئ حقائق ظهر ثقيلة.

:وتقدم الجمعية الأمريكية للعلاج الطبيعى هذه الأفكار المفيدة لحمل حقيبة الظهر بشكل آمن

لستخدام الحزامين معاً -

بوضع الحزامين على الكتفين يكون وزن حقيبة الظهر موزعاً بشكل أفضل مما يجعل وضع الجسم أفضل -

وضع حقيبة الظهر فوق عضلات منتصف الظهر -

وجوب ارتكاز حقيبة الظهر بشكل متساو في منتصف الظهر -

أحزمة الكتف يتعين تعديلها للسماح للطفل بحمل وخلع حقيبة الظهر بسهولة ويسر -

شد الأحزمة بحيث لا تصل حقيبة الظهر إلى تحت الظهر -

وبالإضافة إلى تخفيف ما تحمله حقيبة الظهر تقترح الجمعية الأمريكية للعلاج الطبيعي تنظيم محتوياتها بوضع الأشياء الأثقل أقرب إلى الظهر.

وترى دراسات علمية أخرى أن حقائب الظهر ذات العجلات خيار جيد للتلاميذ الصغار الذين لا يغيرون فصولهم أو يحتاجون إلى صعود ونزول الدرج بشكل متكرر.

[<http://www.alarabonline.org>]

كثرة الملح في الطعام

ترفع مخاطر الإصابة بالجلطات



خلصت دراسة أجريت على أكثر من 200 شخص إلى أن كبار السن الذين يكثرون من الملح في طعامهم هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بجلطة في المخ. إذ معروف لدى العلماء أنه كلما زاد عنصر الصوديوم ارتفع ضغط الدم، لكن لم يتضح بعد بصورة نهائية الارتباط بين الطعام ذي الملح الزائد ومخاطر الإصابة بالجلطات الدماغية.

لكن الباحثين الذين نشرت نتائجهم في دورية ستروك، قالوا إنه من بين 2700 شاركوا في الدراسة، زاد احتمال حدوث جلطة لمن تناولوا عنصر الصوديوم بنسبة أكبر من التي ينصح بها على مدار عشر سنوات ثلاثة أمثال تقريباً مقارنة بمن التزموا بالخطوط الإرشادية التي توصي بها جمعية القلب الأمريكية.

وفي هذا السياق أشارت إحدى الدراسات التي أجريت في كلية الطب في جامعة ميامي الأمريكية إلى أن تناول كميات من عنصر

الصوديوم بنسبة عالية كان منتشراً بين من شملتهم الدراسة، وارتبطت بزيادة خطر الإصابة بالجلطات بغض النظر عن عوامل أخرى مرتبطة بمخاطر الأوعية الدموية.

واعتمدت النتائج على 2657 شخصاً قدموا معلومات عن صحتهم وأسلوب حياتهم من خلال استبيانات عن نظامهم الغذائي وكان متوسط أعمارهم 69 عاماً في بداية الدراسة. وحدثت 235 إصابة بجلطة دماغية بين هذه المجموعة على مدار السنوات العشر التالية.

وزاد احتمال تعرض من تناولوا الملح بمقدار 4000 ملليجرام يومياً للجلطات لثلاثة مرات أمثاله تقريباً مقارنة بمن حافظوا على نسبة أقل من 1500 ملليجرام. ومن بين 558 شخصاً زادت كمية تناولهم للملح عن 4000 ملليجرام يومياً، كانت هناك 66 إصابة بالجلطة مقابل 24 بين 320 شخصاً التزموا بالخطوط الإرشادية لجمعية القلب الأمريكية.

[<http://www.alarabiya.net>]

التنزه في الهواء الطلق يقلل من مشاكل البصر لدى الأطفال



توصلت دراسة أجريت بجامعة بريستول ببريطانيا إلى أن الأطفال الذين يلعبون في الهواء الطلق بصورة منتظمة أقل تعرضاً للإصابة بقصر البصر مقارنة مع سواهم. وأنه من الأرجح أن يكون لضوء الشمس تأثيراً إيجابياً في العيون

وأشارت الدراسة إلى أن عوامل مثل: النشاط البدني للطفل والأمراض الوراثية والوقت الذي يخصصه الطفل للقراءة ليست لها أثر في احتمال الإصابة بقصر البصر.

وأثبتت ذلك تجارب شملت 7000 طفل قام الباحثون بمراقبة بصرهم، وما إذا كانوا مصابين بقصر البصر في سن الـ 7 والـ 10 والـ 11 والـ 12 والـ 15 سنة. كما تابع الباحثون مستوى النشاط البدني للأطفال. والذي تبين من خلالها أن الأطفال الذين كانوا لسابعة والعاشرة كانوا أقل تعرضاً للإصابة بقصر البصر بنسبة 50%، وهم يمضون وقتاً في الهواء الطلق بانتظام، وهم في سن 15 من العمر. ولم يكن لمستوى النشاط البدني للأطفال في سن الـ 11 أي أثر في نوعية بصرهم.

ويسعى الخبراء حالياً إلى تحديد فترة زمنية لازمة للتنزه في الهواء الطلق تكفي لحماية الطفل من الإصابة بقصر البصر، وإلى فهم كيفية عمل جهاز الحماية. ومن جانبهم يقول الأطباء المشاركون في الدراسة أن عدد المصابين بقصر البصر في صفوف الصغار والكبار على حد سواء لا يزال في ازدياد.

سبق أن أشار العلماء إلى أن الأطفال الذين يمضون وقتاً وثيراً في الشارع يرتدون النظارات أقل من غيرهم. إلا أنه لم يتسن *

آنذاك تحديد ما إذا كان الملوّث في الهواء الطلق ذاته أو النشاط البدني وراء التأثير الإيجابي في البصر من عدمه

[<http://arabic.rt.com>]

مبيدات الحشرات خطر على النمو الدماغي للأطفال



أظهرت دراسة أمريكية جديدة أن النساء الحوامل اللواتي يتعرضن لنسب، وإن كانت معتدلة، لأحد المبيدات الحشرية شائعة الاستعمال يعرفُ عن أطفالهن لتغيرات دائمة في الدماغ تؤدي إلى تأخر في النمو

وقد شملت الدراسة التي نشرت في مجلة "بروسيدينغز أوف ذي ناشونال أكاديمي أوف ساينسز"، وأن الدراسة شملت نساء حوامل من نيويورك تعرّضن لهذا المبيد الذي يكثر استعماله في الحقول والمنتزهات

وقارن الباحثون بين 20 طفلاً تراوحت أعمارهم بين 5 ، 11 عاماً تعرضت أمهاتهم لنسب عالية من هذا المبيد، و 20 آخرين تعرضت أمهاتهم لنسب أقل منه، فلاحظوا "إعاقات كبيرة" لدى المجموعة الأولى

وأعلنت معدة هذه الدراسة أن "هذه الدراسة تثبت أن فترة ما قبل الولادة أساسية بو الجنين"، وأن التعرّض لمواد سامة خلال تلك الفترة قد يؤثر في نمو الدماغ وفي الوظائف السلوكية

واستندت الدراسة إلى صور بالرنين المغناطيسي التي أظهرت أن بعض المناطق في دماغ الأطفال أكبر من الحجم الطبيعي بسبب استخدام هذا المبيد الحشري

[<http://www.alarabiya.net>]

اكتئاب الأم يؤثر سلباً على نوم الطفل وصحته النفسية

أظهرت دراسة أمريكية حديثة أن الأمهات المصابات بالاكتئاب قد يتصرفن بطريقة تزعج نوم أطفالهن، مما قد يؤثر بالتالي على سلوكيات وعواطف للصغار لاحقاً

وراقب باحثون من جامعة "بنسلفانيا" 45 عائلة لها أطفال، تراوحت أعمارهم بين شهر واحد وعامين على مدى أسبوع، لجمع المعلومات حول أعراض الاكتئاب لدى الأم وجودة نوم الرضيع.

واستخدم القائمون على الدراسة التي نشرت في دورية "نمو الطفل"، كاميرات لرصد التفاعل بين الأم وأطفالها أثناء الليل.

ومن ثم وجد الفريق أن أكبر مقدار لتقطع فترات النوم تم ملاحظتها للرضع الذين تعاني أمهاتهم من مستويات عالية من أعراض الاكتئاب والأكثر قلقاً على نوم أطفالهن.

وقام الفريق بالبحث فيما إذا كانت أعراض الاكتئاب للأمهات جعلتهن يتصرفن بطريقة ما أثرت على نوم أطفالهن، أم أن إيقاظ الطفل في الليل قد جعل الأمهات أكثر اكتئاباً بسبب نقص النوم.

وقال قائد الفريق البحثي: "يزداد الإحساس بالاكتئاب مع قلة النوم". وأوضح الباحثون أن الأمهات المصابات بالاكتئاب قد يشعرن بالارتياح العاطفي عند تفقد أطفالهن خلال الليل. وساعد ملخص البحث في فهم العوامل التي تؤثر في نوم الطفل بين الأسر التي تعاني فيها الأم من الاكتئاب.

وكانت دراسة أخرى قد وجدت أن مشاكل النوم قد يكون لها آثار سلبية في العديد من جوانب التطور للطفل بما في ذلك الوظائف العاطفية والسلوكية للطفل.

[<http://www.alarabiya.net>]

اضطرابات النوم قد تنبئ بوجود مرض الزهايمر



قال باحثون في دراسة جديدة أن مشكلات النوم قد تكون إشارة مبكرة لمرض الزهايمر، وذلك إذا انطبقت الدراسة التي أجريت على الفئران.

وأظهرت الدراسة التي نشرت في إحدى الدوريات الطبية أنه بمجرد ظهور هذه اللويحات عند الفئران، بدأت هذه الفئران تعاني من اضطرابات النوم.

وقالت مجلة بحوث الزهايمر البريطانية أنه إذا ثبتت هذه العلاقة، فستكون هناك أداة فعالة لدى الأطباء لاكتشاف المرض في وقت مبكر.

، يعتقد أيضاً أن عمليات البحث عن إشارات مبكرة حول إصابة الأشخاص بالزهايمر هي أمر ضروري لعلاج هذا المرض.

وفي الغلب لا تظهر على المصابين بمرض الزهايمر مشكلات تتعلق بالذاكرة أو وضوح الأفكار إلا في مرحلة متأخرة جداً من المرض، وفي هذه المرحلة تكون أجزاء من المخ، تلفت بالفعل، مما يعني أن العلاج سيكون صعباً جداً أو قد يصبح مستحيلًا. وهذا ما يدفع الباحثين للبدء مبكراً قبل سنوات من ظهور الأعراض الأولى للمرض.

وهناك مساحة واسعة للبحث في لويحات بروتين بيتا أميلويد التي تتكون في الدماغ. وترتفع وتنخفض مستويات بروتين بيتا أميلويد بشكل طبيعي خلال 24 ساعة في كل من البشر والفئران، إلا أنه في حالة الإصابة بالزهايمر تشكل البروتينات لويحات ثابتة.

وأظهرت الأبحاث في جامعة واشنطن أن الفئران الليلية تنام لمدة 40 دقيقة خلال كل ساعة أثناء النهار، وأنه بمجرد بداية تكون لويحات البروتين في الدماغ بدأت الفئران في النوم لمدة 30 دقيقة فقط.

وذكر أحد الباحثين بالجامعة أنه "إذا بدأت اضطرابات النوم بشكل مبكر خلال الإصابة بمرض الزهايمر، فقد توفر لنا هذه التغيرات وجود إشارة للمرض يسهل اكتشافها".

كما أضاف "وإذا كانت هناك اضطرابات في النوم، فنحن لا نعرف بالضبط ما الشكل الذي تتخذه، فهل هي مجرد انخفاض في وقت النوم عموماً، أم أنها مشكلات تتعلق بالاستمرار في النوم، أم أنها شيء آخر مختلف تماماً". إلا أن النتائج في الفئران لا تنطبق دائماً على البشر، حيث توجد أسباب عديدة لاضطرابات النوم.

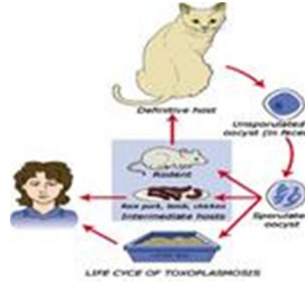
كما قامت إحدى الباحثات من مؤسسة بحوث الزهايمر الخيرية ببريطانيا بإجراء مزيد من الدراسات على البشر لمعرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين أنماط النوم ومرض الزهايمر.

وذكرت "لقد كانت هناك أبحاث بالفعل تربط بين التغيرات في أنماط النوم وبين انخفاض مهارات التفكير، ولكن هذه النتائج تشير إلى أن اضطرابات النوم قد تكون إشارة تحذيرية لمرض الزهايمر".

وأضافت "إذا أكدت الأبحاث وجود تغيرات محددة في أنماط النوم كعلامة مبكرة محتملة لمرض الزهايمر، فإنها من الممكن أن تكون استراتيجية مفيدة للأطباء للتعرف على الأشخاص الذين يتعرضون لمخاطر هذا المرض.

[<http://www.bbc.co.uk>]

الطفيليات الموجودة في الهرة
تفتك بصحة البشر



حذر باحثون بريطانيون من خطر الطفيليات التي تنقلها الهرة إلى البشر، والتي قد تسبب العمى، والخرف، والعيب الخلقي، والإنفصام. ونقلت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية على موقعها الإلكتروني، على لسان المستشار الطبي بجامعة مستشفى سانت جورج في لندن، قوله إن "طفيلية" توكسوبلازما غوندي "هي بخطورة السالمونيلا والبكتيريا المتوتية، التي تصيب كثيراً من الأشخاص".

وأضاف أن طفيلية "توكسوبلازما غوندي" تصيب قلة من الأشخاص، لكن في حال الإصابة بها، يكون أثرها مدمراً على الإنسان".
 "وأنه" في حال ولد أحد الأطفال مع طفيلية "توكسوبلازما غوندي" الخلقية، فسيؤثر بها طوال حياته

وأظهرت نتائج رسمية صادرة عن وكالة معايير الغذاء البريطانية أن 350 ألف بريطاني يصابون بهذه الطفيلية في كل عام، مشيرة إلى أن 80% منهم قد لا يظهرون أي أعراض مرتبطة بالمرض.

وحذرت من مخاطر الطفيلية التي قد تسبب العيب الخلقي، أو العمى، أو الخرف، أو الانفصام لدى المصابين بها. ولفتت إلى أن البشر قد يصابون بطفيلية بعد تناول اللحوم والخضار الملوثّة، أو الاتصال المباشر بالهرة الحاملة للطفيلية

وحذرت من أن الحوامل هنّ الأكثر عرضة للإصابة بالطفيلية، مما يشكّل خطراً على الجنين

وقالت المنظمة أن الهرة هي المضيف الأساسي لهذه الطفيلة، غير أنها أوضحت أن مصادر الإصابة الأولى هي من خلال تناول الأطعمة الملوثّة

[<http://www.alarabonline.or>]

أســـــرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ محمد عبد السميع عيد

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. ثابت عبد المنعم إبراهيم

أ.د. على حسين على زرزور

بيطري

طب

هندسة	أ.د. محمد أبو القاسم محمد
زراعة	أ.د. أحمد غلاب محمد إبراهيم
علوم	أ.د. حسام الدين محمد عمر
هندسة	د. عادل عبده حسين أحمد
نوعية	د. ياسر محمد فضل
آداب	د. عصام عادل أحمد
صيدلة	د. علاء عرفات خليفة