

## الحفل الختامي للأنشطة البيئية على مستوى جامعة أسيوط ٢٠١٢ / ٢٠١١



قرر مجلس شئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة بجامعة أسيوط بجلسته رقم ١٣٠ بتاريخ ٢٣/١٢/٢٠١٢ اختيار يوم الاثنين ١٨ فبراير ٢٠١٣ لإقامة الحفل الختامي للأنشطة البيئية للجامعة وتكريم الفائزين فى المسابقة الفنية والمقالية الخاصة بالنفائيات وطرق التخلص الآمن منها، والتي تم الإعلان عنها من قبل مركز الدراسات والبحوث البيئية وشارك فيها عدد كبير من الطلاب.

### مجلة أسيوط للدراسات البيئية

#### تصدر عددان فى العام



وافق مجلس إدارة مركز

الدراسات والبحوث البيئية

بجلسته رقم ١٥٠ التى عقدت يوم الاثنين

الموافق ٢٠١٣/١٢/٣١ على:

١- إصدار مجلة أسيوط للدراسات البيئية

مرتان فى العام بدلاً من مرة واحدة على أن

يكون موعد الإصدار فى شهرى يناير ويوليو

من كل عام.

٢- تحصيل مبلغ ٣ جنيهات (ثلاث جنيهات) على الصفحة الواحدة حتى عشر صفحات، (خمس جنيهات) للصفحة فيما بعد ذلك.

٣- يتم نشر المقالات والتحكيم ومخاطبة الناشرين بطريقة إلكترونية على أن توضع المجلة على الموقع الإلكتروني للجامعة لدار النشر.

٤- سيتم تحكيم المقالات عن طريق اثنين من المحكمين، وسيتم إرسالها إلى الناشرين لإجراء التعديلات إلكترونياً إن وجدت.

٥- تكتب المراجع التى استعان بها الباحث فى نهاية المقالة لتسهيل للقارئ استرجاعها والاستزادة من المعلومات حول الموضوع على أن يكتب بعد كل فقرة المرجع المستعان به.

٦- ترسل المقالات على العنوان التالى :

أ.د. ثابت عبد المنعم إبراهيم

سكرتير تحرير المجلة

ومدير مركز الدراسات والبحوث البيئية

بجامعة أسيوط

رقم بريدى ٧١٥١٥ - أسيوط

محافظة أسيوط - جمهورية مصر العربية

فاكس:

(٠٨٨) ٢٤٢٣٠١٣

(٠٨٨) ٢ ٣٥٢٤٠٠

E-mail:

auces\_assiut@hotmail.com

auces\_assiut@yahoo.com

العمل على تنشيط الدورة الدموية الصغرى وزيادة عمليات الايض (هذا سبب وضع الأطفال المواليد الضعفاء في حضانات بالمستشفيات تنتج هذه الأشعة)، كما تساعد هذه الأشعة على تأخير الشيخوخة والعجز.

ومن المعروف أن أجسامنا تنتج الأشعة تحت الحمراء، وتسمى Biogenetic ray وكمية الأشعة المنتجة في الجسم تختلف من شخص لآخر وعندما يبدأ انخفاض إنتاج الأشعة تحت الحمراء من الجسم يبدأ الجسم بالضعف والمرض والتعب والشيخوخة، ويصبح معرض لكثير من الآفات وعندما يكون إنتاج الأشعة تحت الحمراء يقارب الصفر فإننا على أبواب الموت لا محالة.

وباستخدام الأشعة تحت الحمراء هناك الآلاف من البشر قد شفوا من أمراض مثل: الربو القصبي، والضغط الدموي، والسكري، وقصور البنكرياس، ومن كان يعاني من قرحة المعدة والصداع أيضاً.

وقد كان الناس في السابق يشربون ويستحمون في مياه البرك والأنهار الغنية بالأشعة تحت الحمراء، وكانوا يتمتعون بصحة جيدة ذلك الشيء الذي نفتقده الآن .. فعندما

والدعوة مفتوحة لكل العلماء والباحثين والمهتمين في كل أنحاء مصر، وكذلك من الدول العربية الشقيقة للمساهمة بالنشر وموافاتنا بالمقالات التي تعبر عن خلاصة فكرهم ومشاركتهم الإنسانية في أحوال الكوكب الذي نعيش عليه.

### علاقة الأشعة تحت الحمراء بصحة ونشاط الجسم

تعد الشمس مصدر الإشعاع الطبيعي الأول لكل أنواع الطاقة الكهرومغناطيسية فهذا النوع من الإشعاع الذي ترسله الشمس على شكل موجات كهرومغناطيسية يتألف من ثلاثة أجزاء وهي: الأشعة فوق البنفسجية (٢٪ من أشعة الشمس)، والضوء المرئي (٤٧٪)، والأشعة تحت الحمراء (٥١٪)، والأشعة تحت الحمراء أشعة غير مرئية حرارية نحصل عليها من الشمس أو من منابع اصطناعية لها قدرة عالية على الاختراق والنفاذ، وتسمى الأشعة تحت الحمراء بضوء الحياة أو شعاع الحياة. لأنها سبب وجود جميع الكائنات الحية.

وأهم وظيفة للأشعة تحت الحمراء هي زيادة مناعة الجسم ضد الأمراض، وذلك عن طريق

وتنشيط الدورة الدموية الصغرى، وكذلك تنظيم تدفق الدم، كما تقوي من عمليات الأيض وتحسين الصحة ومقاومة الجسم للأمراض ويحدث الشفاء بشكل طبيعي بإذن الله.

#### **التطبيقات البيولوجية للأشعة تحت الحمراء:**

ليس للأشعة تحت الحمراء أي تأثير ضار مطلقاً حتى لو تعرض لها الشخص لمدة ٢٤ ساعة، وهي على العكس مادة طبيعية ضرورية، ولا غنى عنها، وهذا يجعل أطباء الأطفال يضعون الأطفال في حاضنات تبث أشعة تحت الحمراء مباشرة بعد الولادة هكذا تفهم أهمية هذه الأشعة للحياة.

وهذه الأشعة لها قدرة اختراق عالية، وأيضاً قدرة شفائية مذهلة فإنها تظهر تأثيرها القوي على سطح الجلد، وتحسن مسيرة الدم، وتنشط الهضم، وتجدد الأنسجة، وتساعد على تغذية الجسم بالأكسجين، والمواد الغذائية، وامتصاص الورم وتقليل الألم، وتستعمل كعلاج لأمراض الروماتيزم وأوجاع الأعصاب وبعد الإصابات الرياضية أو إصابات العمل. والتمهيد قبل العلاج الحركي، والتدليك والحروق وتهذنة الألم خصوصاً آلام الوجه.

[<http://www.maeda-kougyou.com>]

ترقد الدجاجة على البيض بفقس بتأثير الأشعة تحت الحمراء وسلاحف البحر تدفن بيضها على رمال الشاطئ ليفقس بفعل الأشعة تحت الحمراء الآتية من الشمس.

ومن المعروف أن الأشعة تحت الحمراء هي بمثابة طيف شعاعي تمتصه أجسامنا من الشعاع الشمسي في فترة الشروق والغروب. ويعد المصدر الوحيد للأشعة تحت الحمراء هو الشعاع الشمسي الذي يحتوي أيضاً على الأشعة فوق البنفسجية، وهي ضارة بالصحة عكس الأشعة تحت الحمراء المفيدة جداً.

والجزء من الأشعة تحت الحمراء ذو الطول الموجي من ٤-١٦ ميكرون هو نفس طول موجات الأشعة تحت الحمراء التي ينتجها الجسم. هذا الطول الموجي هو الذي يمتص من الجسم الشعاع الشمسي، ويكون غزيراً عند الشروق والغروب، لذا يوصى بالتعرض للشمس في هذه الفترات. ولا يمكننا أن نتخيل الحياة على الأرض بدون الأشعة تحت الحمراء أبداً. فبعض الناس يستطيعون التغلب على المرض لقدرتهم على إنتاج الأشعة تحت الحمراء من أجسامهم، وترجع أهميتها لكونها تمتص من الجسم، وتؤدي إلى تنشيط الخلايا

## أطعمة البوتاسيوم تخفض من مخاطر الجلطة الدماغية

يعد عنصر البوتاسيوم من العناصر الضرورية جداً للأعصاب والقلب والشرابين والعضلات، كما أن له شأن كبير في تعديل الأحماض الضارة بالجسم، إلا أن الإفراط في تناوله قد يؤدي إلى مضايقات ومضار. إن الإفراط في تناول عنصر البوتاسيوم والصوديوم قد يؤدي إلى نقص أملاح معدنية أخرى مما يفتقر إليها الجسم. وبكلمة وجيزة فإن عنصر البوتاسيوم له أهمية عنصر الصوديوم فكما أن ملح الطعام موجود في السوائل الطبيعية المختلفة في الجسم، كذلك فإن عنصر البوتاسيوم موجود في خلايا العضلات وكرات الدم وغيرها.

وقد أكدت إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية ما أثبتته دراسات كثيرة بأن الأطعمة الغنية بعنصر البوتاسيوم تساعد في الوقاية من السكتات الدماغية التي تصيب نصف مليون أميركي سنوياً، كما ذكر مختصون أن هذا المعدن يفيد أيضاً في حالات ارتفاع ضغط الدم الشرياني الذي يعاني منه أكثر من ٥٠ مليون شخص، واستعرضت مجلة الوقاية الأميركية

١٢ نوعاً من الأطعمة المضادة للسكتة الدماغية، وتشمل البطاطا المشوية بقشرتها التي تحتوي على ٩٠٣ ملليجرام من البوتاسيوم، عصير الخوخ أو البرقوق ويحتوي على ٧٠٧ ملليجرام، ثم الدراق المجفف باحتوائه على ٦٤٨ ملليجرام، والبطاطا المشوية بدون قشرة، وفيها ٦٤١ ملليجرام، ثم اللبن قليل الدسم بتوافره ٥٢٠ ملليجرام من البوتاسيوم فيه. ويأتي بعده الشمندر المطبوخ بـ ٤٨٣ ملليجرام، والمشمش المجفف بـ ٤٨٢ ملليجرام، فمركز عصير البرتقال باحتوائه على ٤٧٣ ملليجرام، والموز بـ ٤٥١ ملليجرام، والكوسة المطبوخة وفيها ٤٤٦ ملليجرام، وأخيراً السبانخ المطبوخة بنحو ٤١٩ ملليجرام، وعصير البندورة بحوالي ٤٠٠ ملليجرام. وينصح مرضى الكلى أو من يتعاطون علاجات مدرة للبول، بتجنب مثل هذه الأطعمة، ومراجعة الطبيب المختص لتفادي إصابتهم بأي مشكلات أو مضاعفات.

كما أثبتت دراسة سويدية أن الأشخاص الذين يتبعون نظاماً غذائياً غنياً بالبوتاسيوم ربما يكونون أقل عرضة للإصابة بالسكتة الدماغية

لما يقرب من ٨٠٪ من حالات السكتة الدماغية.

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

### الحيوانات الصحراوية



تشتمل الحيوانات الصحراوية على عدد كبير من الحشرات والعناكب والزواحف والطيور والثدييات. كما تغد إلى الصحراء بعد سقوط الأمطار، حيوانات برية مثل: الأيائل حيوانات ساكنة، أما الحيوانات الضخمة فتلجأ إلى الأماكن الظليلة طوال النهار فتبرد أجسامها، إذ يتبخر الماء فوق جلودها، ويعوض بماء آخر من المأكولات التي تتغذى بها. وتضاف إليها مياه أخرى إذا وجدت في بعض المنخفضات، وكذلك فإن عملية الهضم تضيف الماء في جسم بعض الحيوانات مثل الإبل التي تستفيد من هذا المصدر المائي المهم، فيستطيع الجمل البقاء بدون ماء لعدة أشهر. كما أن للجمل مصدراً آخر لتوليد الطاقة في جسمه حيث أن

ممن يتناولون القليل من هذه المعادن. وقد اعتمدت هذه الدراسة التي نشرت في جريدة السكتة، على تحليل بيانات ١٠ دراسات دولية تضمنت أكثر من ٢٠٠,٠٠٠ شخص بالغ وقد أظهرت هذه الدراسات أن مخاطر الإصابة بالسكتة الدماغية تقل مع كل زيادة في تناول الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم. فكل زيادة بمقدار ١٠٠٠ ملليجرام من البوتاسيوم اليومي يؤدي إلى تناقص احتمالات الإصابة بالسكتة بمقدار ١١٪ خلال فترة ٥ إلى ١٤ سنة قادمة. ويعد أيضاً الكالسيوم كعنصر آخر قد يقيك من ارتفاع ضغط الدم.

ويمثل البوتاسيوم المفتت الكهربائي الذي يحتاجه الجسم للحفاظ على توازن السوائل به، كما أنه يفيد في صحة الأعصاب والعضلات وتنظيم ضغط الدم.

وهناك دراسات سابقة أثبتت أن الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم تساعد في الحفاظ على ضغط دم جيد، وربما تحمي من الإصابة بأمراض القلب والسكتة. ويرتبط البوتاسيوم بشكل خاص بتقليل مخاطر الإصابة بالسكتة الناتجة عن قلة تدفق الدم المعروفة، والتي تحدث نتيجة انسداد الشريان المغذي للمخ، وهو المسبب

عربي، حبارى، حمار بري إفريقي، ذئب رمادي، ضأن بربري، ضب.

نظراً لفقر الحياة النباتية في الصحاري فإن الحيوانات التي يمكن أن تعيش فيها قليلة جداً، وقد وهب الله هذه الحيوانات خصائص معينة تستطيع من خلالها التكيف مع الظروف القاسية في المناطق الصحراوية. وذلك بقضاء بعضها الشهور الحارة في حالة سكون تام في جحورها لتقلل ما يمكن فقده من الطعام والماء كالزواحف، والبعض الآخر بكثرة إفرازه للعرق كالجمال أو بتساقط أصوافها في الفصل الحار كالضأن. وتتميز حيوانات الصحاري الباردة بكثافة فرائها لتتحمل البرودة الشديدة كالكاريبو في شمال كندا، والرنة في أوراسيا، والثعالب والدببة القطبية.

### البلاستيك يشوه جمال الطبيعة

#### ويقتل جسدياً

دفعه يلوث التربة وحرقه يسبب السرطان وتحلله يحتاج إلى ألف عام، إن أول ما يتبادر إلى الذهن وأنت تتجول في الغابات والشوارع وفي كل الأماكن من بلدنا أنهم يزرعون البلاستيك والأكراس البلاستيكية وتعتقد

سنام الجمال مستودع لكميات كبيرة من الشحم، وباستطاعته أن يعيش على هذه الطاقة إذا جف جسمه من الماء الضروري. كما أن اليربوع والفأرة الكنغر لا يشربان الماء، فهما يحصلان على كل حاجتهما من الماء من بذور النباتات وغيرها من المواد الغذائية.

ويستطيع الجمال أن يسير لأيام عدة، دون ماء وحتى لأسابيع شرط أن تتوفر له بعض النباتات المليئة بالعصارة ليتغذى بها. عندما يحصل الجمال على الماء، فبوسعه أن يشرب أكثر من ١٠٠ لتر في غضون ١٠ دقائق. ومن الجمال نوعان :

الأول : هو الجمال العربي الوحيد السنام.

الثاني: هو الجمال ذو السنامين أو القرعوس من آسيا. يستطيع الجمال أن يسير لأسابيع عدة من دون طعام لأن سنامه أشبه بحقيبة ظهر يخزن فيه الطعام على شكل دهون.

ومن حيوانات الصحراء نذكر: ضبع مخطط، ضبع مرقط، طهر عربي، عثاق الأرض، غزال الجبل، غزال المها، غزال درقي، غزال دوركاس، غزال سعودي، غزال عربي، غزال نحيل القرون، فנק، فهد آسيوي، قط الرمال، مجاهيم، مها أبو حراب، مها أبو عدس، مها

والصحية و الجمالية إذ أنها تؤثر على جمالية المدن والبلدات السياحية نتيجة تتطاير الأكياس لتتعلق بالأشجار و تنثر العبوات البلاستيكية فالرياح تقوم بنقل الأكياس الخفيفة الوزن إلى الأشجار و النباتات فتؤدي إلى حجب الضوء مسببة عدم استكمال عملية التمثيل الضوئي مما يؤدي بالتالي إلى خلل في نمو النباتات كما أن المواشي والحيوانات تأكل الأكياس المتناثرة فتتعرض للاختناق والموت . ويتسبب البلاستيك بفناء العديد من الأحياء البحرية ولاسيما الحيتان والسلاحف البحرية والفقمات والطيور والأسماك نتيجة لتناولها الأكياس الموجودة في المسطحات المائية و هذا ما تؤكد الدراسات التي أشارت إلى أن حوالي مليون طائر بحري يقتل سنويا نتيجة التهامه الأكياس كما أن هذه الأكياس تلتصق أيضا بالشعاب المرجانية مما يؤدي إلى اختناقها.

#### مخاطرة تنتهي:

يحذر الاختصاصيون من استخدام البلاستيك أو النايلون في نقل الطعام وحفظه مثل الخبز والفول وغيره لما له من مخاطر على الصحة

للحظات أن الأشجار غيرت عاداتها، وأصبحت تطرح أكياسا، بألوان زاهية والأرض تنتج أطباقاً وملاعق ومنتجات بلاستيكية ونستغرب عندما نعلم أن الدول كافة أعلنت الحرب على البلاستيك والنايلون إلا في بلادنا فمعاملها ومنتجاتها تتزايد باستمرار، ووزارة الصناعة تعطي الموافقات، ووزارة الصحة غير معنية بمخاطرها، ووزارة الإدارة المحلية، والبيئة أغلقت الباب على نفسها حتى لا تسمع شكوي الناس وأوجاعهم !!

#### مشكلة مستمرة :

يجهل الناس خطر المنتجات البلاستيكية التي يتم فيها تعبئة السوائل والأطعمة ولأن المسألة لا تقف عند هذا الحد بل تتجاوز ذلك إلى الأطفال وغذائهم وإلى قوارير الرضع البلاستيكية وأواني الطعام والشراب والألعاب والحقن البلاستيكية لذلك كله عاد الحديث عن مخاطر البلاستيك إلى الواجهة بقوة.

وفي بلادنا يتزايد استخدام البلاستيك لاعتبارات أهمها أنها خفيفة الوزن ورخيصة الثمن وسهلة الصنع وتستعمل في مجالات عديدة لذلك يتم التغاضي عن مشاكلها البيئية

مسرطنة حيث اعتاد الناس و بعد انتهاء  
محتوى القارورة على إعادة استخدامها  
بتعبئتها مجددا بالمياه أو العصير وهذا يعرض  
أجسامهم للعناصر المسرطنة .  
[http://environment.3arabiyate.net]

### أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور / محمد عبد السميع عيد

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. ثابت عبد المنعم إبراهيم بيطري

أ.د. علي حسين علي زرزور طب

أ.د. محمد أبو القاسم محمد هندسة

أ.د. أحمد غلاب محمد إبراهيم زراعة

أ.د. حسام الدين محمد عمر علوم

د. عادل عبده حسين أحمد هندسة

د. ياسر محمد فضل نوعية

د. عصام عادل أحمد أداب

د. علاء عرفات خليفة صيدلة

العامة بخاصة إذا كان بداخله مواد غذائية  
ساخنة فالمواد المسرطنة والمصنوعة منها  
الأكياس لها القدرة على التفاعل مع المواد  
الغذائية الساخنة فالمادة البلاستيكية تحتوي  
على فينالات تذوب في الغذاء وتنتج عناصر  
وراثية وتسبب سرطانات في الكبد والرئة كما  
أن استخدام هذه الأكياس أدى إلى وجود  
متبقيات من مادة البلاستيك في دم الإنسان  
واستعمالها في نقل الخبز أو الساخن وحفظه  
يؤدي إلى زيادة عدد المصابين بالأورام  
الخبثية. ويؤدي استعمال البلاستيك في حفظ  
بعض الأغذية الحمضية والملحية أيضا إلى  
حدوث تفاعلات بين مكونات العلبة أو الملحي  
أو الحامضي . وإذا فكرنا بالتخلص منه عن  
طريق الحرق فهذا يؤدي إلى إطلاق مركبات  
سامة جدا مثل الداىوكسين المعروف بتأثيراته  
المسرطنة ما يسبب العقم عند الرجال والنساء  
والإجهاض إضافة إلى صعوبات التعلم عند  
الأطفال وتدني مستوى الذكاء وخلل في الجهاز  
المناعي ومشاكل جلدية وصولا إلى مرض  
السكري وتشوهات جنينية .. وقد حذرت  
دراسة أميركية جديدة من إعادة استخدام  
القوارير البلاستيكية لكونها تحتوي على مواد