ملوحة المياه في البصرة وآثارها السلبية على صحة المواطن البصري

علاء الهويجل

شهد العراق خلال السنوات القليلة الماضية ازمة مياه حقيقية انعكست نتائجها بصورة مباشرة على الواقع الصحي والزراعي والبيلوجي في

مناطق و اسعة من البلاد . وبرغم ان التأثيرات السلبية لشحة المساه بدأت بصورة تدريجية من خلال ازدياد مساحات التصحر في العراق، ومن ثم امتدت لتطول الواقع الزراعي في البلاد ، الا ان تزايد الأزمة وصل فيما بعد الى التأثير المباشر على صحة الإنسان وذلك

حين تسبب الانخفاض المستمر بمناسيب المياه الى ارتفاع نسبة الملوحة في الأنهار بجنوب العراق وهو الأمر الذي انعكس سلبا على المواطن

ولعل أكثر المدن التى تأثرت سلبا بأزمة شحة المياه وارتفاع نسبة الملوحة فيها ، هي مدينة البصرة حيث تسبب موقعها الجغرافي في أقصى الجنوب بارتفاع نسب الملوحة في مياهها خصوصا بعد ان قطعت ايران عدداً من أنهارها الواصلة الى العراق في الوقت الذي قننت فيه تركيا نسب مياه الفرات

وبعيدا عن التأثير السلبي لشحة المياه وملوحتها على الواقع الزراعي في المحافظة ، فان الضرورة تستدعى هنا دراسة التأثيرات السلبية التي بدأت تطول هذه المرة المواطن البصرى نفسه. ويعد استخدام المياه المالحة مسبباً رئيسياً

للإصابة بحساسية الجلد وجفافه ، فضلا عن ان ازدياد مناسيب الملوحة سيؤدي بالتالى الى ازدياد التأثير السلبي على بشرة الانسان. كما ان الاستحمام بالماء المالح يهيج القروح

وتتسبب المياه المالحة كذلك بمرض تيبس الجلد

الجلدية، ويؤثر بشكل كبير على مرض (الإكزيما)

الجلدي، فضلا عن أن الغسيل به يسبب الحكة

والحروق في العيون، بالإضافة إلى ان تناوله يعد

سببا رئيسيا بالعديد من أمراض الجهاز الهضمى

مصادر طبية اكدت كذلك ان الدراسات الميدانية

كشفت عن ان الحالات المسجلة لمرضى تساقط

الشعر تزداد نسبيا في المناطق التي تستخدم فيها

وللمياه المالحة كذلك تاثيرات غير مباشرة على الانسان يتمثل بعضها بالخسائر المادية المترتبة على تكاليف العلاج التي تسببها ملوحة المياه،

وخصوصا عند كبار السن ، وتتسبب كذلك

بتهيج عدد من الامراض الجلدية كالصدفية.

الصحى وخطوط وانابيب تجهيز المياه التي تتاكل

فضلا عن التاثيرات السلبية على شبكات الصرف

بصورة سريعة بسبب ملوحة المياه. وفي الوقت الذي يجب فيه ان لا تتجاوز نسبة

المليون، حسب توصيات ومقاييس منظمة المياه العالمية ، فان نسبة الملوحة في مياه البصرة بلغت حاليا ٩٠٠٠ جزء في المليون حسيما اعلن في وقت سابق النائب البرلماني عن البصرة محمد حسين. وكان رئيس الوزراء العراقي نوري المالكي زار البصرة الخميس الماضى برفقة عدد من وزرائه لبحث سبل حل ازمة المياه المالحة مؤكدا ايعازه بصرف مبلغ ۲۰ مليون دولار امريكي لمد انبوب مياه محلاة من شمال البصرة الى جنوبها.

الملوحة للمياه الصالحة للشرب عن ٦٠٠ جزء من

استنشاق الهواء الملوث يؤثر في صحة القلب

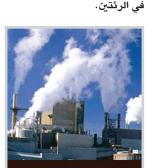
أظهرت دراسة علمية حديثة، أن استنشاق الهواء الملوث، يؤثر فى القلب، ولكن بطريقة غير مياشرة، من خلال التأثير في زيادة ضغط الدم الذي يؤدي إلى التأثير سلباً في الأوعية فقد بينت دراسة قام بها علماء

فى جامعة ميتشغان الأمريكية بقيادة الدكتور روبرت بروك، أن نوعية الهواء الذي يستنشقه الفرد، يمكن أن تؤثر بشكل فوري في زيادة ضغط الدم، والتسبب بإصابات بالأوردة الدموية تستمر لساعات أو لأيام. وقامت الدراسة بقياس تأثير استنشاق الهواء الملوث في مدينتي أن أربر في ميتشغان، وفي تورنتو، وبينت الدراسة أن أُولئك الذين استنشقوا هواء غير نقي، سجلوا زيادة في ضغط الدم بعد وقت قصير من تعرضهم للهواء، مقارنة بأولئك الذين استنشقوا هواء نقياً، كِما أظهرت الأوعية الدموية ضعفاً استمر لمدة ٢٤ ساعة، وهى أعراض معروفة بتسببها خطراً على القلب. وبينت الدراسة التي نشرت

في "جِيرنال هابيرتّنشن" فهماً جِديداً، للآلية التي يؤثر بها استنشاق الهواء ألملىء بالغبار في القلب، بعدما أشارت دراسات عديدة لذلك التأثير دون التوصل للكنفية التي يؤثر بها في القلب. ولم يكن واضحاً أي الهواء الملوث أكثر خطورة على القلب، هل هو الهواء الملوث بعوادم السيارات في الشوارع المزدحمة في المدن، أم الهواء الملوث بالغبار في المناطق الصحراوية

ويشير بروك إلى أن الجسيمات

التي تكون موجودة في الهواء، تكون أكثر تأثيراً من الأوزون، وحال استنشاقنا الهواء الملوث، فإن ذلك يؤدي إلى قيام الجسيمات الصغيرة للتأثير في الجهاز العصبي، ما يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم كوسيلة من وسائل مقاومة التغير الحاصل داخل الأوعدة الدموية. وعند زوال استنشاق الهواء الملوث، فإن ضغط الدم يعود إلى ما كان عليه قبل الارتفاع، وقد تنتقل الأجزاء الدقيقة التي دخلت مع الهواء إلى الرئتين،



وتبقى هناك ٢٤ ساعة، وهذا

يؤدي إلى مخاطر صحية جديدة

مجموعة جديدة من الصور المميزة التي التقطها منظار الفضاء هابل، والتي تثبت أن الهمة التي نفذها رواد الفضاء لصيانة المنظار العملاق مؤخرا قد أتت أكلها وحققت نجاحا باهرا. فقد احتوت أخر مجموعة من الصور على مشاهد نادرة ومميزة سجلتها عدسات هابل، ومنها عمليات اصطدام

اصطدام المجرات

قلق الكثيرين.

. الفلك بالحصبول على

المجرات وتبعثر النجوم وتبددها.وتقول وكالة الفضاء

إن التلسكوب هابل، والذي يدور

ومن الضروري برأي عالمة النفس

العصبي، كارين سبانغينبيرغ، أن يشارك

الأشخاص بالألعاب الإلكترونية مثل لعبة

روبيك ثلاثية الأبعاد، والتي تعتبر مهمة

للذاكرة في جميع الأعمار لأنها تقوى

فبالنسبة لسبانغينبيرغ، فإن الشخص

عبر هذه الألعاب يشغل ذاكرته ويفعل

قدراته الإستراتيجية وقدراته على معرفة

المساحات والمسافات الوقت نفسه، وهي

قدرات حل الشاكل المرنة.

في الفضاء ويُعتبر واحداً من أهم الأجهزة والوسائل العلمية التي سبق للإنسان أن بناها وطورها، يجب أن يستمر في الخدمة حتى عام ٢٠١٤ في الأقل.إن ناسا وهابل يفتحان معا أفاقا جديدة على الكون كما تقول الدكتورة هايدي هامل، كبيرة الباحثين في المعهد العلمي لمناظير الفضاء في بالتيمور بولاية ميريلاند الأمريكية

صور مذهلة للمجرات والنجوم التقطها منظار الفضاء هابل الأمريكية يُشار إلى أن الرحلة التي قام بها رواد الفضاء على متن المكوك أطلانطس في شهر مايو/أيار الماضي كانت

> خامس وآخر مهمة إصلاح وصيانة تُجرى للمنظار هابل. مرصد أكبر وتعكف ناسا الأن مع شركائها الدوليين على إعداد مرصد أكبر وذي قدرات أعظم من التلسكوب هابل، وسيعرف باسم منظار الفضاء حدمس ويب (جي دبليو إس تي).ويُعتبر إطلاق صور هابل مؤخرا النتيجة الطبيعية والعادية التى تشير إلى القوة والبراعة التى طالما توقع رواد الفضاء تحقيقها إثر إجراء الصيانة اللازمة على منظار الفضاء مؤخرا.وقد تضمنت المجموعة الجديدة صورا باهرة لمجرات تتجه نحو الاصطدام ببعضها، بالإضافة إلى نجم يقوم بالتخلص من طبقاته الخارجية، وغيوم كثيفة من الغاز

والغبار، ولقطة جديدة لكوكب المشتري أخذت

بزاوية حادة وتظهره بشكل مدبب.

عودة إلى العمل

تقول الدكتورة هايدي هامل، كبيرة الباحثين في المعهد العلمي لمناظير الفضاء في بالتيمور بولاية ميريلاند، حيث يمكن مراقبة مهمة هابل والإشمراف عليها:"لقد عاد هابل إلى العمل مرة أخرى. "وخاطبت الدكتورة هايدي الصحفيين قائلة: "إن ناسا وهابل يفتحان معا أفاقا جديدة على الكون. "من جهته، قال الدكتور بول موردين، عالم الفلك البريطاني من جامعة كامبردج، إن الصور الجديدة مثيرة للغاية.

ففي مقابلة مع بي بي سي، قال الدكتور موردين:"لقد كان رد فعلى الأول هو أن صرخت قائلا: يا إلهي، لقد أثمر العمل برمته. لعمري إنه لشيء رائع! "وأضاف قائلا: "إن البعثات التى يكون هدفها إجراء أعمال الصيانة تكون دوما خاضعة للصدفة ويحيط بها الشك وعدم اليقين،

وذلك لأن الأمور يمكن أن تسير على غير ما يرام، إذ أن رواد الفضاء يمكن ان يحيلوها إلى مجرد فوضى. لربما لم نفكر بهذا الشيء أو ذاك عندما أعدنا تصميم المعدات وقمنا بتركيبها وصيانتها. وأردف قائلا: الكن هذه الصور تظهر بشكل قاطع أن المنظار هابل هو في وضع جيد بالنسبة لما سيأتي، ولسوء الحظ، خلال السنوات الأخيرة من عمره.

وختم بقوله حول تقاعد هابل من الخدمة: "سوف يمضي وقد أحدث ضحة حقيقية مدوية ومجلجلة. "يُشار إلى أن رواد الفضاء الذين كانوا على متن مكوك الفضاء أطلانطس نفذوا خمس جولات من السير في الفضاء خلال مهمتهم الأخيرة، وذلك لتركيب أجهزَّة جديدة وأغطية حرارية بغية إصلاح جهازين موجودين حاليا في التلسكوب، بالإضافة إلى استبدال بطاريات وأجهزة توازن المنظار (الجيروسكوبات).ويقول العلماء إن هابل قد أصبح الآن أكثر حساسية من ذي قبل بالنسبة للضوء، الأمر الذي يحسن إلى حد كبير من كفاءته ومقدرته على الرصد والتصوير. كاميرا جديدة

ومن الإضافات الرئيسية التي أُدخلت على هابل خلال الرحلة الأخيرة الكاميرا رقم ٣ ذات العدسة الواسعة (دبليو إف سي ٣)، والتي يغطى مجال عملها مساحة كبيرة، ويعتقد العديد من رواد الفضاء بأنها هي التي ستكون مسؤولة عن الاكتشافات الحقيقية الكبيرة خلال السنوات المتبقية من فترة تشغيل المنظار.

صورة جديدة لكوكب المشتري

فهذه الكاميرا هي التي سوف تمكن علماء الفلك من تنفيذ الدراسات الجديدة في مجال الطاقة المظلمة التي تخترق مجالات وطبقات الكون كافة، وعلى المادة السوداء، أو الأجسام والمواد الغامضة" التي تشكل معظم مادة الكون. كما ستسمح الكاميرا الجديدة لهابل بالغوص عميقا في اكتشاف الفضاء، وذلك بشكل أعمق وأكبر من أي وقت مضى، الأمر الذي سيمكنه من البحث عن النجوم التّي بدأت بالإشعاع في الكون قبل غيرها، أي قبل أكثر من ۱۳ مليار عام مضى.

كاميرا تلتقط أول صور لأصغر ببغاء في العالم



تمكن فريق استكشافي بريطاني من تصوير طائر ببغاءً يعتقد أنه أصغر ببغاء يعثر عليه في الطبيعة، وذلك في جزيرة بابوا غىنىا الجديدة. ولا يزيد حجم الطائر عن حجم إبهام الإنسان، وهو أصغر من بعض الحشرات التي يتقاسم

معها الحياة في الغابة.

ويبلغ معدل علو الطائر عن الأرض ٩ سنتميترات ومعدل وزنه ۱۱٫۵ جراما. وكان المصور التليفزيوني جوردون بوخانان يعمل مع فريق إنتاج لبى بى سى حين لمح عشا متناهيا في الصغر لببغاوين تم تمويهه، وتَلك في أعماق الغابات الاستوائية في بابوا غينيا

وتمكن المصور الذي كان ضمن فريق برنامج "أرض البراكين المفقودة" من إزالة ما كان حول العش بحرص شديد حتى يستطيع تصويره، وبعد طول انتظار كوفئ على صبره برؤية وتصوير الببغاوين ساكني العش لدى عودتهما. يدخلان العش، يفرك أحدهما جسمه بالأخر لتعزيز العلاقة

دامباخر والذي رافق الفريق البريطاني من اصطياد طائر ثالث دون إيذائه. ويعمل دامباخر في أكاديمية كاليفورنيا للعلوم في سان فر انسسكو بالولايات المتحدة. ولا تأكل هذه الطيور المكسرات والفواكه وإنما تعيش على الفطر وندات الأشنة.

... بعد ذلك تمكن عالم الطيور جاك

غير أنه لا يعرف الكثير عن عادات الطعام لدى هذه الطيور ما جعل من الصعب تربية هذه الحيوانات بعيدا عن بيئتها الطبيعية.

كما تمكن الفريق خلال رحلته الاستكشافية من رؤية حيوانات نادرة أخرى مثل "بطة سلفادورٍ ٰ المعروفة باسم "حذف سلفادور' أي بط سلفادور النهري الصغير، وهى نادرة وتكيفت للعيش في الجدَّاول السريعة في الأدغال.ّ

ممارسة العديد من النشاطات في وقت واحد تنقبوي البذاكسرة لاحظ الخبراء و الأطباء أن الكثير من الأمر الذي ينعش ويقوي الذاكرة بشكل كلها، بحسب العالمة، قوي ويعود الدماغ على فعل عدة أمور في الناس يشكون دائما من نقص الذاكرة، وقت واحد.ومن المهم أن ينتبه الشخص، سواء التي تتعلق بالأشياء البسيطة، مثل بحسب رويزن، الذي يعانى نقصاً بذاكرته إضافة إلى ذلك رأى نسيان مكان مفاتيح المنزل، وصولا إلى العلماء ضمرورة أن إلى نوعية الأطعمة التي يتناولها، وأن أمور تتعلق بالمهن والعمل، معتبرين أن يرفع الإنسان معدل يحرص على تناول أطعمة تحتوي على العقل كغيره من أعضاء الجسم بحاجة خُفقان قلبه ثلاث حمض الدوكوساهيكسينويك، وهو إلى التدريب عبر مجموعة من النشاطات مرات بالأسبوع لمدة من الأحماض الدهنية التابعة لسلسلة الذهنية لحل هذه المعضلة التي باتت تثير ۲۰ دقیقة، حتى عبر أحماض "أوميغا ٣"، والتي تساعد على وبداية نصح الأطباء بأن أفضل طريقة المشى اليومي، لأنه تقوية ذاكرته، والموجودة بأغَّذية مثل سمك من شأنه أن يملًا صدر لتمرين العقل هي بتغيير نمط الحياة الذي السلمون واللبن. ويـقـول رويـزن " إن حمض بمارسه الناس، لأنه من شأنه أن يغير الإنسان بالأكسجين، الدوكو ساهيكسينويك يخفف من الالتهابات مجرى عمل العقل وبالتالي يقوي ذاكرته. على إنماء في الشرايين ويحسن ترميم الغلاف المحيط ومن الأمور المفاجئة التي لاحظها الطبيب بالأعصاب،، وتكون النتيجة أن يخف الأمريكي، مايكل رويزن، أن عدم تنظيف الأسنان يؤثر على الصحة العقلية، مبينا ضعف الذاكرة المتعلق بالمرحلة العمرية، بتدريبات ويخفف من داء الزهايمر، والاكتئاب أن غشاء البكتيريا (البلاك) العالق بين ويسرع عمل الدماغ. الأسنان ممكن أن يسبب رد فعل مناعى رياضسية

جـديـدة. ويـقـول عالم الأعصباب، بجامعة برنستون الأمريكية، سام

وانع، أن تدريبات "الإيروبيكس" فعالة أكثر بثلاث مرات من أي نشاط لتدريب

رأى خبراء أنه حتى لو لم يكن أمام الشخص متسع من الوقت أثناء الأسبوع، فإن الأبحاث تشير إلى ضبرورة القيام

البطيخ . . الوقود المستقبلي للسيارات

إن البطيخ المرفوض، جراء شكله غير المتناسق أو إصابته بأفات، وتصل نسبته إلى واحدة من بين كل خمس بطيخات، قد يستخدم لإنتاج الوقود العضوي. وبلغت كمية البطيخ المرفوض، ويجري حرثه مجدداً في الأرض، ٣٦٠ ألف طن

يزعم علماء أمريكيون أن عصير البطيخ قد يكون

أحدث صيحة في عالم الطاقة المتجددة لتشغيل

متري، في الولايات المتحدة وجدها عام ٢٠٠٧، وقق "سانيس ديلي. "وتعتمد التقنية المقترحة على تخمير السكر الذي يحويه البطيخ إلى إيثانول، علما أن عصير تلك الفاكهة بمثل قرابة نصف وزنها، يمثل السكر منها عشرة في المائة.وقدر العلماء إنتاج نحو ٢٦ ليترا من الإيثانول من كل طن مترى من ثمار الفاكهة الصيفية.وقال الباحث الزراعي وين فيش: "كل فدان ينتج ما بين ٣٠ إلى ٦٠ طنا من البطيخ، وخمس ذلك أمر مدهشس... يمكنك تخيل كم العصير الذي يمكن إنتاجه من ذلك. ورغم أن حقول البطيخ لن

تحل معضلة الوقود التي تعانيها الولايات المتحدة،

إلا أن فيش قال إنها "تمثل جزءاً صغيراً للغاية

من لغز ضخم.وفي السابق، أوصى علماء دوليون بوقف استخدام الوقود العضوي المستخلص من محاصيـل زراعية في سيـاق مكافحة

المواد الغذائية وتفشى الجوع.وأشار ثلاثة من كبار خبراء الغذاء في كونسورتوم للأبحاث الدولية، في معرض مطالبهم بتعليق استخدام الوقود العضوي،

إلى حاجة دول العالم لإعادة النظر في برامج تحوير استخدام بعض أنواع المحاصيل الزراعية، كالذرة وحبوب الصويا، إلى وقود عضوي، بالنظر إلى أزمة الغذاء العالمية.

تـــتراوح بـين

القوة والاعتدال

خلال سبعة أيام،

حتى ولو كان مجرد

الركض العادي، والذي

من شأنه أن يحافظ على

القوة الإدراكية في ذهن

الإنسان خصوصا مع تقدمه

بالعمر.

وقال جواشيم فون برون؛ مدير "معهد أبحاث سياسة الغذاء العالمية"، ومقرها واشنطن إن امتناع الدول الكبرى عن استخدام الوقود العضوي هذا العام سيؤدي لتراجع أسعار حبوب الذرة بقرابة ٢٠ في المائة والقمح بنصو ١٠ في المائة ما بين 7٠٠٩

وتعد الولايات المتحدة من أكبر منتجى الوقود العضوي. ونادى الخبراء بتركيز الجهود على منتجات زراعية أخرى سوى الحبوب، وقال بروفيسور علوم التربة بجامعة ولاية أوهايو: "نصن بحاجة لإطعام البطون قبيل إطعام سياراتنا. افتقار الأمن الغذائي يتهدد مليار شخص، ونحن لسنا

في موقف يتيح لنّا رفاهية تجاهل هؤلاء والاهتمام بالبنزين. "وشدد فون برون على أن الولايات المتحدة والدول الأخرى بين مطرقة مكافحة ارتفاع أسعار النفط وسندان محاربة جوع العالم.

عسلاج الأرق عسن طريسق الانترنيت

المفعول بدون أي آثار جانبية، خاصة أن برنامج

أشوتى" يعتمد على تغيير أنماط تفكير المرضي

الخاضعين للعلاج من الأرق.وأكدت دراسة أخرى

أن العلاج النفسى عبر شبكة الإنترنت يمكن أن

يكون فاعلاً ومؤتّراً في المريض أكثر من العلاج

المباشير بين المريض والمعالج النفسي. وأشار

باحثون بريطانيون إلى أن الإنترنت يمكن أن يلعب

دوراً مهماً في علاج المرضى النفسيين، خصوصاً

ينعكس على شرايين القلب، بحيث

يمنع وصول مغذيات ضرورية للخلايا

الدماغية، " ما يعنى ضرورة أن تنظيف

الأسنان يقوي الذاكرة.ومن النصائح

الأساسية التي رأى ضرورتها رويزن،

القيام بعدة نشاطات بوقت واحد، مثل

قيام أحد الأشتخاص وهو يتمرن على

عجلة للتخسيس، بقراءة كتاب، أو سماع

إحدى السيدات دروسا مسجلة لتعليم

اللغات أثناء استعمال جهاز iPod، وهو

أكدت دراسة حديثة إمكانية علاج الأرق عن طريق الإنترنت، من خلال برنامج يعطي بعض النصائح، ويقوم بتحديد أوقات النوم اعتمادا على ظروف النوم اليومية للمستخدمين.

ومن خلال البرنامج يتعلم المرضى عادات أفضل للنوم، كتجنب الإغفاءات القصيرة أثناء النهار، من خلال القصص والألعاب والألغاز. ويقول فرانسيس ثورنديك من جامعة فرجينيا وهو أحد المشاركين

فی تصمیم برنامج "شوتی' وهو اختصار للاسم الأصلى الذي يعني "النوم الصحي باستخدام الإنترنت"- " يعد هذا البرنامج برنامجاً شخصياً تفاعلياً بدرجة كبيرة".ويشير ثورنديك إلى أن يوما ما سيصبح هذا البرنامج بديلا قليل التكلفة لمرضى الأرق، . كما أنه العلاج الوحيد غير الدوائي الذى يصلح للمرضى الموجودين في مناطق لا يتوافر فيها متخصصون مدربون جيدا علي مساعدة هؤلاء

يوضح الباحثون أن هذا النوع من العلاج قد يعطي نتائج طويلة



وجها لوجه. وتم في الدراسة تقسيم المشاركين إلى قسمين:الأول يتلقى العلاج عبر الإنترنت، فيما يتلقى القسم الآخر علاجه بالطريقة التقليدية المعروفة بما في ذلك وضع المريض على قوائم الانتظار لرؤية الطبيب. وبينت النتائج أن ٣٨ ٪ من أصل ١١٣ شخصاً خضعوا للعِلاج عبر الإنترنت قد شفوا تماماً من الاكتئاب مقابل ٢٤٪ ممن تلقوا

لدى أولئك الذين لا يتمكنون من الذهاب للطبيب.

وقد أرجعت الدراسة هذه النتيجة إلى الحرية التى

المجموعة الثانية ٢٦ ٪ فقط.

ويؤكد الدكتور ديفيد كيسلر من جامعة بريستول البريطانية، أن الكتابة تعطى الناس الوقت للتوقف والتأمل، وهذا قد يساعد

السياراتوقال باحثون من وزارة الزراعة الأمريكية يتمتع بها المريض في الحديث عما يدور في صدره بشكل أكبر من تلك التي يملكها إذا ما واجه الطبيب

علاجهم بشكل طبيعي، وبعد تمديد فترة العلاج تمكن ٤٨ ٪ ممن تلقوا العلاج عبر الإنترنت من الشفاء، فيما وصلت نسبة الذين شفوا من

في العملية العلاجية.