

السعال

ترجمة: سيف محمد عليا
عنا: ياهو هيلث

السعال هو تحرر قوي ومفاجئ للهواء من الرئتين ويعد واحدا من افضل ميكانيكيات الجسم للدفاع ضد انسداد القناة التنفسية ويساعد على تنظيف الجهاز التنفسي من المواد الضارة.

ويعد السعال ذا فائدة اذا اخرج شيئاً ما مثل (القيح) (وهو نوع من السعال لا يمكن ان ينقطع حتى لو اعطي عقاقير طبية)، وهناك نوع اخر من السعال يطلق عليه (السعال الجاف)، وبالإضافة لذلك يمكن ان تصرف المواد المخاطية الى الحنجرة والرئتين مسببة السعال وهذا النوع يحتاج الى عقاقير طبية لمعالجته بادوية السعال.

في الواقع يعد السعال امرا طبيعيا وقد يشخص عن وجود مشكلة جديدة في الرئة. ولتشخيص اسباب السعال من الضروري معرفة تفاصيل عنه مثل نوع السعال (مزمن).

المزكام والانفلونزا وامراض فيروسية اخرى. عقاقير طبية (خصوصا عند استخدامها بغير وصفة من الطبيب المختص) مثل (ABE) مثبطة او مساعدة على

وهل يحتوي على مواد مخاطية.. وهكذا.

وان السعال الذي يحدث بسبب التهاب الشعبات القصصية او ماشابه ذلك عادة يستمر لأكثر من اسبوعين وعموما فان لفترة طويلة يعد خطرا ويجب مراجعة الطبيب المختص لمعرفة الحالة. وقد يشخص السعال حالات معينة مثلا عند ظهور دم اثناء السعال، او عندما ترافق السعال الام الصدر او عندما يصاحبه ضيق في التنفس.. الخ.

الاسباب الشائعة التدخين (يدمر خلايا القنوات التنفسية ولذلك لايمكن للمواد المخاطية ان تخرج بشكل طبيعي مؤدية بذلك الى سعال مزمن).

المزكام والانفلونزا وامراض فيروسية اخرى. عقاقير طبية (خصوصا عند استخدامها بغير وصفة من الطبيب المختص) مثل (ABE) مثبطة او مساعدة على

التخلص من (البغم) قد تسبب احيانا سعالا جافا يؤدي الى الحساسية.

اصابات بكتيرية (مثل التهاب الشعبات القصصية، ذات الرئة، التهاب الجيوب الانفية، التهاب الرغامى (القصبة الهوائية). تلوث البيئة سرطان الرئة واسباب اخرى

بالنسبة للسعال الذي يحتوي على مواد مخاطية حاول ان تشرب كمية من السوائل حيث تساعدك على التقليل من كثافة المواد المخاطية وسهولة اخراجها وقد تساعدك مادة Gly-ceryl guaiacolate (Robitussin) على تخفيف المواد المخاطية.

وفي حالة نزول المواد المخاطية الى الحنجرة يفضل استخدام ال Phenoyle phrine pseudoepe drine ولا تعطى هذه العقاقير الا بوصفة طبية

يعاني من ضغط الدم العالي. اما اذا كان سبب السعال حساسية فيفضل استخ-

استخدام (antihistamines) . تجنب تناول الحلوى في حال وجود سعال جاف وعادة ما يعطى عقار ال (condeine لمعالجة هذا النوع الا ان له تأثيرات جانبية لذلك لا يفضل اخذه الا بوصفة طبية.

راجع الطبيب المختص في الحالات التالية: كون السعال شديدا ومفاجئا وصوته عاليا. خروج دم مع السعال. اذا كان عمر الطفل اقل من (٣) اشهر.

التنفس مضيق في التنفس مصاحب للسعال. اذا صاحبت السعال اعراض اخرى مثل الحمى.

اذا اخرج السعال مادة مخاطية خضراء كثيفة. اذا استمر لأكثر من (١٠) ايام.

بين توأمين



هي اسماء لا تنسى برغم انها عاشت في الظل ولم يتل اصحابها استحقاقهم، وهي لادباء وشعراء وفنانيين من نمط خاص استغرقتهم الحياة بحرائقها اليومية فسرقتهم من معابد ابداعهم واودعتهم دوامات مريرة من الحرمان والاحباط.

عبد الامير الحصري، ربما تجهله الاجيال المعاصرة، لكنه لم يكن مجهولا لدى ادباء وشعراء الستينيات والسبعينيات، الحصري.. الشاعر النحفي الشاب عرفته حلقات الشعراء والادباء مبدعا متميزا وفي الوقت نفسه متمردا.. مشردا، رقعته خارج اطر النظم الاجتماعية وهياكلها واعرافها وبيروتوكولاتها، توهج وانطفا سريعا، لكن ادبه مازال محفوظا ومؤثرا، وبين حانة ومشرب، وبين قصيدة واخرى، كان الحصري يتلاشى جسدا وروحا وينبذه يوما بعد اخر اقرب المقرين اليه، وبرغم انه باع بعض قصائده الى عدد من شيوخ الخليج بسبب الحاجة، الا ان تلك القصائد برغم انهم وقعوها باسمائهم كانت تعلن انها لعبد الامير الحصري. اهملته وزارة الثقافة العراقية فلم يجد منها العناية التي يستحقها واشتد به الاملاق واثر ذلك كثيرا على وضعه النفسي، فذلك الفتى الرقيق المهذب الشعري الكلمة والسلوك بدأ ينقلب في لحظات السكر الى نمر اهوج بسيط لا يقيم وزنا لاحد، حتى قتلته الكأس وحيدا في ظهره صيفية على سطح احد فنادق شارع المتنبي البائسة وظل جسده هامدا ليومين قبل ان يحمله الى مدفنه من بقي وفيها لصداقته.

و.. جان دموم.. الفتى الكركوكلي شاعر الكلمة الساخرة الضاحك بالضحك والنكتة، ذو العطف الذي لا يني يرتديه صيفا وشتاء فله فيه مآرب اخرى تجبره على ارتدائه صيفا كما كان يقول فجيوبه الواسعة العديدة مخازن لكتبه واوراقه ولمزعة وربع العرق، وهو نيل غطاؤه ووسادته واذا ادركه العباس هنا وهناك نام حيث هو دون اعتبار للمكان الذي هو فيه، وكان هو الآخر سليطا لا يقيم اعتبارا او وزنا للاسماء او المراكز، ماكان يحترمه دموم هو الصداقة بتناقها

راهلون في الذائرة

صافي الجاسري

وحين تقوم بينك وبينه مثل هذه العلاقة فان عليك ان تفهم ان دموم يمكن ان يهبك كل حياته، ولن يطالبك حتى بثمان كاس، ولا يزال الشعراء والادباء في بغداد وبخاصة من رواد صالة اتحاد الادباء يتذكرون الكثير من سوافل دموم، ولا اظن ان بإمكانهم نسيان تلك الصورة التي رسمها لقم حبيبته حين وصفه بأنه يشبه الحمار الكهربائي.

دموم هاجر الى استراليا لكنه حتى هناك بقي دموم الذي نعرفه، الكركوكلي، البغدادي، العراقي ومات كذلك.

منعم فرات، هذا الرجل الذي ادهش حتى بيكاسو ودعا بعضهم (دالي العراق)، ولا احد يتذكر اليوم هذا الفنان القطري الرابع، صانع التماثيل الاسطورية المربعة، كان يجمع "الطين الحري" بنفسه من شواطئ دجلة ويأخذه الى بيته وهناك يصنع تلك التماثيل المجنونة او العبقورية الملامح والاشكال.

كان يملك روحا فنتازية لا ندري من اين ورثها، وكان السياح الاجانب يقفون ذاهلين امام هذه التماثيل ففيها عبق وروح الفنان العراقي الاشوري والسومري والاكدى والبابلي، ويلمسون بنوع من الإعجاب والتقدير بصمته على الطين المخخور بيدائية ويتشكل منهل لحيات اسطورية موهلة في اعماق التاريخ العراقي.

منعم فرات بوجهه السومري الحاد التقاطيع، الاسمر المفلوح باشعة وادي ما بين النهرين، وصوته الاجش وعينه النافذتين وعقاله وكفيه الضخمين الماهرين كان وحده تمثالا اسطوريا شد الجميع اليه طويلا واستوطنت تماثيله عواصم عالمية عديدة واقامت له بغداد مرة معرضا تحت عنوان (الفن القطري العراقي) وعدته رائدا لهذا الفن، الا ان سلطة النظام المباد التي لا تكن لاحد احترامما مهما كانت القيمة الاعتبارية التي يمثلها عالية، تركته دون اهتمام على رصيف شارع السموال قريبا من البنك المركزي مقعيا قرب تماثيله الفزعة المفزعة حتى موعد الرحيل الاخير.. ترى هل يتذكر التشكيليون العراقيون منعم فرات؟

حكاية فيلم

مخرج مغامر باع بيته لينتج فيلما



بعقوبة: الصدا
في العام ١٩٦٠ باع رجل بعقوبي يدعى حكمت لبيب منزله ب ١٢٠٠ دينار، وكان معه فضلا عن ذلك تسعمائة دينار حصل عليها عن قيامه بالتدريس مع زوجته في السودان لمدة سنة واحدة. ومن مجموع المبلغ (٢١٠٠ دينار) ارتأى انتاج واخراج فيلم سينمائي يكون مسرح احداثه مدينة بعقوبة وقد شجعتته على هذا العمل مجموعة من اصدقائه الفنانين في المدينة منهم (سعدون شفيق، حسين ناصر، طارق عبد الكريم، علي شفيق، لطفي نجم السدين، وغيرهم) وشاركوه في انجازه. فبدأوا التصوير فعليا خلال شهري تموز وآب من السنة المذكورة.. اجروا كاميرا واحدة بمبلغ خمسة دنانير لليوم الواحد، وعربة ربل بمبلغ

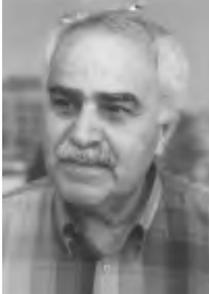
وبهرز ظهرهوا على الشاشة. وخلال العرض ادى (عباس الاكرع) اغنية مربع. وماذا عن دورك؟ اديت دور الحودي الذي يستعين محمود بعربته بعد تعطل دراجته الهوائية، وظهرت على الشاشة طوال اربعين دقيقة، وكذلك قامت بدور مساعد مخرج في الفيلم. وهل حقق الفيلم أي نجاح؟ نعم.. عرض الفيلم في العام ١٩٦١ في سينما روكسي في شارع الرشيد ببغداد، وحضر الفنان يوسف العاني الذي كان مدير دائرة السينما والمسرح يومها العرض الافتتاحي، وللتاريخ اقول ان السيد العاني لم يهنئا بعد انتهاء العرض، وحقق الفيلم ربحا قدره ٣٠٠٠ دينار في بغداد فقط. اما في المحافظات فلم يحصل المخرج الذي انتج الفيلم من عرضه شيئا، كما ان الفيلم حقق نجاحا جماهيريا جيدا.

وماذا عن حكمت لبيب؟ حكمت لبيب رحمه الله توفى في بلاد الغربية (اظن في نهاية الثمانينيات او بداية التسعينيات). غادر حكمت لبيب العراق مرغما الى ايران بعد اتهامه بالتعاطف مع الشيوعية. وكان من مؤسسي قسم السينما في اكااديمية الفنون الجميلة. وقد اخرج للتلفزيون

المقص للقطار القادم في الساعة السابعة. وتجري الاحداث الاحداث من لحظة مغادرة محمود المحطة ولحين عودته اليها في الساعة السابعة والنصف مساء وتنتهي في الساعة السابعة مساء. ففي الساعة الخامسة والنصف يسلم عامل المقص في محطة القطار (محمود / الفنان سعدي يونس) المهمة الى عامل اخر (ابو خلف/ الفنان علي شفيق) ويخبره ان عليه ان يفتح

اقتيادنا جميعا مخفوريين من محطة القطار الى مراكز شرطة بعقوبة، وهناك اختلقنا امرا جعلنا من خلاله افراد الشرطة في ورطة مما اضطر مدير الشرطة لتقديم اعتذاره والسماح لنا باكمال التصوير. وما خلاصة قصة الفيلم؟ استعان حكمت لبيب في اثناء اخراجه الفيلم بتقنية الواقعية الايطالية، فالاحداث تسير

دوري طوال ايام العمل. وبعد انتهاء ساعات التصوير في نهاية اليوم كان حكمت لبيب يقوم بأخذ ماتم تصويره الى بغداد لتحميضه والتأكد من صلاحيته، ولم نظفر الى اعادة التصوير سوى مرة واحدة، حين غير احد الممثلين (طارق عبد الكريم) برطة عنقه بين مشهدين مما استدعى اعادة اللقطة. وخلال احد ايام التصوير حاصرتنا قوة من الشرطة، وجرى



أهم المكونات الداخلية لجهاز الحاسب الآلي ،
نحاول ان نقوم بتتركيب هذه المكونات داخل الجهاز ونقوم بإعدادها للعمل :
١- قم بفتح الغلاف الخارجي للصندوق وضعه بشكل افقى امامك
٢- ضع اللوحة الأم على شئ مرتفع امامك لتقوم بتثبيت باقي المكونات عليها بعد ذلك قم بفتح ذراع الامان الموجود على مدخل (زد أي إف) وضع وحدة المعالج المركزي في مكانها على اللوحة الأم وثبتها بالمسامير الخاصة بها ثم ثبت المروحة الصغيرة على المعالج
٣- قم بتثبيت الرامات في مكانها على اللوحة الأم مع الحرص الشديد والمعاملة الخاصة في التركيب
٤- قم بنزع الشرائح المعدنية من خلف الصندوق لتتمكن من خروج فتحات اللوحة الأم والتثبيت الجديد للوحة الأم وتوصيل الكابلات الخارجية
٥- قم بتثبيت اللوحة الأم في مكانها المخصص داخل الصندوق وقم بتثبيتها بالمسامير جيدا
٦- وصل كابل الطاقة من مصدر الطاقة الى اللوحة الأم وكذلك الكابلات الداخلية الموصلة بين اللوحة الأم وباقي الأجزاء مثل القرص الصلب والفلوبى والسدى روم والسماعة الداخلية و اللمبات) وياتى مع كل لوحة أم كتيب يشرح التوصيلات والإعدادات)
٧- قم بتريكيب كارت الشاشة في الفتحة المخصصة له وتثبيته من