العادات الغذائية تتأصّل في سن مبكرة

ديجون (فرنسا) -

أوضحت دراسة فرنسية أجريت على مدى ٢٠ عاما ونشرت نتائجها الاربعاء أن الاشخاص الذين يميلون إلى تناول الوجبات السريعة ولا يرغبون في تنويع طعامهم اكتسبوا هذه العادة في سن مبكرة وقد يكون ذلك منذ أن كانوا في الثانية من عمرهم.

وقد أجري الجزء الاول من الدراسة في الفترة بين ١٩٨٢ و١٩٩٩ وتولاه باحثون من جامعة بيرجاندي بمدينة ديجون الفرنسية عندما قاموا بتسجيل الخيارات الغذائية بين ٤١٨ طفلا في الفئة العمرية من عامين إلى ثلاثة أعوام.

وفي الفترة بين عامي ٢٠٠١ و ٢٠٠٢ قامت إحدى دارسات شهادة الدكتوراه من المعهد القومي للابحاث الزراعية وتدعى صوفي نيكلاوس بمتابعة ٣٤١ من هؤلاء الاطفال وقارنت بين الوجبات التي يتناولونها الان وما كانوا يتناولونه عندما كانوا صغارا.

واكتشفت الدراسة أن الاطعمة المفضلة عندهم وهم صغار السن لا تختلف كثيرا عما يفضلونه الان ومما أثار دهشة الباحثين أيضا أنهم اكتشفوا أن العوامل الاخرى مثل الوزن أو مهنة آبائهم لا علاقة لها بنوعية الاكل الذي يفضلونه.

بين قوسين

(...)

الفيلسوف الفطري

احمد عبد القادر

لي خال ينظر الى الحياة نظرة خاصة، له رأيه الذي ينفرد به فهو قد يختلف مع عشرة جالسين في مجلس ما، فإذا ما طرح احدهم رأيا على انه من المسلمات انبرى له برأي مضاد يثير دهشة الجميع، لكن خالي لا يأبه للآخرين فهو ضد جعل الناس قطيعاً اذا ثغا احد خرافه أجابه الباقي بصوت مشابه.

تقوم فلسفته الحياتية على استغلال الفرص، واخذ الامور ضمن اطار الواقع، فاذا امتلك الانسان القوة وجب عليه ان يستخدمها لاخضاع الآخرين، واذا ما وجد احد نفسه اسير قوة اكبر من ان يواجهها بالتمرد عليه ان يحتمل الى ان يمتلك اسباب الردع والتحدي، وقد شاعت مقولته (اذا كنت مطرقة فدق، واذا كنت سنداناً فاحتمل)، ومن مقولاته الشائعة التي يتداولها الناس الى الان دعاؤه بعد كل وجبة طعام (اللهم ادم الدين والدولة) بغض النظر عن نوعية الدين وشكل الدولة، وحيث يدور الحديث عن اخلاص المسؤولين وتبجحهم بالمصلحة العامة والاهتمام بالشعب، كان يقهقه بصوت عال قائلاً(لا تصدقوا هذا الكلام، فكل واحد منهم يهفي لكبابه) أي ان المصلحة الشخصية هي فوق الجميع، وان كان الكلام عكس ذلك.

لقد ذهب خالي الى بارئه، لكن اقواله التي تركها وراءه لم تمت، فالحكومات التي تعاقبت والناس المذين عاشوا في ظلها مازالوا يطبقونها ولو بشكل متفاوت ولو نظرنا الى المجتمع لرأيناه ياخذ بروحها، فمن يحكم رقاب الناس ما ان يمسك بزمام الامور حتى تبدأ مطرقته الثقيلة بالانقضاض على رؤوس الناس بشتى انواع الويلات والناس صابرون على ما يجري، فقد حولتهم الظروف القاسية الى سنادين لا تشكو ولا تئن، منتظرين مخلصاً قد لا يأتي، والانكى من ذلك انهم يدعون بذلة وخشوع بدوام الدين والدولة لا عن ايمان بهما لكن خشية ان يقطع عنهم رغيف خبز ينالونه بعد جهد جهيد فيشكرون ويحمدون والذي يعود الى بيته مساء وهو سالم من القتل او الخطف فهو ذو الحظ السعيد وكأنه شهرزاد التي امهلها سيف شهريار ليلة اخرى كي يكون الثمن حكاية جديدة.

اما قصة المسؤولين الذين يدمدمون بحب الشعب بينما لا هم لهم الا (التهفية) لكبابهم الخاص فتلك ثالثة الاثاقي وقاصمة الظهر، فبينما هم في عيشهم الرغيد آكلون شاربون لا تصيب الجمهور الا رائحة تجعل اللعاب يسيل لكن دون ان ينالوا شيئاً، وهكذا جرت الامور وتجري وخالي في مثواه الاخير ينام قرير العين بعد ان خط دستوراً، وسبر غوراً، ورأى ما وراء الاكمة والسبب هو انه لم ينظر الى الحياة نظرة من يصدق ما يسمع، بل نظر اليها ببصيرة الفيلسوف الفطري والحكيم الذي لم يداهن او يجامل احداً في الكشف عن الحقيقة.

ملائكة الرحمة يتنفسن الهواء من شفاء المريض!

مارس الانسان العديد من المهن عبر التاريخ بيد انها تختلف من حيث الاهمية وتتصاعد وتيرة هذه الاهمية حسب معطياتها الانسانية التي تعود بالنفع على الانسان بشكل مباشر. من هذه المهن التي تحظى بالاهمية (التمريض) وقد مارسها الانسان منذ القدم وبالخصوص النساء لاعتبارات عديدة ومزايا تتوفر عند المرأة اكثر من الرجل.

اسماعيل القطان

❖ هل هناك مواقف صعبة يمكن ان تذكريها لنا مرت عليك خلال عملك؟

- مواقف كثيرة وبعضها غريب يكاد لا يصدق، ولكن اذكر لك حادثة واحدة وهي ان احد المرضى كان في اثناء العملية بحاجة الى دم لم يتوفر صنفه في المستشفى كان بحالة حرجة جداً، فتبرعت له بقنينة دم تطابق صنفه، وتمت العملية بنجاح، لكنني دخلت الى غرفة الانعاش لاصابتي بحالة اجهاد بسبب ذلك، وغيرها الكثير.

ثم انتقلت بالسؤال الى الحاج راضي العلوان الممرض الاقدم حسب تسميته فحدثني قائلاً:

- قبل اكثر من اربعين عاما تقدمت مع بعض الشباب والفتيات الى التعيين في هذه المهنة بعد ان اكملنا الدراسة في معهد طبي كان عدد الطلاب فيه قليلاً جدا وعدد الفتيات يكاد لا يذكر. منذ ذلك التاريخ حتى الان كانت الممرضة تبدو اكثر حماسة من الرجل الممرض واكثر تحسساً بوضع المريض واكثر متابعة للمرضى وهذا سببه ان المرأة تتأثر بوضع المريض أيا كان (لانهن رقيقات اصلاً) والمهنة تحتاج الى الجانب الانساني بشكل كبير وهذا متوفر عند (ملائكة الرحمة).

في قسم العلاج الطبيعي التقيت د. ابو شمس الاختصاصي بالعلاج الطبيعي وسألته: لماذا يطلق على الممرضات (ملائكة الرحمة)؟ قال:

- مهنة الطب بشكل عام هي عمل انساني كبير لانها تسهم في انقاذ حياة الناس او في الاقل تخفف من الامهم ومعاناتهم، وفي هذا المجال تساهم الممرضة الحريصة والصادقة بجهودها غير الاعتيادية لتخلق حالتي الثقة والامل وتشجيع المريض وتقرب الامل عنده بقرب الشفاء وتكون عامل نجاح لفترة العلاج ولجهود الاطباء، بشكل كبير.

❖ ولو سألتك دكتور هل توجد مثل هذه النماذج في مستشفياتنا حالياً بعد ان طغت المصلحة المادية على القيم والمفاهيم والمشاعر الانسانية؟

- ارجو ان لا يغيب عن بالنا (ان لكل قاعدة استثناء) ومهنة الطب تخضع لهذا المعيار، فكما توجد نماذج لا تصلح ان تعمل في هذه المهنة الانسانية، هنالك اطباء ومساعدون من الجنسين يمثلون صورة مشرفة للمهنة وامانة رسالتها واحدد النساء من الطبيبات والممرضات وهن يستحقن تسمية -ملائكة الرحمة- بجدارة واعتزاز. بعد ان غادرت معهد العلاج الطبيعي اتجهت الى مستشفى اهلي قريب من ساحة عنتر، التقيت مسؤولة التمريض في المستشفى الذي كان مزدحماً بالمراجعين.

سالت السيدة (ام حسام) عن طبيعة عمل المرأة في هذه المهنة ولماذا تفوقت فيها على الرجل؟ فقالت:

- عمل المستشفيات مرهق بشكل كبير لانه مطلوب منا ان نتابع المرضى في اوقات تناولهم الدواء وزرق الابر وتبديل كيس المغذي وهذه اعمال كلها لها علاقة مباشرة بسلامة المريض وهذه المتابعات تعزز العلاقة بين الممرض وتؤدي دوراً في التأثير نفسيته بشكل مؤكد.

- نحن بصفتنا ممرضات نتعامل على وفق المعايير الانسانية لا ننا بشر ومن واجبنا الانساني قبل الوظيفي ان نساعد من هو بحاجة الى المساعدة.

❖ ارجو ان احصل على اجابتك بصراحة: هل تحصلن على مبالغ مالية كهدايا مقابل جهودكن من المرضى؟

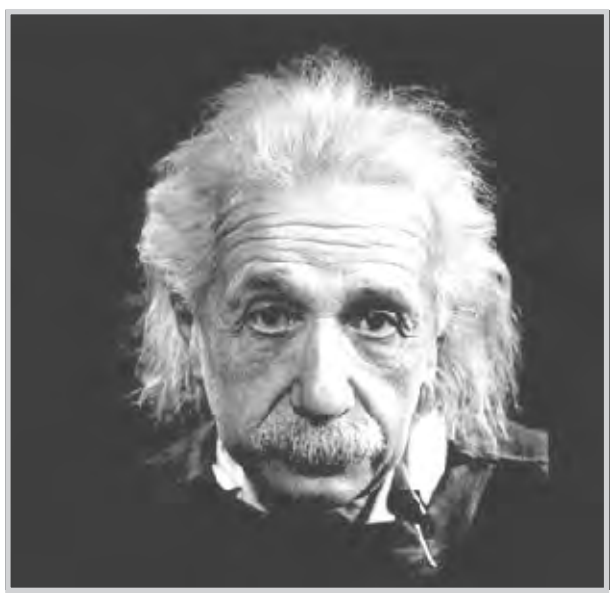
- نعم نقبل الهدايا البسيطة حسب ما يقدمه الزبون اما ان نطلب نحن ذلك فهذا غير ممكن. وشاركت زميلاتها السيدة (ام هفال) وهي ممرضة قديمة في هذه المهنة فاجابت على سؤالي عن شعورها تجاه الحالات المرضية الخطرة ومدى مشاركتها حسب مسؤوليتها؟ قالت:

- انا ارافق الاطباء في العمليات فاكون بذلك على تماس مع الحالات جميعها وكثيراً ما اتحدث مع المريض قبل العملية بكلام لطيف واداعبه لابث في نفسه الثقة وازيل عنه الخوف من العملية.

❖ هذا قبل العملية ولكن خلالها ما هو دورك؟

- اهيئ المستلزمات والمغذي واراقب ضخ الدم وجميع المؤشرات الاخرى التي تعين على بقاء المريض على قيد الحياة لان اغفال أي مؤشر قد يؤدي الى عواقب وخيمة. بعد العملية تستمر مراقبة عمل اجهزة الجسم مدى تحسن المريض واستجابة اعضائه وهذا كله يتطلب جهداً كبيراً لمريض واحد فكيف بعدد من المرضى وبامراض شتى.

قرن على توهج إينيشتاين العلمي



برلين -

بوصفه ابرز العقول العلمية في القرن العشرين أحتفل العالم كله بألبرت أينيشتاين خاصة في مسقط رأسه بالمانيا خلال ٢٠٠٥ لاحياء الذكرى المئوية على بدء توهجه العلمي.

كان أينيشتاين في السادسة والعشرين من عمره عندما بدأ في آذار/مارس عام ١٩٠٥ في إرسال أول سلسلة من الاوراق البحثية إلى مجلة "أنالين دير فيزيكس" أكبر دورية ألمانية علمية في مجال الفيزياء في ذلك الوقت والتي وصف فيها الضوء ليس على انه مجرد موجة وإنما تيار من حزم الطاقة الفردية.

واستخدم الفكرة لشرح كيف يمكن للضوء إبعاد الالكترونات من على لوح للمعدن وهي ظاهرة سميت "بالتأثير الكهروضوئي" وهو اكتشاف حقق له الحصول على جائزة نوبل عام ١٩٢١.

وفي أيار/مايو ١٩٠٥ أرسل أينيشتاين ورقة بحثية أخرى إلى "أنالين دير فيزيكس" القى فيها الضوء هذه المرة على ما بدا انه اهتزاز عشوائي للجسيمات في سائل عند النظر إليها بالمجهر. وكان تفسير أينيشتاين لهذه الظاهرة التي عرفت "بالحركة البروانية" عاملا رئيسيا في إثبات وجود الذرات وهو ما وجد معظم علماء الطبيعة في هذا الوقت صعوبة في تصديقه. ورغم انه كان يعمل كمفتش في مكتب لتسجيل براءات الاختراع فقد كان هذا العام هو الذي نشر فيه أبحاثه الاولية التي لا تزال تدهش علماء الطبيعة حتى اليوم.

وفي وقت لاحق من هذا العام بالغ الاهمية في حياته نشر أينيشتاين بحثا ثالثا يعرض هذه المرة نظريته عن النسبية الخاصة.

ومن المقرر أن تبدأ الاحتفالات بعام أينيشتاين في بوتسدام على بعد ٣٢ كيلومترا من العاصمة برلين في ٢٠ من كانون الثاني/يناير الجاري بمؤتمر علمي دولي يستغرق ثلاثة أيام تحت عنوان "أينيشتاين للقرن الحادي والعشرين".

وسيتسابق العلماء والاكاديميون لمناقشة التأثير العلمي لعالم الطبيعة اليهودي ومكتشف مبادئ القنبلة الذرية خلال المؤتمر الذي ينظمه منتدى أينيشتاين بالمدينة تحت رعاية وزارت التعليم والبحث والاقتصاد والعمل والمؤسسة الثقافية الاتحادية.

ومن بين المحاضرات الرئيسية التي سيشهدها المؤتمر محاضرة بعنوان "من هو أينيشتاين" واخرى بعنوان "هوية أينيشتاين اليهودية" وثالثة بعنوان"أينيشتاين والموسيقى" ورابعة بعنوان "أينيشتاين والبحث عن نظرية موحدة".

وعاش أينيشتاين وعمل في برلين خلال الفترة من ١٩١٣ حتى هجرته إلى الولايات المتحدة عام ١٩٣٣، وكان لديه منزل صيفي بقرية كابوث على أطراف برلين الغربية بالقرب من بوتسدام. ومع اكتمال بنائه عام ١٩٢٩ أصبح المنزل المقام على جانب إحدى البحيرات فرودس العبقري الخاص حتى قدوم النازيين.

ومما يثير الدهشة هو أن أينيشتاين ولد في الواقع في مدينة أولم بألمانيا في ١٤ آذار/مارس ١٨٧٩ على الرغم من أن معظم الناس يعتقدون أنه من مواليد برلين. وفي ٢١ حزيران/يونيو ١٨٨٠ سجل والده وهو تاجر يهودي العائلة في ميونخ التي كانوا قد انتقلوا للاقامة فيها. وعاش أينيشتاين الذي توفي في ١٨ نيسان ١٩٥٥ بمدينة برينسيتون الامريكية حوالي ١٨ شهرا فقط من عمره الذي بلغ ٧٦ عاما في أولم لكنه كما أشار في وقت لاحق "مدينة الميلاد ستكون جزءا من حياتك مثل صلتك بأمك .إننا ندين بجزء من وجودنا لمسقط رأسنا.لذا لدي ذكريات اشعر فيها بالامتنان لاولم لانها تمثل حلقة الوصل لتقليد فني راق وطابع يتسم بالبساطة والقوة".

وفي ١٩٠٥ عندما كان أينيشتاين في السادسة والعشرين من عمره ويعيش في شقة متواضعة في برن مع زوجته الاولى ميليفا التي تزوجها قبل ذلك بعامين وابنه الذي كان في عامه الاول هانز ألبرت. وكان للزوجين طفل بالفعل اسمه ليزيرل من علاقة غير شرعية الذي تبنياه بعد ذلك تجنبا للفضيحة العامة.

وكان لميليفا ابن ثان يدعى ادوارد . لكن فيما ظلت حياة أينيشتاين المهنية ناجحة انتهت حياته الخاصة بسرعة حيث تمت إجراءات الطلاق بعد ذلك بأربعة أعوام.

وفي ١٩١٩ تزوج أينيشتاين ابنة عمه إليسا. ومن اجل الهروب من اضطهاد النازيين قبل أينيشتاين وظيفة في معهد العلوم المتقدمة في جامعة برينسيتون حيث قضى بقية حياته ومات بعد إصابته بأزمة قلبية عام ١٩٥٥

ايـــربـــاص ايه ٣٨٠: عـــروس الـطـــائـــرات في العـــالم

تولوز بلانياك (فرنسا)

طائرة "ايرباص ايه ٣٨٠" العملاقة التي نجحت في اول رحلة تجريبية لها، ستكون اكبر طائرة مدنية في تاريخ الطيران عند دخولها الى الخدمة السنة المقبلة.

ويمكن للطائرة من النوع الاول الذي يضم ثلاث درجات نقل ٥٥٥ راكبا، ويصل هذا الرقم الى ٨٤٠ في التصميم المخصص للرحلات العارضة (تشارتر).

وليس بامكان عملاقة الاجواء الوحيدة منذ ١٩٧٠ حتى الآن البوينغ ٧٤٧، سوى نقل ٤١٦ راكبا كحد اقصى.

وستبدا الطائرة الجديدة رحلاتها التجارية خلال ٢٠٠٦ وستكون خطوط سنغافورة الجوية اول من سيشغلها. اما الطراز المخصص للشحن فسيدخل الى الخدمة عام ٢٠٠٨.

اما الخطوط الجوية الفرنسية "ايرفرانس" فستبدأ بتشغيل الطائرة العملاقة في ٢٠٠٧، بنظام الدرجات الذي يسع ٥٣٨ راكبا.

وبحسب مجموعة ايرباص، ستتمكن "ايه ٣٨٠" من نقل عدد ركاب يفوق بنسبة ٣٥٪ بالمئة العدد الذي تنقله البوينغ ٧٤٧، مع زيادة في المساحة المخصصة للركاب بنسبة ٥٠٪.

ويبلغ طول اجنحة هذه الطائرة المزودة باربعة محركات ثمانين مترا مقابل ٧٠،٦ مترا في البوينغ ٧٤٧، اما طول الطائرة فيبلغ ٧٣ مترا مقابل ٦٤،٤ مترا لعملاق بوينغ، ويبلغ علو "ايه ٣٨٠" ٢٤ مترا مع قدرة على اجتياز ١٥ الف كلم دون توقف.

اما الطراز المعد للشحن فبامكانه نقل حتى ١٥٠ طنا من البضائع لمسافة تصل الى عشرة الاف واربعمئة كلم دون توقف.

وبعد الرحلة الاختبارية ليوم الاربعاء، سيتم عرض الطراز في معرض "لوبورجيه" للطيران (قرب باريس) من ١٣ الى ١٩ حزيران/يونيو المقبل ولكن دون اجراء اي عروض جوية للطائرة الجديدة حسبما اعلن المدير العام لمجموعة ايرباص جيرار بلان.

وتؤكد ايرباص الاوروبية ان طائراتها العملاقة الجديدة ستكون "الاكثر مردودية في العالم" مع كلفة تشغيل للمقعد الواحد تصل الى ٢٠٪ اقل من كلفة تشغيله في بوينغ ٧٤٧.

وستصنع هيكل الطائرة من الياف الكاربون والمواد المعدنية الجديدة بنسبة ٤٠٪، اما الجزء الخارجي فسيصنع من مادة "غلار"، وهي مزيج بين الالمنيوم والياف الزجاج، ومن ميزات هذا المزيج وزنه الخفيف ومتانته الكبيرة.

والطائرة مزودة باربعة محركات، وتقترح ايرباص على زبائنها نوعين من المحركات، الاول هو "ترنت ٩٠٠" من رولز رويس، و"جي بي ٧٢٠٠" من الاميركية جنرال الكتريك.

اما سعر الطائرة المحدد فيتراوح بين ٢٦٣ و٢٨٦ مليون دولار. وقد حصلت ايرباص حتى الآن على طلبيات مؤكدة لصناعة ١٤٤ طائرة من طراز "ايه ٣٨٠" اضافة الى ١١ طائرة لم يتم التأكيد عليها بعد. وتقدمت حتى الآن ١٥ شركة طيران بطلبيات للحصول على هذا الطراز.