

نقل الأعضاء لم يشع بعد

بجيا . بجيا . ساجيا
ترجمة : تغريد محمد



في دراسة اجريت على احد عشر شخصا من الواهين للأعضاء وكذلك على الاشخاص المتلقين لتلك الأعضاء تبين ان معظم هؤلاء الواهين هم من الاقارب او ذوي علاقة وثيقة بالمتلقين لتلك الأعضاء.

وقد وجد الباحثون من جامعة كارديف ان الذين يهبون احدى كليتهما هم اما الأباء المتبرعون إلى اطفالهم او من الزوج إلى زوجته وان كلا الجانبين كانا بصحة جيدة بعد عملية النقل.

وفي جميع الحالات التي درست فان جميع المتلقين لتلك الأعضاء كانوا مستعدين للمضي في عملية النقل. وعادة ما يتعافى كل من الواهين والمتلقين بعد اجراء العملية في غضون عشرة اسابيع او اثنا عشر اسبوعا.

وقد اوضحت التقارير العلمية ان حياتهم قد تحسنت إلى حد كبير بعد عملية النقل من ناحية الصحة العامة والقدره على ممارسة الرياضة ومزاولة الاعمال اليومية كما في السابق مثل قيادة

السيارة
واجراء الرحلات الاسبوعية الترفيهية.

ويحت الكثير من الأزواج الذين اجروا تلك العمليات على خوض هذه التجربة وعدم الخوف او التردد من عملية النقل الحية.

وقال المتحدث من مؤسسة التبرع بالأعضاء البشرية المتبرع بها فيلجا الكثير إلى اقرارهم بغية الحصول عن تلك الأعضاء البشرية.

ومن الشائع بان معظم المتلقين يشعرون بالذنب تجاه الواهين وذلك انطلاقاً من حرصهم على حياة وصحة هؤلاء الواهين. وتشير الاحصائيات الى ان نسبة نجاح تلك العمليات تصل إلى ٩٣% وان كلا من الطرفين يتعافى بعد مدة وجيزة

بين توسين



أفاني الساعة الثالثة

صباحاً

صافيا الياسري

مثل موجتين هادرتين التقيننا على سرير الضحك المشوق فتنة، وافرغنا بعض شحناتنا في غرفة (الكون) فتهربت الثواني واشرايت الينا اصابع الاشياء لتلملم انكساراتنا القديمة، وكنت أهمس في أذنها اليمنى ويدي تحصي نبضات قلبها.. أقول لها.. وقبلك كنت اعتزلت النساء فنامت عيوني وقلبي تحجر، وحين التقينا استنفاقت عيوني ومثل الينابيع قلبي تفجرا! عندها تلقت الي جيدها و تغرقني بتلك النظرة التي تشد الروح والعقل وتغريني بجدول فرح دفاق وارتعاشة وجد لا تنتهي ويدي فوق موضع القلب تدون جموحه وشفتاي تلتقطان كرز العجم وتوت الشام، وفي عز انصهاري وكينونتي الجديدة متحدا بها تسألني.

. هل انا حلوة؟

فأجيبها. وهل أحلى منك حلو يا ربيع؟

تكركر ضاحكة بدلال انثى لحظة نضوجها الأولى وتقول هن سبع واربعون سنة لكنهن كن مفتقرات إلى ابتسامه روح وكن مقضرات كوابي، وما كنت أعلم اني امك كل (خوابي) العشق هذه، تعتق لي كؤوس ودوارق خمزة العسجد الفردوسي، حتى اتيت فوضعت واحدا من اصابعي على نهروان المسرة في أقبية روحي، وتركتني لاعصار لا أدري كيف اسميه، عندها انفتحت نوافذ العالم واشرعت رياح الفرح سفنها، وهللت لي كل المراسي واطلقت الفئارات اضواءها زغاريد غنمت وأغنت ما تبقى من أيامي شوقاً وضيلاً، ثم استقرت بخدنها الأيمن على جبهة صدري، وطوتني بذراعها اليسرى وتمتمت لي ولنفسها. لم أنم من قبل هكذا، لحظتها هصرت خصرها مرحاً وقلت . لك المجد معبودتي ان انت إلا فرحتي الأخيرة التي ما بعدها من فرح.. يا سورة نرقي وأيامي المترعة بالمطر المقدس وبتللات النور وتالات البساتين العراقية وفرشات الضوء

ايه يا حورية السماء السابعة المنقوشة بحناء ليلة الخميس . او ليلة الزفاف . هل قرأت (نوتات) . سوناتا امراة سماوية؟

بريك أجيبني فهي انت لا غير، وما أنا إلا ذلك الارضي الذي ما زال يركع ويسجد يوميا في خمس اوقات كي ينداح ظلًا أو رقعة ضوء تحت قدميك سيده الأركان كلها.

اطليك بعشقي واغطيك برانحتي واخرج على دائرة (العربية) بما تظهمين ومالا تظهمين وانزل ساحة ركضي بصورتك التي لا تحي واخرخف قميصك بقطرات الوان روحي واكتب على اطرافه بيتين من الشعر لا تجدين أمامها سوى ان تقولي.. الله .. الله.. فأقول لك انك الوحيدة التي. ازعلها وازعل منها، لحظتها تغضرن لي تلك الكلمات الشوكية التي أسمعك وتضحك وتقولني . صايغ يا لبن . هي.. ريا.. زيديني عشقا أو زيديني وجدا.. لا يمكن ان ألقى مثلك امراة تملأني شعرا

تمنحني كل الدنيا.. مجدًا..

أفر إليك ام تغضرن إلي؟ ليس بيني وبينك إلا ما تريدن، تقولين انا ملكك فأمرني، ياخذني الغرور عندها فاضحك من كل قلبي وأقول لك اتبعيني، وعلى شرفة تلعو دجلة أو عند عتباتنا ابدأ الغناء لك، وقبلها كنت قد قلت لك اني أنوي النوم فقد كانت عذارب الساعة تشير إلى الثالثة ما بعد منتصف الليل..

تأوين إلى صدري وتغنين معي وأقول لك ايها ال.. كيف حفظت اغاني العرب؟

فتسمعيني أحلى جواب وأنت تقولين . ان القدر كان يدك لي لتكوني حبيبتي وكان يغريك بحفظ هذه الاغاني.. ريا بريك هل كان صوتي جميلاً؟ أرجوك ألا تجيبني ودعي عينيك تتحدثان فهما الأبلغ حديثًا.. وإلا من يفهم سواهما معنى اغاني الثالثة صباحاً؟

الفتور الدم

يسبب الالتهابات

ميداء ايست اونلاين

يحدث في حالة الإصابة بالبدانة مما يؤدي بدوره إلى حدوث العديد من المضاعفات الصحية.

وقام الباحثون بمتابعة تسعة أشخاص يتمتعون بأوزان طبيعية تناولوا فطورا يحتوي على ٩٠٠ سعرة حرارية بعد صيام طوال الليل ومقارنتهم مع ثمانية أشخاص من أصحاب الوزن الطبيعي تناولوا ٣٠٠ مليلتر من الماء فقط وتحليل عينات الدم التي سحبت منهم قبل الأكل أو شرب الماء وبعده بساعة وساعتين وثلاث ساعات وذلك لتحديد تراكيز المواد الالتهابية والرايدكالات الأوكسجينية الحرة.

وأظهرت النتائج وجود زيادة متوسطة في الرايدكالات الحرة بنسبة ١٢٩ في المائة و ١٧٥ في المائة و ١٣٨ في المائة على التوالي في العينات الثلاث المسحوبة بعد الأكل إضافة إلى زيادة ملحوظة في العامل النووي المسؤول عن إنتاج المواد الالتهابية.

واشنطن - حذر العلماء في جامعة بوفالو الأمريكية من أن الفتور الدم الغني بالكربوهيدرات والدهون يؤدي الشرايين والأوعية الدموية في الجسم ويعرضها لمخاطر الالتهابات والتسددات.

وأوضح الباحثون أن الوجبات الصباحية الدسمة المحتوية على البيض المقلي والفضائير والنقانق واللحم الشائع تناولها في الدول الغربية تحتوي على حوالي ٩٠٠ سعرة حرارية وتفرق مجرى الدم بالمواد الالتهابية وتضعف قدرة الجسم الطبيعية على مكافحة الالتهابات التي تصيبه. وفسر الخبراء في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية أن مستويات العوامل الالتهابية تبقى عالية لثلاث أو أربع ساعات بعد تناول الوجبة الدهنية الدسمة وبالتالي فان الأشخاص الذين يصابون بنوبات متكررة من الالتهابات الناتجة عن مثل هذه الأغذية غير الصحية قد يتعرضون لحالة مزمنة من التهابات الأوعية الدموية التي تؤدي إلى الإصابة بتصلبها

وانسدائها.

ولاحظ الخبراء أن الوجبات الصباحية التي تحتوي على فطس عدد السعرات الحرارية ولكن من الفواكه والخضراوات لا تثير مثل هذه المشكلات والتأثيرات الالتهابية في الجسم.

واقترح الباحثون أن הדفق الكبير من العناصر الغذائية الكبيرة كالسعرات والدهون والبروتينات والكربوهيدرات والماء قد يغير من سلوك الخلايا وينشط الجينات لإنتاج أنزيمات أقوى ومواد وسطية أكثر ضررا وفتكا ببطانة الأوعية الدموية مشيرين إلى أن شدة هذا التأثير الحاد والمؤقت يعتمد على نوع المادة الغذائية وقد يؤدي إلى حالة مزمنة من الالتهابات والتأكسيدات تماما كما



فجا معرضهم المشترك الأول

التشكيليون في واسط

يهاكون الواقع من خلال لوحاتهم

واسط . جبار بجايا .

ن العربي والأهوار إضافة إلى عدد من الأعمال النحتية التي جسدت الاضطهاد في زمن الطاغية ودرج الحرية ونشيد المدن المفعوجة بالموت والقتل الجماعي إضافة إلى شخصيات بارزة مثل الواسطي . وكان نجاح المعرض قد بدا واضحا بعد افتتاحه من قبل السيد لطيف حمد الطرفة محافظ واسط من خلال الحضور الجماهيري المتواصل على مدى أيام إقامته.

وما الجديد لديكم ؟

بعد النجاح الحقيقي الذي وجدناه في هذا المعرض اتفقنا على أن نقيم معارض مماثلة شخصية أو مشتركة للبوستر وأخرى للرسم أو النحت أو الطرقت على النحاس أو السيراميك وهكذا سنواصل بروحية عالية كما نسعى إلى تفعيل مشاركة الآخرين معنا من الفنانين ممن لم يحالفهم الحظ في المشاركة في هذا المعرض كما ستقوم بإعداد مشروع لإقامة النصب والتمثال في الساحات العامة وفي شوارع المدينة الرئيسة بعد التداول مع الجهات الرسمية في المحافظة وقدما مشروعاً بهذا الخصوص نأمل أن يرى النور . كما نسعى لنقل بعض أعمال المعرض الى كردستان العراق والاطلاع على تجارب الفنانين هناك ونطمح أيضاً إلى تضييقهم وهناك ثمة أفكار ومشاريع أخرى لا بد لنا من أن نعمل عليها بقوة كي نتحقق ومنها المشاركة في المعارض التي تقام في العاصمة بغداد مستقبلاً ومما يذكر أن الجمعية التشكيلية في واسط قد أجرت انتخاباتها مؤخراً بعد التحرك على الفنانين في عموم المحافظة قد بلغ عدد أعضاء الهيئة العامة المسجلين (٥٧) فناناً أغلبهم من حملة الشهادات وألفت هيئة تحضيرية للانتخابات التي أسفرت عن فوز عبد الصاحب الركابي رئيساً ورائد إبراهيم نائباً للرئيس وعدنان جاسم أميناً للسر وأحمد حسين علي أميناً للشؤون المالية وكل من عباس لطيف وصباح مهدي وأسعد النعماني أعضاء.

الحقيقي من هنا وجدنا مناسباً التفكير في إقامة معرض مشترك يلتقي فيه الفنانون في واسط الرواد منهم والشباب . أي تلتقي التجارب الحرة والخبرة معا لتكون في حرك واحد . فكان حجم المشاركة جيداً بعد أن اشترك (٢٥) فناناً من الرواد والشباب بينهم ثلاث نساء وربما هي المرة الأولى التي تشترك فيها المرأة في معارض داخل المحافظة والحقيقة قدمنا لوحات جيدة وذكية في المحتوى والتعبير.

وأضاف: ضم المعرض (٧٢) عملاً فنياً منها (٦٠) لوحة رسم استخدم فيها الزيت والألوان المائية إضافة إلى التخطيطات بقلم الرصاص و (١٢) لوحة نحت كانت لفنانين من الشباب هذه اللوحات عكست مجموعها واقع الحياة اليومية بكل تفاصيلها ونقل معاناة الشعب العراقي من خلال رؤية الفنان لهذه المعاملات.

أما الفنان رائد إبراهيم نائب رئيس الجمعية وهو من الفنانين الشباب قال : يعد المعرض باكورة عمل الجمعية وأردنا منه أن يكون للفن الواقعي حصراً كي يؤكد للجمهور إمكانات الفنان في المحافظة هذا من جانب، ومن جانب آخر إن الانطلاقة الصحية لأي فنان لا تكون صحيحة ما لم تبدأ بالفن الواقعي كما أن توليف الخبرة مع الشباب عامل مهم في كسب الخبرة والإفادة من التجارب والتداول فيها وقد عرضت لوحات فنية مختلفة تمثل عدة محاور واتجاهات منها عن المهن والصناعات الشعبية والتراثية والنشائيل والحراة والأسواق الشعبية والطبيعية العراقية والحصا

لذا كانوا مندفعين كثيراً إلى إنجاح المعرض وتأكيد المشاركة الجماعية فيه ولا سيما خاصة الشباب منهم والمرأة الفنانة على الوجه الأخص فقد كان الحضور النسوي جيداً مقارنة بعدد المشاركين إذ اشترك ثلاث نساء في المعرض حدثنا الفنان عبد الصاحب الركابي رئيس فرع النقابة في المحافظة وهو من الفنانين الرواد قائلًا : لا يخفى على أحد أن مدينة واسط التي تنتمي فنياً إلى يحيى بن محمود الواسطي فيها من الطاقات الإبداعية الفنية التي تشكل أهمية في المشهد التشكيلي ومن المؤسف ان هذه الطاقات كانت متناثرة وأغلبها كانت تعيش في سيات وركود قسري . إذ كان الواقع يفرض عليها هذا الركود غير أن عملية التغيير التي جرت في البلاد كان لها ان تعمل على تنوير تلك الطاقات والإبداعات وزجها كلاً في ميدانها

على مدى أربعة أيام ضيفت قاعة المكتبة المركزية في مدينة الكوت بمحافظة واسط المعرض التشكيلي الأول للاعمال الواقعية الذي نظمته نقابة التشكيليين بالمحافظة بمشاركة (٢٥) فناناً وفنانة .

وعلى ما يبدو أن الشعار الذي أقيم تحته المعرض (الفنان المبدع ينتمي إلى بلاده حتماً) كان دالة واضحة أمام المشاركين في هذا المعرض بأن تنتمي لوحاتهم وأفكارهم الى الواقع العراقي بما يحمله من أسى وشجن ولوعة وفرح غامر أيضاً تمثل بانهايار الدكتاتورية واطلاق الحريات ضمن أفق الحياة الجديدة فكانت هذه المرة الأولى التي يلتم فيها شمل الفنانين في واسط ليشاركوا معاً في معرضهم الأول للفن التشكيلي . بل إن أغلب المشاركين في المعرض هم من الفنانين الغيبين والذين همش دورهم في السابق



ارسال الملفات

(وليس برنامج آوتلوك اكسبرس) عليك القيام بالتالي في برنامج الأوتلوك.

1. اختر ادوات TOOLS ثم خيارات Options
2. اختر.لسان التبويب تنسيق البريد mail format من ثم اذهب إلى مربع استخدام مايكروسوفت وورد لتحرير رسائل البريد الإلكتروني
3. اختر من القائمة المنسدلة هيئة HTML ثم اضغط موافق .

هناك ثلاث طرق لارسال الملفات اما ان تكون كمرفق Attachment مع الرسالة الاصلية او كنص او كوصلة و الافضل دائماً تجنب ارسال الملف كمرفق لأنها تأخذ مساحة كبيرة فإذا كان الملف المرفق الذي ستقوم .بإرساله عبارة عن مستند نص .فالأفضل تضمينه داخل الرسالة. استخدم وورد عوضاً عن أو تلوك ٢٠٠٠ إذا كنت تفضل استخدام ما يكرسوفت وورد كمحرر لرسائلك البريدية بدلاً من استخدام المحرر المدمج مع برنامج آوتلوك ٢٠٠٠