الحملة الآمنة في طريق صعدة

سعيد عبدالواسع

فعاليات كثيرة تدشن برعاية الحكومة أو منظمات مجتمع مدني منها حملة العودة إلى المدرسة.. كان لي شرف المشاركة الفعلية فيها إذ قدت ورشةتدريبية لمدة ثلاثة أيام في مدينة صعدة التي تسمى بـ«مدينة السلام».. وهي كذلك بالفعل، أثناء انعقاد الورشة في صنعاء جميع المشاركين تخوفوا من السفر إلى صعدة بل إن منهم من اعتذر بوجود عمل آخر، وقع الاختيار علي وزميلي محمد النجاشي، سافرنا ونحن لا نعلم شيئا عن أحوال هذه المدينة أو الطريق الموصلة إليها.. انطلقت سيارة الأجرة من فرزة صعدة، همس زميلي في أذن السائق قبل الصعود إلى السيارة قائلاً: "أنا ذا لابس بنطلوين" فرد عليه" ما عليك البس ما شئت". نظرت إلى زميلي وهززت رأسي مطمئنا له. بدأت السيارة تأخذ طريقها أصلت بنا إلى بعض مناطق الصراع بقايا الحرب شاهدا على عبثية الإنسان، قرأنا ما سطره المتمردون من شعارات تدين أمريكا. قبل أن يسدل الليل ستاره ويبقى السائق ليقول ما يعرفه وعايشه في فترة الحرب. وصلنا صعدة بعد خمس ساعات لم يوقفنا أحد حتى نقطة التفتيش المعتادة في مدخل المدن (عواصم المحافظات) تركتنا نمر بسلام وصلنا صعدة السابعة والنصف مساء وجدنا الكل يعمل. انطلقنا إلى مقر إقامتنا ثم خرجنا سيراً على الأقدام إلى أحد المطاعم

وفي اليوم الأول للورشة كان الجميع بانتظارنا "٢٣" متدرباً في كل قاعة جاءوا من مختلف المديريات عملنا بروح الفريق الواحد واتفقنا على ضرورة مساعدة المعلم في المدرسة لتنفيذ هذه الحقيبة الهادفة لمعالجة آثار أزمة الحرب، قال أحد الزملاء أن الوضع ما سأوي هناك مدارس دمرت وهجرها أبناؤها وأخرى فكر تلاميذها الابتعاد عنها حرصا منهم على سلامتها، الآن الجميع يعملون من أجل الحياة، العودة إلى المدرسة هي العمل الأهم، وجدت أن لا وجود لأية أشياء مما كنت أتوقعه ذات صلة بتنفيذ الورشة، تم إثراء الأنشطة بالنقاش، حاولنا التغلب على المشاعر المحبطة جاءنا زائران في اليوم الثالث (الأخير(الأول هو ممثل منظمة اليونيسف في المحافظة أما الأخر فهو مبعوث منظمة أخرى خاطب المشاركين بضرورة التعاون من أجل استقطاب الدعم وتهيئة الظروف الملائمة، احتدم النقاش وزادت المطالب. واحدة من الاخوات طالبت بأن يكون لنساء صعدة نصيب كغيرهن من النساء في المناطق الأخرى وذكرت عدداً من المدن ووعدها المندوب بالتواصل معها والعمل من أجل تقديم المشاريع. خرج الجميع من القاعة وبقينا نسير معاً، عرض علينا مندوبا المنظمة إيصالنا بالسيارة إلى السوق أو أي مكان آخر.

عشنا ثلاثة أيام رغم قلة الإمكانيات المادية لكن أبناء صعدة قدموا ماعندهم من أفكار أثرت الورشة.. انتهت فعالية ليوم الأخير وتوجهنا إلى السوق ومنه إلى فرزة صنعاء. انطلقت بنا السيارة كنا من محافظات متعددة قطعنا الطريق باتجاه صنعاء حيث ودعنا صعدة حوالي الثالثة عصراً.. النهار منحنا فرصة معاينة المناطق التي حجبها الليل لتكتمل الصورة ليل نهار من وإلى صنعاء لا شيء يثير الخوف.

أضواء باهتة

عائشة الطويلي

عندما ينخفض الأفق بعيداً عن أنظار الناس، تتمدد أضواء باهتة على منعطف الطريق، تطرق منحدرات العالم ملتوية حول مسميات الحياة الوهمية، يشرد الذهن خاوياً على أفق أملس تتصادم حوله كلمات الاستفهام، الحيرة الاعتقاد!!

ماذا بعد؟ أشياء أخرى تتحول مع الوقت إلى شلال من الهتافات يصرخ في وجهي منبعثاً صوت آخر قد أعرف من فمه من سيكون؟ تضايقت قليلاً من ألم في ظهر الغيب يطفو من فوهة الألم المشدود أقصى الجسد الراقد فوق رصيف ممتد يخلو من بعض نفايات أوراق كنت كتبت تفاصيل حياتي على بعض منها، غير أن كتباً أخرى لم تطرق بعد مخيلتي..

بعد قليل يحاول الذهن الغياب عن مكاني الذي أجلس فيه يتفلت من أطراف الجسد المنهك يستغرق وقتاً للإدراك وآخر للذهاب، وشيئاً فشيئاً يموت الصحب فينقطع النفس الكائن في أعماق الروح. تبرد الأطراف آسفة معلنة ثمة رحيل قادم يغزو كوكب الروح، لم تعلن قبل صفارات الإنذار على غفلة جاء النوم مسرعاً حول مائدة الأشياء.

كانوا يتوافدون سريعاً حول مكان الضوء تنحدر من أفواههم كلمات لا أفهم مغزاها، تتكور رسائل لا تخلو من تفاصيل جديدة، حيث تنبعث الخطوات من مرقدها مهرولة نحو..

تتقدم في ناحية أخرى حيث البيت العائم بوشوشات الرعد والخوف والحزن يلتف الأشخاص من حوله تبرز تفاصيل على أول الطريق يغرق الناس في سبات طويل، لم يتبق من أحد إلاً طاف على صومعة الأوباش

مذهولاً من هول الحدث الكائن، منخفضاً عن صوت الموت، يصرخ مجدداً: كن صبوراً، نم لا ترحل حيث يرحلون هم أيضاً، توقف متصنعاً ذلك الوقوف وعد كما عادوا هم أيضاً.

هكذا كان الصوت يردد في أذني الكلمات، بينما لا تقوى عيناي على رؤيته.

بعض الآباء .. لماذا يفشلون؟!!

عبدالله البحري

يرى معظم أولياء الأمور من الآباء والأمهات أنهم بارعون وناجحون في حياتهم العلمية والعملية وعلى مستوى التفوق والتوفق في شتى المهام والأعمال المهنية والوظيفية، وسواء كان هؤلاء منخرطين ضمن قطاعات عامة أو خاصة فهم حتماً يمثلون نخبة لا بأس بها من حيث الأداء الذي يندرج تحت العديد من الالتزامات وعبر الجهود المؤادة بالشكل الإيجابي لدرجة أنهم يكرمون عادة في غير مناسبة من قبل رؤسائهم والجهات المحسوب عليها الأمر الذي يجعلنا ضمن المعجبين بشخصياتهم، ولكن الأمر الذي قد يصبح ضداً ومناقضاً لما أسلفته أن من بين هؤلاء من يفشل في تأدية واجبه الديني والتربوي تجاه ابنه أو ابنته حتى الظن والشك بأن هذا الأب أو ذاك غير معني بمتابعة وتربية فلذة كبده رغم أن بعض الآباء ينظرون من زاوية واحدة لواجباتهم التي قد يعتبرونها الوفاء بما هو عليهم من المصاريف والنقاشات الخاصة بنقل وشراء ما يلزم لصالح بنوهم وحسب، ولعل مفهوم التربية لدى بعض هؤلاء الآباء قاصر ما يجعل الأبناء بالدرجة الأولى الأكثر حرماناً من أولويات وأهداف تربوية ونفسية واجتماعية لايمكن أن يستفيد منها أبناء وبنات المنقطعين عنهم من الآباء والمدركين لأهمية ذلك..!

إذاً نخلص للقول بأن رعاية ومتابعة الأبناء خلال دراستهم وتعلمهم أو خلال المراحل العمرية وصولاً لخلق جيل متعلم وواع ونظيف يدعم المجتمع بما هو صالح ومفيد لهذا الأخير وللوطن، ما لم فإن الفشل بعينه يتحمله كل أب وأم مهما بلغ أحدهما أو كلاهما أوج الشهرة والنجاح في جوانب أخرى، وأتمنى أن يفلح الجميع في عموم الجوانب الحيوية والهامة وفي مقدمتها الواجبات والمهام التربوية.

عِرقُ النَّسَا وعلاجه

د.حسين أحمد عزيز

يخطئ بعض الأطباء في تسميته بـ(عرق النَّسَا) بألف ممدودة بعدها همزة، فينسبونه خطأ إلى (النساء)، وهذا خطأ في التسمية والنسبة .. فيوهمون مرضاهم بأن عندهم عرق (النساء) مع أن النساء رحيمات لايأتي منهن إلا كل خير..

والصحيح أنه (عرق النَّسَا) بنون مشددة مفتوحة بعدها (سين) مفتوحة، بعدها ألف مقصورة بدون همزة .. و النَّسَا: هو: التأخير، والمؤخرة .. ومنه يقال: ربا النسيئة، أي: ربا التأخير .. والنسيءُ: هو التأخير أو المؤخرة .. قال تعالى: (إنما النسيء زيادة في الكفر يضل به الذين كفروا يحلونه عاماً ويحرمونه عاماً، ليواطئوا عدة ما حرم الله فيحلوا ما حرم الله، زُيِّن لهم سوء أعمالهم، والله لايهدي القوم الكافرين) (التوبة:٣٧).

فعلى هذا فإن عرق النَّسَا هو: عرق لمؤخرة الظهر ذم الله كفار قريش الذين كانوا يتلاعبون بالأشهر الحرم الأربعة .. كانوا يؤخرونها عن موعدها حسب مقتضيات ظروفهم فإن صادفت أيام حروبهم أخروها ليستمروا في الحرب وفي العام القادم يجعلونها حرماً لتوافق الأشهر الأهلية.

ومن خلال تفسير الآية يتضح معنى كلمة (النسيء) وهو التأخير .. وبناءً على هذا المعنى اللغوي فإنه عرق خبيث فاسدٌ ينشأ منه غضاريف تتكون حول فقرة من فقرات العمود الفقري، تؤدي هذه الغضاريف الزائدة إلى آلام مبرحة وذلك بسبب الضغط الهائل الذي تحدثه بين فقرتين من فقرات العمود الفقري، فيشعر المريض وكأنه محمل بحبل، مع الألم المتواصل الذي يبدأ من الظهر إلى أسفل القدم اليسرى أو اليمنى حسب العرق وهذه الغضاريف الزائدة التي سببت للمرضي هذه الآلام المبرحة المزعجة تتغذى من عرق خبيث فاسد.

ويشعر المريض أو الطبيب المعالج وكأن المريض عنده انزلاق وهو ليس انزلاقاً، إنما الغضاريف الزائدة قد عملت ما يشبه الانزلاق بمفارقة فقرة عن التي تليها وحاولت فصل إحدى الفقرتين عن الأخرى.

ويعالج (عرق النَّسَا) باستئصال الغضاريف الزائدة التي تكونت خطأ حول فقرة (ما) من فقرات الظهر وهي سبب هذه الآلام .. كذلك يتم استئصال العرق الخبيث الذي يغذي هذه الغضاريف الزائدة بعملية جراحية على يد فريق من الأطباء الجراحين مع مراعاة حالة المريض ومدى تحمله للتخدير (عام – أو موضعي – أو نصفي) فإن من التحذير ما يقتل. وهناك فرق بين عرق النسا والانزلاق، فالانزلاق يكون بسبب ارتخاء الأعصاب فيؤدي إلى مفارقة عضو من مكانه وعلاجه يكون بالتدليك حتى يعود العضو إلى مكانه على يد متخصصين من العلاج الطبيعي والتدليك وهذا ليس موضوعنا وعند استئصال الغضاريف المسببة لهذا المرض يجب أولاً دراسة حالة المريض من حيث تحمله للتخدير، فإن كان لديه ضغط عال في الدم فلا يعطى عملية مطلقاً؛ لأن الدم سينزف حتى ينتهي ولا يستطيع أحد إيقافه مهما أعطى من دم فإنه سيخرج في الحال بفعل الضغط العالي، وإن خلا من الضغط وجاوز السبعين عاماً فلا يعطى تخديراً عاماً لأنه سيسبب له هبوطاً حاداً .. وإن عنده القلب ضعيف فلا يعطى تخديراً مهما كان نوعه لأنه سيؤدي إلى ترهل عضلة القلب .. ويصبح الصبر على آلام المرض أهون وأرحم من التخدير ومن العملية .. وإن خلا من الضغط ومن ضعف القلب يعطى العملية بتخدير نصفي أو موضعي وبحذر شديد جداً والموضعي أسلم لمن جاوز السبعين عاماً وخلا من الضغط ومن أمراض القلب.

السمك يحد من السكتات الدماغية

أظهرت دراسة أميركية جديدة أن زيت السمك يحتوي على مكوّن قد يساعد الأشخاص من التعافي من السكتات الدماغية.

وقال الطبيب المسؤول عن الدراسة أن الحمض الموجود في زيت السمك يعد عاملاً معالجاً يمكنه أن يحمي أنسجة الدماغ ويحث على التعافي من السكتات الدماغية.

وأضاف "نحن بدأنا للتوّ فهم التأثير الملحوظ للأوميغا – ٣ أي الأحماض الدهنية على السكتات الدماغية.. وليس هناك حتى الآن حل سهل بعد ولكن كل اكتشاف يجعلنا أقرب إلى هزم السكتات الدماغية وأمراض التآكل والتلف الوراثية".

وأجرى الباحثون دراستهم على الجرذان بعد فترة ٣ حتى ٦ ساعات من تعرضها لسكتات دماغية.

ووجدت الدراسة ان الجرذان التي تناولت الحمض الموجود في زيت السمك، لوحظ لديها تعاف في السلوك العصبي، وتقلصت المنطقة المصابة بمعدل ٥٩٪ خلال ٥ ساعات.

السير يحافظ على الذاكرة

أظهرت دراسة أمريكية حديثة أن السير لا يساعد كبار السن على الحفاظ على لياقتهم البدنية فحسب، بل قد يساعدهم أيضا في الحفاظ على قدراتهم الذهنية.

وأشارت الدراسة التي أجراها فريق من باحثي جامعة بيتسبرج بقيادة خبير أستاذ طب الأعصاب كيرك إريكسون، إلى أن السير مسافة عشرة كيلومترات أسبوعياً على الأقل يحمي من فقدان الذاكرة المرتبط بتقدم العمر.

وقال إريكسون " إن حجم المخ يتقلص في مرحلة البلوغ المتقدمة ..وهو ما قد يؤدي لحدوث اعتلالات في الذاكرة" واقترح إريكسون إجراء مزيد من الدراسات لتحديد ما إذا كانت تمارين اللياقة البدنية تحول دون الإصابة بالعته والزهايمر، ونوعية التمارين التي قد تساعد في تحقيق ذلك الهدف.

وقام ٢٩٩ كهلا كلهم غير مصابين بالعته، بقياس المسافات التي قطعوها سيرا كل أسبوع. وبعد تسع سنوات قام الباحثون بقياس حجم أمخاخ تلك المجموعة، وخلصوا إلى أن كبار السن الذين اعتادوا السير عشرة إلى ١٦ كيلو متر أسبوعيا حافظوا على مزيد من المادة الرمادية أجسام العصبونات المتركزة في الطبقة الخارجية من المخ"قشرة المخ" مقارنة بمن مارسوا السير لمسافات أقل.

وبعد أربع سنوات أجريت اختبارات على المشاركين في التجربة، لقياس الاعتلالات الإدراكية والعته. في ذلك الحين كان نحو أربعين بالمائة من المشاركين ١١٦ شخصا قد أصيبوا بهذا المرض أو ذاك، وقلل المشاركون الأكثر سيرا خطر الإصابة بفقدان الذاكرة بنحو خمسين بالمائة.

وقال إريكسون " إذا كانت التمارين المعتادة في مرحلة منتصف العمر تستطيع تحسين صحة المخ والقدرة على التفكير والذاكرة في المراحل المتقدمة من العمر ..فسيكون ذلك سببا آخر أدعى لجعل ممارسة التمارين بشكل منتظم بالنسبة للأشخاص في كل الفئات العمرية..ضرورة ملزمة".

المعالجة الخاصة "للقدم السكرية" يجنب بترها

أكد علماء ألمان في دراسة أن معالجة حالات القدم السكرية بطريقة خاصة يؤدي إلى تجنب عمليات بتر القدم، أو الساق المصابة مما يزيد من فرص الحياة بشكل أفضل للمصابين.

شملت الدراسة التي تدعم ما ذهب إليه العلماء ١٧٢ مريضا يعانون من مشاكل نتيجة اضطرابات في تدفق الدم، وقد خضعوا لملاحظة الأطباء عبر عام كامل.

وأكد العلماء أن ٧٥٪ من هؤلاء المرضى عاشوا بدون عمليات بتر كبيرة حيث تمكن الأطباء من إنقاذ أطرافهم من البتر من خلال معالجة مواطن الضغط لديهم وكذلك القيام بعمليات بتر صغيرة، في حين توفي ٢٠٪ منهم وعاش ٥٪ بساق واحدة، أو بدون ساق، حسبما أوضح البروفيسور سيبستيان ام شيلونج لدى الإعلان عن الدراسة.

وقال الطبيب الألماني هانيس ريتسش إن جروح القدم المزمنة من أشد مضاعفات الإصابة بالسكر.

تحدث الإصابة بما يسمى بـ "القدم السكرية" في نحو ١٥٪ من مرضى السكر، حيث يؤدي ارتفاع مستوى السكر في الدم إلى قلة وصول الدم للأطراف مما يضر بالأعصاب.

وفي معرض تعليقه على ذلك، يقول الطبيب ريتسش:؟"لا يشعر المريض بالألم ولا يأبه للجروح الصغيرة في الوقت المناسب، وتؤدي اضطرابات تدفق الدم إلى موت الأنسجة مما يهدد ببتر القدم أو حتى الساق في حالة عدم تلقي العلاج الصحيح".

تقنية جديدة تزيد من نجاح عملية طفل الأنابيب

□.. توصل باحثون بريطانيون إلى تقنية جديدة لفحص الأجنة من شأنها أن تزيد بشكل دراماتيكي فرص الإنجاب عبر تقنية طفل الأنبوب IVF

وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" أن الباحثين يتوقعون أن تزيد التقنية الجديدة معدلات نجاح عمليات الإنجاب عن طريق تقنية طفل الأنبوب إلى الضعف أو ثلاثة أضعاف.

ويسمح الاختبار بالتقاط العيوب الكروموزومية التي تعد من أكثر الأسباب التي تؤدي للإجهاض، قبل إعادة زرع الجنين في رحم الأم.

وتجري التجارب على هذه التقنية بقيادة أطباء متخصصين في الخصوبة بمركز "كير فرتيليتي" في مانشستر.

وأشارت الهيئة إلى أن ٣ بريطانيات في أواخر الثلاثينات من العمر سيولدون نهاية كانون الأول/ديسمبر المقبل بعد استخدام هذه التقنية.

وتسمح التقنية المذكورة بفحص الأجنة من دون التسبب بأي ضرر لهم.

أفراحنا بعيد الاستقلال لها وهجها الخاص وأثرها العميق بلقاء الإخاء والمحبة في رحاب الأحضان الحميمة الدافئة في محافظتي عدن وأبين