إضاءة

سينتفض حمورابي

د. فلاح اسماعيل حاجم

منذ سنين وانا احاول ان يكون السبت يوم عملي؛ حيث يتيح لي ذلك امكانية اللقاء ببعض الاصدقاء من زملاء الدراسة سابقاً الذين يجمعون الآن بين مهنة التدريس والعمل في اجهزة الدولة الاخرى ومن بينهم مستشار في المجلس الفيدرالي (احد مجلسي البرلمان الروسي)؛ ونائب برلماني (مساعد مسؤول لجنة التشريع في مجلس الدوما)؛ والمستشار الاول لمحافظ منطقة ضواحي موسكو (وحدة ادارية ومن الاطراف الكبيرة في الفيدرالية الروسية). وكثيراً ما تحولت لقاءاتنا في القسم العلمي الى طاولات مستديرة مصغرة تناقش فيها مختلف الموضوعات العلمية والسياسية خصوصاً الملتهبة منها على شاكلة الانتخابات الاوكرانية والوضع العراقي الراهن؛ لذا تجدني مضطراً للتحضير مسبقاً اذ انني اعلم ان سيل اسألتهم حول الوضع في العراق سيكون فاتحة لمؤتمراتنا العلمية المصغرة (كما يحلو لبعضهم تسميتها). تجدني حريصاً على توخي الدقة والعلمية في مناقشة وضعنا سيما وان بعضهم يقوم بتعديل محاضرته قبل بدايتها بدقائق استناداً الى مداخلتي (اذا صح تسميتها كذلك).

قبل ايام دفعت باتجاه أن تكون مادة النقاش مخصصة لموضوعة ممارسة الحق الانتخابي في ظروف المهجر؛ كان الجميع متفقين على ان التشريعات الانتخابية لا تميز بين المواطنين على اساس مكان اقامتهم؛ اذ تذهب جميعها الى وضع المواطنة والآهلية بوصفهما شرطين للتمتع بالحق الانتخابي؛ فيما يعتبر استثناء المواطنين مهما كان عددهم من ممارسة حقهم في اختيار ممثليهم لاجهزة الدولة خرقاً لواحد من اهم المبادئ الانتخابية الا وهو مبدأ الاقتراع العام والشامل، وتجاوزا على نص المادة ٢١ من الاعلان العالمي لحقوق الانسان. والاجماع نفسه حصل بشأن المسؤولية المباشرة للمفوضية العليا المستقلة عن تأمين الحق الانتخابي للعراقيين ذلك لأنها الجهاز الحكومي الأرأس الذي تقع على عاتقه مهمة القيام بالعملية الانتخابية. وفي ظروف العراق الراهنة قد يكون من الممكن اتباع اساليب غير طبيعية مثل اللجوء الى المنظمات الدولية للمساعدة على احصاء الناخبين العراقيين في الخارج وطبع الوثائق الانتخابية ...الخ من المسائل اللوجستية؛ ولكن في جميع الاحوال فأن التمييز بين العراقيين في ممارسة الحق الانتخابي يعتبر غير وارد بأي حال من الاحوال وتحت اية ذريعة كانت.

عندما سمع احدهم عن المبلغ المرصود للمنظمة الدولية للهجرة كاد يغص برشفة الشاي؛ وذكّر احدهم باعفاء روسيا ل ٩٠ ٪ من ديون العراق؛ فيما عاد ثالث الى بداية التسعينيات حين كانت الحملات الانتخابية و صناديق الاقتراع تستخدم لغسيل الاموال. بين هذا وذاك كنت شارد الذهن افكر بوزراء حكومتنا المؤقتة وهم يطرقون ابواب الدول المانحة استجداء للمساعدة.

في الطريق الى الدرس همس لي ايفان شومسكي (المستشار الاول للمحافظ): سينتفض جدكم العظيم حمورابي لو سمع بما يجري لكم.

مهرجان القاهرة الدولي للافلام السينمائية

القاهرة (ا.ف.ب)

منحت المخرجة المصرية إيناس الديغدي جائزة أفضل فلم عربي عن فلم (الباحثات عن الحرية) في الجلسة الختامية لمهرجان القاهرة الدولي الثامن والعشرين.

وقد بلغ العدد الإجمالي للأفلام المشاركة نحو ١٨٠ فلما واشتركت ٤٩ دولة في هذا المهرجان.

وقد كانت ايطاليا ضيفة الشرف المشاركة في المهرجان، بينما غابت الافلام الأمريكية والبريطانية عن المنافسة لأسباب تقنية.

الرادون: عالم مجهول لايرى

المدى/خاص

الرادون هو أحد نواتج تحلل عنصر اليورانيوم المشع في سلسلة الإشعاع الطبيعي.إن النشاط الإشعاعي للرادون أي التحلل تلقائيًا إلى عناصر مشعة أخرى يمكنها أن تلتصق بذرات الغبار الموجودة في الجو يتنفسها الإنسان فتلتصق بجدار الرئتين وتقوم بدورها بالتحلل إلى عناصر أخرى. وأثناء هذا التحلل تشع أشعة ألفا (نواة ذرة الهليوم) وهي أشعة مؤينة و الأشعة المؤينة تسبب تأين الخلايا الحية؛ وهو ما يؤدي إلى تغيرات كيميائية في الخلية مما يؤدي إلى أحد أمرين إما تغيرات دائمة في الخلايا وبالتالي حدوث خلل وراثي أو تداخلات متأخرة مثل السرطانات، أو تحدث ضررا يؤدي إلى موت الخلايا فموت العضو فموت المتعضية..وخلال العقد الماضي اقر العلماء بالإجماع على اعتبار أن غاز الرادون السبب المحتمل للإصابات السرطانية لدى البشر.

ولكن لحسن الحظ فإن مثل هذا النوع من الأشعة . أشعة ألفا . عبارة عن جسيمات ثقيلة نسبيًا، وبالتالي تستطيع أن تعبر مسافات قصيرة في جسم الإنسان (الجلد فقط في حالة التعرض الخارجي) أي أنها لا تستطيع أن تصل إلى خلايا الأعضاء الأخرى لتدميرها؛ وبالتالي يكون سرطان الرئة هو الخطر المهم والمعروف حتى الآن الذي يصاحب غاز الرادون. وتشير التقديرات إلى أنه يتسبب في وفاة ما بين ١٥ آلفاً إلى ٢٢ ألفا في الولايات المتحدة لوحدها نتيجة الإصابة بسرطان الرئة.

وتعتمد خطورة غاز الرادون على كمية ونسبة تركيزه في الهواء المحيط بالإنسان، وأيضًا على الفترة الزمنية التي يتعرض لها الإنسان لمثل هذا الإشعاع. إن هذا الغاز من نواتج تحلل سلسلة اليورانيوم؛ لذا فهو موجود في التربة والصخور، وتكون نسبة تركيزه عالية جدًا في الأماكن الصخرية أو الحجرية المغلقة، مثل أقبية المنازل والمناجم والفوالق الصخرية، ومثل قبور الفراعنة المبنية في وسط الأحجار والصخور. وهذا بالفعل ما وجد عند قياس نسبة تركيز هذا الغاز في هذه الأماكن. وبالتالي يؤدي مكوث الإنسان فترة زمنية طويلة بها إلى استنشاقه كمية كبيرة من هذا الغاز الذي يتلف الرئتين، ويسبب الموت بعد ذلك. وهذا ما ذهب إليه العلماء في تفسير لعنة الفراعنة بأنها تحدث نتيجة لتعرض الأشخاص الذين يفتحون المقابر الفرعونية لجرعة مكثفة من غاز الرادون. يقول ألفرد هوايتد (١٨٤١ - ١٩٤٧) " ما من أمر ذي بال إلا و سبقنا أحدهم إلى قوله دون اكتشافه " كما أن وليدات الرادون تشكل خطورة كبيرة إذا تم أستنشاق الرادون وذلك لكونها صلبة تستقر في الرئة ويمكن أن تنتقل مع الدم إلى أعضاء هامة في الجسم وتترسب بها.

كما يستخدم غاز الرادون في اطار بعض العلاجات التي تسمى العلاجات الراديولوجيا والتي تكون بشكل أساسي علاجات بالاستحمام بحمامات مياه ساخنة او ينابيع مياه معدنية ساخنة يكون فيها تركيز الرادون ١ - ٤,٥ / ٦,٠ kbq .

الرادون (radon) (Rn) هو عنصر غازي وحيد الذرة خامل كيماوياً مشع موجود في الطبيعة . وهو عديم اللون والرائحة والطعم، شديد السمية، وإذا تكثف فإنه يتحول إلى سائل شفاف، ثم إلى مادة صلبة معتمة ومتلألئة. وعمر النصف له Rn222 3.38 يوم .

ينتمي الرادون إلى عامود الغازات النبيلة أو الخاملة في الجدول للعناصر (جدول مندليف) الذي يضم غازات الهليوم و النيون و الأرغون و الكريبتون و الأكزينون. فذرة الرادون كباقي الغازات النادرة نادرا ما تتفاعل و تشكل جزيئات. لذلك يمكنها أن تنتشر بحرية عبر كل المواد النفوذة للغازات لأنها خاملة كيميائيا. و الرادون غاز عديم اللون و الرائحة و لا يمكن كشفة بالحواس البشرية، لذلك يعتمد في كشفه بشكل رئيسي على كشف الأشعة المرافقة لتفككه وتفكك وليداته. غاز الرادون أثقل من الهواء سبع مرات ونصف مما يودي إلى وجوده في الأسفل دائماولكنه يشكل حوالي١ من ١٠٢٠ من هواء الجو فهو لا يشكل طبقة قريبة من سطح الأرض و إنما يختلط تقريبا بشكل متجانس مع الهواء الداخلي للمنازل حيث يكون تركيز الرادون داخل المنازل بشكل عام أعلى من ٢ إلى ١٠ مرات منه في الخارج لذا فإنه غالبا ما يهمل التعرض للرادون خارج المنازل. إن حوالي ٨٠٪ من غاز الرادون المنبثق إلى الوسط الخارجي ينتج عن الطبقة العليا للأرض. وبالطبع فإن وجود الراديوم ٢٢٦ وبالتالي اليورانيوم ٢٣٨ هو السبب في إصدار الرادون في التربة وبالتالي تختلف من مكان إلى آخر حسب الطبيعة الجيولوجية، وتتركز في الصخور الجرانيتية والفوسفاتية. يعبر عن كمية اليورانيوم الموجود في مكان ما بجزء من المليون من الوزن((ppm أو بالفاعلية النوعية والتي يعبر عنها بالبيكو كوري لليورانيوم في غرام واحد من المادة pci/g والعلاقة بين هذين التعبيرين بالنسبة لليورانيوم هو ١ pci/g=1 ppm وبشكل عام فإن صخور القشرة الأرضية تحوي حوالي ١ pci/g والتربة حوالي ٠,٧ .٠ pci/g تحوى مواد البناء المصنوعة من التربة و الصخور مثل (الإسمنت، البلوك،... الخ) على مواد مشعة ذات منشأ طبيعي مثل اليورانيوم و الراديوم و بالتالي فهي تولد الرادون. لهذه المواد نفوذية كافية لينطلق الرادون المتولد ضمنها إلى الوسط الخارجي. أما المواد ذات المنشأ غير الأرضي (مثل الخشب) فهي تحوي كمية منخفضة جدا من الراديوم. تختلف كمية الرادون الصادرة عن نوع معين من مواد البناء بشكل كبير من عينة إلى أخرى حتى لو كان تركيز اليورانيوم في كلا العينتين واحدا. وجد أن معدل إصدار الرادون يتغير مع الظروف البيئية والتي أهمها الرطوبة و الضغط. وذلك يعود لتأثير الرطوبة والضغط على إرتداد ذرة الرادون الناتجة عن التفككات الإشعاعية للراديوم.

غرائب المشاهير

المدى/خاص

١, كان انشتاين من أكسل التلاميذ في فصله الى حد انه فصل منه مراراً. و كان معروفاً بقذارته.

٢, نابليون أشهر القادة في عصره كان يمص مصاصة الاطفال حين يخطط لمعاركه !!

٣, موزرت الموسيقى المبدع.. الف أول مقطوعة و هو في السادسة.. و الف اول سمفونية له وهو في الثانية عشرة... كان معروفاً بسذاجته و قصر قامته.. قتل مسموما ..ما يدعو للاستغراب انه قتل بيد الموسيقي المبدع tschai-kiowsky بسبب غيرته من نجاحه.. و الاغرب ان نجاحه استمر حتى بعد موته اذ مات بعمر ٣٠ سنة.. اما تشيسكوا فمات ب٨٠ من عمره و قال عنه(قتلته لتموت موسيقاه معه وابقى انا.. فها انا باقي...و موسيقاه هي الباقية(..

٤, ان موزرت قام بتأليف مقطوعة موته بنفسه دون أن يعلم !!

٥, ان المبدع بتهوفن لم يكن اصم ..بل اصيب بصمم جزئي في حين انه كان يؤلف احدى مقطوعاته..فلم يعد يسمع الا القليل و رغم ذلك أكمل أخر مقطوعاته دون أن يسمعها !!!

٦, عندما علم انشتاين ان نظريته النسبية ساهمت باكتشاف القنبلة الذرية قال (ليتني عملت صانع احذية(. وان انشتاين هو الانسان الوحيد الذي استخدم ٢٠٪ من عقله..فكلنا نستخدم ١٠٪ !!! وعقله محفوظ في احد المختبرات.

٧, ان الموناليزا أميرة.. طلب من دافينشي رسمها و لكنه وقع في حبها فأطال رسمه لها و كان يغير و يغير ليلقى الاميرة..و ما كانت لتصلنا اللوحة اذ كان زوج الاميرة متشدداً فقد كانت اللوحة لاتخرج من القصر لكن ليوناردوا طلب من الامير ان يسمح له بوضع خلفية طبيعية للوحة فسمح له بأخذها..فذهب باللوحة ولم يعد !!!

٨, ان العالم ديموجين..كان يحمل مصباحاً في وضح النهار ليبحث عن الحقيقة !!

٩, ان الرسام المبدع فان كوخ قطع احدى اذنيه لاجل حبيبته

بين قوسين (...)

نصير .. والعود

مهند الليلي

كم اجد حرجاً كبيراً وانا اخط هذه الاسطر للتعريف بعازف العود المتميز نصير شمة. كم تمنيت لو كنت استاذاً في الموسيقى عليّ اوفق في وضعه في اطارة الفني من دون ان ابخسه شيئاً مما يستحق!!

ولعل عذري اني محب للعود مجتهد، ولأن الفنان هو كنز موسيقي نادر فهو كسائر المعادن الثمينة التي لابد ان تبحث عنها، وان كان يتميز عنها بصفائه المبهر، فهو لا يحتاج الى صهر او تنقية.. عذب كماء النبع سلس كالهواء، لقد تكبدت عناء البحث سنوات طوال فلما وجدت ما كنت ابحث عنه، تبين لي انه اجمل مما كنت آمل، فأردت لأصحاب الذوق الموسيقي وعشاق العود ان يستمتعوا بعزف هذا الفنان المرهف، من دون ان يسلكوا الطريق الشائكة التي سلكتها، استمع الى معزوفة (رحيل القمر) او (قصة حب شرقية) او (الامير الصغير) او (حب العصافير) او غيرها، تجد ان نصير شمة قد جعل من العود زقزقة العصافير وخرير الماء وسكون الليل وبكاء الاطفال وازيز الطائرات وصفارات الانذار، ودوي القصف، لن تصدق انك تستمع الى عزف منفرد على العود! وستقسم ان في الامر خدعة، او ان هناك مؤثرات صوتية وغيرها، كما فعل من قبلك ممن (حالفهم الحظ) وحصلوا على التسجيل! ولكني اؤكد لك ولهم بأنه يستخدم العود فقط! ولكنه يمزج معه روحه وانفعالاته فيخرج لك ما عجز عن وصفه مبالغة الاولين، عندما قالوا ان عازف العود قد اضحكهم وابكاهم وانامهم!!

لقد جعل من العود آلة تخطت ما سبق من ابداعاتها منذ صناعتها الاولى قبل آلاف السنين بمسافات موسيقية شاسعة!! ما عهدتموه من ابداعات العود من قبل لن يتعدى ان يكون مقدمة لإبداعات نصير.. فهو يعزف تلك المقطوعات التي سمعتموها من قبل بيد واحدة فقط!

واستطاع ان يعلم عزف اليد الواحدة لمن فقد احدى ذراعيه، اسألوا عنه بلاد ما بين النهرين، حيث ترعرع وداعبت انامله العود فيها ودرس العزف على ايدي كبار عازفيها واسألوا عنه تونس ومعهد الموسيقى فيها وجيل العازفين من تلامذته واسألوا عنه دار الاوبرا المصرية حيث انشأ ويرأس بيت العود العربي فيها واسألوا عنه المدن الغربية التي اصغت الى ابداعاته بالآذان نفسها التي استمتعت بكبار الفنانين من قبله..

انا لا اريد ان ابخس العازفين الكبار من ادنى غرب العالم العربي الى اقصى شرقه حقوقهم، ولا اعطي نصير شهادة تفوق عليهم انما اكتب رأياً واعبر عن اعجاب!

ثمة ميزة اخرى يتميز بها نصير عمن سبقوه، فبعدما رحل العازفون الكبار عن الساحة غابوا ولم يتركوا لهم تلاميذ يواصلون العزف الراقي.. اصبحت بعدهم مدينة العود الموسيقية اشبه بمدينة اشباح لا تكاد تسمع فيها لغة العود الفصحى! اما نصير شمة فله تلامذته في تونس والعراق ومصر وغيرها من البلاد العربية، يحرص على ان يقدمهم الى الجمهور من دون ان يعتريه الخوف من تفوق التلميذ على استاذه، فسواء تفوق التلميذ ام الاستاذ فكله اثراء للموسيقى العربية الاصيلة..

كم تمنيت لو صاحب هذا النجاح الفني نجاح تسويقي يسهل للكل الحصول على فنه الابداعي.. ولكن تجربتي في الحصول على تسجيلاته التي امتدت لسنوات تؤكد لي ان الكثير سيكابدون في سبيل الحصول على تسجيلاته التي امتدت لسنوات تؤكد لي ان الكثير سيكابدون في سبيل الحصول عليها. كل ما استطيع ان اؤكده انها تستحق العناء والجهد والمشقة، لقد وعدنا بمعزوفات جديدة ولانزال ننتظر ان نستمع الى تلك المعزوفات، فهل يوفق المسوقون للفن من ان يرعوا حفلات تجمعه بكبار عازفي العود من انحاء الوطن العربي تقام في بعض المدن العربية، يتم فيها التسجيل الرقمي بعيداً عن تشويش الخلفية في الانتاج المسوق؟ اننا بحاجة الى هذا النوع من الفن الراقي فهل ستتحقق هذه الامنية؟ ارجو ذلك!

مادة مضادة للرصاص ؟!

المدى/خاص

تتكون المادة المركبة عادة من خصلات من الألياف ممزوجة مع مادة أخرى تسمى المصفوفة أو المنهجية . وذلك لتقويتها . وأوضح أمثلة على ذلك هي في المادة التي كان يستخدمها الفراعنة لصنع أغطية المومياءات . ومثل آخر نأخذه من عصرنا الحديث في المانيا الشرقية سابقاً حيث كانوا يستخدمون مادة مركبة لتصفيح السيارات بها . والباكليت وهو الراتينج الصناعي الذي تتم تقويته بإضافة الزجاج أو ألياف الكربون إليه . وأحيانا نجد أن بعضهم يقوي الاسمنت بوضع صفائح من المعدن داخله . فيحميه من التداعي إذا تعرض لضغط عال بينما نجد أن في الخشب ، مادة مقوية طبيعية كما يقول المهندسون ، وذلك لوجود الياف السيليلوز فيها . وكيفلر هو الاسم الصناعي لمادة إكتشفها ستيفاني كاوليك عام ١٩٦٥م وتحتوي هذه المادة أساساً على سلسلة جزيئات من صنع الإنسان وتعتمد هذه السلسلة على الترابط القوي بين حلقات ذرات الكربون تبلغ قوة هذه الحلقات نحو خمسة أضعاف الفولاذ وتتمتع بخاصية عدم التمدد أيضاً وحالياً تعد هذه المادة من أعظم اختراعات الإنسان .

وتعتبر طريقة صنع المواد المركبة هذه أمراً معقداً جداً وغير مفهوم حتى يومنا هذا ومازال المهندسون يستخدمونها في صنع العديد من الأشياء لكن بطريقة سرية وذلك فإن أهداف الاستخدام تختلف باختلاف أنواع المواد المركبة سواء كانت مقطعة أو طويلة منفردة أو منعزلة جامدة أو قابلة للتمدد وقد كتب المتخصصون العديد من الكتب الضخمة حول هذه المواد . إن سرعة موجة الصدمة في أي مادة تعبر عادة عن سرعة الصوت في هذه المادة التي ستكون بالطبع أسرع بكثير من سرعة الرصاصة . وبالتالي ، عندما تضرب الرصاصة سطح مادة جامدة ، فإن موجات الصدم ستتجه نحو الخارج على الجانبين بشكل أسرع من الرصاصة نفسها . وهذا يعني ، على المادة الواقية أن تتمتع بالوقت الكافي للقيام بمهمتها . وفي حالة المواد المركبة ستنتشر الصدمة في سلسلة من الانكسارات داخل المادة المصفوفة ،والتي تميل للسير بشكل مواز لسطح الألياف مبعدة الصدمة عن قلب المادة المركبة . وفي حالة مادة كيفلر نجد أن الألياف غير مرنة إلى حد يستوجب تسليط طاقة هائلة لتحقيق هذا الأمر . وإذا كانت الألياف مصفوفة بشكل متعاكس أو متصالب فإن الصدمة ستتفرع وتجد أسطحاً جديدة للصدمات التي تليها . ويحدث كل ذلك في اقل من عشر الثانية لكن الطاقة التي تمتصها المادة والتي تجد كل هذه الأسطح الجديدة ضمن الألياف قادرة تماماً على ردع رصاصة من الدخول .

ثعابين السمك تولد الكهرباء؟

المدى/خاص

كانت قصص ثعابين السمك المكهربة ومقدرتها على توليد الكهرباء تعتبر من القصص المبالغ فيها. ولكن من المعروف الآن أن ثعابين السمك الكبيرة يمكنها توليد كهربية لمدة قصيرة تبلغ مئات الفولتات. وفي هذا ما يكفي لقتل الإنسان، وعلى الرغم من أنها تشبه ثعابين السمك العادية فإنها تكون في الحقيقة أسرة من سمك الماء العذب في أمريكا الجنوبية .ولها صلة بسمك السلور والشبوط والساقر.ويصل وزن بعض الفصائل الكبيرة إلى حوالي ٥٠رطلا. ويصل طولها إلى حوالي ثمان أقدام ويتصل توليد الكهربية بالجهاز العصبي للسمكة وأن هناك أعضاء معينة في السمكة الكهربية مزودة بالوفير من الخلايا العصبية ومن المحتمل أن هذه الخلايا وصلت في النمو إلى أعلى درجة منها في الحيوانات العادية. فتتمكن بذلك من تفريغ كميات أكبر من الكهربية وقد بينت التجارب أن لثعبان السمك المكهرب قطبا سالبا قرب الذيل وآخر موجبا قرب الرأس. وتنعكس الأقطاب في بعض الأسماك المكهربة الأخرى مثل "سلور النيل" ومهما يكن من أمر فإن مقدرة جميع الأسماك المكهربة متقطعة بالطبيعة. فسرعان ما تفرغ "البطارية" وستنفد قدرتها ويتطلب استرجاعها للقدرة فترة استراحة قصيرة.

ضغط الدم

مديحة جليل البياتي

ضغط الدم المرتفع او المنخفض حالة مرضية غالباً ما تواجه الكثيرين منا، وفي ظل ايقاع الحياة والضغوط الكثيرة التي يواجهها كل منا سواء في العمل او الحياة اليومية فمن الطبيعي ان يتعرض اي شخص للانفعال النفسي او الاجهاد العصبي الذي ينعكس اول ما ينعكس على ضغط الدم.

وضغط الدم عرضة قابلة للتغير في مجال ضيق داخل الحدود الطبيعية فهو يرتفع مع زيادة المجهود الجسماني والانفعالات النفسية وينخفض اثناء النوم وعند الاسترخاء، كذلك فإن ضغط الدم يتغير على مدى الاربع والعشرين ساعة، فهو يزداد في الساعات المبكرة من الصباح وفي بداية اليوم ثم ينخفض تدريجياً ليصل ادنى مستوى له اثناء النوم عند منتصف الليل. ومن ناحية اخرى فإن ضغط الدم عند الاطفال اقل منه عند البالغين وهو يزداد مع تقدم السن ولكنه يقل في الحدود الطبيعية. اما عن اعراض ارتفاع ضغط فهي لا تذكر الا اذا حدثت عنه مضاعفات خطيرة حتى عرف بأنه المرض القاتل الصامت.. وخلافاً للشائع بين كثير من العامة كما يؤكد: الدكتور (خالد صالح فوزي) (اخصائي اطفال وباطنية):

ليس الصداع و(الدوخة) وطنين الاذنين او نزيف الانف اعراضاً خاصة للضغط فهي موجودة بالنسبة نفسها بين الاشخاص ذوي الضغط الطبيعي، ومرض ضغط الدم المرتفع وكثير ما يصل مستوى ضغط الدم الى ارقام عالية خطيرة من دون ان يسبب ذلك اية شكوى للمريض خاصة من حالات ارتفاع الضغط المزمنة.

ويشير (الدكتور خالد) الى ان اكثر من تسعين في المائة من حالات ارتفاع ضغط الدم لا يوجد سبب محدد لها وهذه الحالات تعرف بإرتفاع ضغط الدم الاولي للتفرقة بينها وبين حالات ارتفاع ضغط الدم الثانوي الناتج عن مرض او سبب محدد يمكن علاجه بطريقة قاطعة فهناك على سبيل المثال امراض الكليتين مثل ضيق الشريان الكلوي او التهاب الكليتين الحاد والمزمن وتشوهات الكليتين الخلقية وامراض الغدد الصماء مثل اورام الغدة فوق الكلية والغدة النخاعية، كما ان استخدام بعض العقاقير قد يؤدي الى ارتفاع مؤقت لضغط الدم مثل عقاقير منع الحمل وكثير من الادوية المستخدمة في علاج الروماتيزم والكورتيزون ومشتقاته وادوية البرد والزكام تحتوي على مواد قابضة وبعض الادوية المستخدمة في العلاج النفسي.

ويؤكد (الدكتور خالد صالح فوزي) انه ارتفاع ضغط الدم الاولي هو النوع الاكثر شيوعاً بين الناس، وتلعب الوراثة دوراً مهما في انتشاره بين افراد الاسرة الواحدة عن طريق الجينات الوراثية، كما ان عوامل البيئة تلعب دوراً مهماً فالمرض ينتشر في المجتمعات التي يكثر فيها استهلاك ملح الطعام ويندر في بعض القبائل البدائية التي لاتتناول ملح الطعام في غذائها، هذا اضافة الى السمنة الزائدة والاسراف في شرب المواد الكحولية والتوتر والقلق العصبي والاجهاد الذهني المستمر كلها عوامل قد تؤدي في النهاية عند وجود العامل الوراثي الى حدوث مرض ارتفاع ضغط الدم.

اما عن طرق العلاج فقد حدثنا الدكتور خالد قائلاً: فهي تضم الى جانب العقاقير عدة وسائل وهي انقاص وزن المريض وتجنب المأكولات الغنية بملح الطعام والاقلال من ملح الطعام في الاكل وممارسة الرياضة الخفيفة والاسترخاء والامتناع عن التدخين.

وعلى عكس ارتفاع ضغط الدم الذي قد يكون مزمناً في بعض الحالات فإن انخفاض ضغط الدم يصعب ان يكون مزمناً فهو عارض حاد ومؤقت يؤدي في صورته الشديدة الى فقدان الوعي وحدوث اعراض الصدمة مثل برودة الاطراف والعرق الغزير وقلة افراز البول، وهذا المرض يوجد عند بعض الافراد الاصحاء خاصة من السيدات والبنات اللاتي يتميزن بالنحافة وطول القوام وضعف عضلات الساقين واللاتي يوجد لديهن استعداد لإنخفاض الضغط وعرضة لأدوار الاغماء خاصة عند الوقوف من دون حركة فترة طويلة وفي الجو الحار..

الكاتب سلام حربة ...

الدراما العراقية تلهث وراء الحكاية

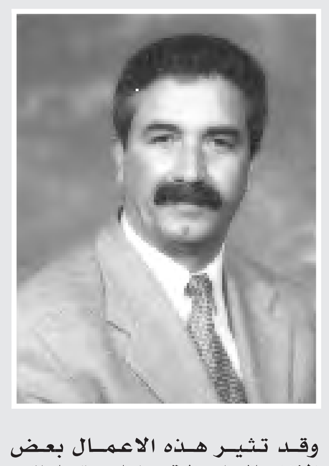
د. سلام حربة كاتب وقاص معروف في الوسط الادبي، لديه مجموعة قصصية صادرة عن دار الشؤون الثقافية بعنوان (ساعات وعقارب) ومجموعة اخرى تحت الطبع بعنوان (شيزوفرينيا)، له مقالات منشورة في الصحف والمجلات العراقية. كتب للمسرح وصدرت له مؤخراً عن دار الشؤون الثقافية مسرحية بعنوان (ابواب).

بابل/ مكتب المدى/ محسن الجيلاوي

دخل عالم الدراما حديثاً فهو اسم جديد يضاف الى كتابنا المبدعين حيث باكورة اعماله التلفزيونية مسلسل (شارع ٤٠) الذي اكمل تصويره قبل الحرب وسقوط النظام السابق من اخراج كارلوا هارتيون لحساب (المؤسسة العامة للاذاعة والتلفزيون) وهو تجربته الاولى في هذا المجال. ويشير العاملون في هذا المسلسل الى أنه خروج عن السائد في الدراما العراقية، فهو يناقش وكما يؤكد الكاتب سلام حربة (موضوع القسوة وما تفرزه في حياة البيوت والمجتمعات وربما كان المسلسل استشرافاً لما يحصل في مجتمعنا في الوقت الحاضر من اعمال لا انسانية وغرائزية) وفي بداية لقائنا السريع معه قال اعتقد ان اول من يعالج الدراما هم كتاب القصة والروائيون.

وعن رأيه في الدراما العراقية حالياً ومستقبلها تحدث قائلاً:

الدراما العراقية تلهث وراء الحكاية وهذا سر ضعفها، والخلل ليس الانتاج بل في كتاب الدراما انفسهم.. فهم يلاحقون الحدث تصاعدياً من البداية الى النهاية معتمدين على ما يسمى بالاكشن، وقد تثير هذه الاعمال بعض الانفعال لحظة مشاهدتها لكن هذه الانفعالات تنتهي حال اغلاق جهاز التلفزيون.. لأن الحدث سطحي لا يداعب سواء الجانب الحسي، اما القصص والروايات ذات الدلالة والمعاني الحقيقية التي تضع المشاهد امام التساؤل والتغريب.. فلا اعتقد ان كاتباً عراقياً يمتلك مثل هذه القدرة على الصياغة.. لابل ان معظم كتابنا في الوقت الحاضر يتجهون نحو المواضيع التأريخية لأنها تقدم لهم موضوعاً جاهزاً لا يحتاج منه الا صياغة السيناريو والحوار، واتوقع ان تكون هناك قفزة في الدراما العراقية وفي حقل الادب وفي كل المجالات الاخرى اذا ما توفر الاستقرار السياسي للبلد والحرية ستبني الانسان والمجتمع.



* ماذا اردت ان تقول في مسلسل (شارع ٤٠)؟

- برغم مصاعب انتاجه الا انه يناقش موضوعاً في غاية الخطورة وهو تأثير القسوة في حياة الافراد.. حيث ان القسوة تفرز الغرائز المتمثلة بـ (غريزة المال والتملك) او غريزة (الجنس) وغريزة (السيطرة على الآخرين واذلالهم).. ان المسلسل يشتغل على الجانب النفسي للافراد من خلال هيمنة عقدة القسوة عليهم ولا ينكر بأن تاريخ العراق السياسي كله قسوة في قسوة وما نراه الآن من سلوك ناتج طبيعي لتلك القسوة.

* وما جديد الكاتب سلام حربة؟

- بتكليف من قبل القناة العراقية اكملت كتابة سيناريو سباعية بعنوان (طياران بلا اجنحة) وهي دراما تتحدث عما حصل في ظل النظام السابق وما يحصل الآن برؤية اجتماعية.. كما انتهيت مؤخراً من كتابة مسلسل تلفزيوني بعنوان (الوان الرماد) بثلاثين حلقة يتناول موضوع العولمة ومن منظار اجتماعي.

التاريخ على المحمول

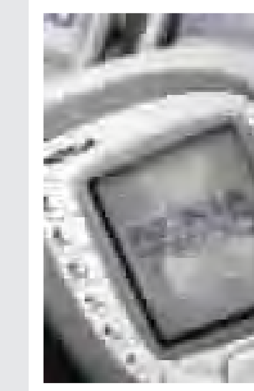
المدى/خاص

أصبح الهاتف المحمول دليل السواح لزيارة المعالم السياحية في أية مدينة والتعرف على آثارها التاريخية، حيث سيحوي هذا الهاتف المعلومات عن جميع الآثار السياحية والمتاحف والأعمال الفنية. وستكون متاحة للجميع وهذا يعني ان محبي الثقافة والسياح لن يحتاجوا بعد ذلك إلى مرشد سياحي أثناء تجولهم في المناطق التاريخية، وبدلا من ذلك ستظهر معلومات عن خلفيات وتفاصيل الأثر أو المنطقة التي يزورونها على شاشات الهواتف المحمولة.

وكانت شبكة الموارد الثقافية الاسكتلندية قد بدأت مشروعا منذ عام ١٩٩٦ لجمع المعلومات عن المواقع والمباني ذات الأهمية التاريخية، اضافة للعديد من الآثار المعروضة في المتاحف العديدة في البلاد.

وتأمل هذه الشبكة أن يصبح الحصول على المعلومات التي جمعتها عند وضعها على شاشات الهواتف المحمولة سهلة، وترغب الشبكة في أن تجعل معلوماتها متاحة عن طريق أي جهاز لاسلكي مع السائح، إما عن طريق خدمة الرسائل القصيرة على الهواتف المحمولة العادية أو عن طريق أجهزة التليفون المرتبطة بالإنترنت، أو حتى عن طريق أجهزة الكمبيوتر المحمولة المعروفة باسم اللابتوب.

وعندما يتم توزيع هذا الجيل الثالث من الهواتف المحمولة سيمكن لمستخدمي التليفون تحميل الصور واللقطات المرئية والمسموعة عليه للحصول على المزيد من المعلومات حول الآثار التاريخية.



الكلمات المتقاطعة

اعداد : حيدر عاشور

افقي

عمودي

12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

الحمل 21اذار 20نيسان

الثور 21نيسان 20ايار

الجوزاء 21ايار 20حزيران

السرطان 21حزيران 20تموز

الاسد 21تموز 20اب

العذراء 21اب 20ايلول

كمبيوتر وانترنيت

الرسالة: Cannot find the file XX or one of its components

معناها : لم يستطع ويندوز العثور على ملف من الملفات الضرورية لتشغيل برنامج ما. وقد يحدث ذلك عندما تقوم بنقل أو حذف أو إلغاء تثبيت برنامج ما. أو عندما تقوم بحذف الملفات غير الهامة من على القرص الصلب لإخلاء مساحة تخزينية عليه وقمت عن طريق الخطأ بحذف إحدى الملفات الضرورية.

الحل: إذا كان الملف لا يزال في سلة المحذوفات فقم باستعادته. أو أعد تثبيت البرنامج مرة أخرى.

الرسالة : Error Deleting File Cannot delete XX . Access is denied. Make sure the disk is not full or write-protected and that the file is not currently in use

معناها : قد تظهر هذه الرسالة عندما تقوم بمحاولة حذف ملف (المشار إليه بالحروف XX) في حين أن برنامج آخر يقوم باستخدامه. مثلا عندما يكون هناك مستند مفتوح من مستندات برنامج وورد وفي نفس الوقت تحاول حذفه. أو عندما تحاول حذف ملف من الملفات المؤقتة Temporary Files التي يستخدمها ويندوز حاليا.

الحل : حدد البرنامج الذي يستخدم الملف الذي تريد حذفه ثم قم بإغلاق البرنامج واحذف الملف. أما إذا كان الملف الذي تريد حذفه من الملفات المؤقتة فقم بإعادة تشغيل جهازك ثم احذف الملف.

الرسالة : Cannot delete: Cannot find the specified file. Make sure you specify the correct path and filename

معناها : قد تظهر هذه الرسالة عندما تقوم بالنقر فوق ملف أو مجلد لفتحه أو حذفه أو سحبه إلى سلة المحذوفات. ومعنى الرسالة أن هذا الملف أو المجلد يحتوي اسمه على حرف غير مسموح به في تسمية الملفات.

الحل : لحذف هذا الملف أو المجلد. قم بإنشاء مجلد جديد وانسخ الملف أو المجلد الذي تريد حذفه إليه ثم احذف محتويات المجلد الجديد من خلال موجه MS-DOS باستخدام الأمر التالي: Del *.*

ولإعادة تسمية ملف يحتوي على حرف غير مسموح به في تسمية الملفات. استخدم الرمز ؟ للتعبير عن الحرف غير المسموح به. سنفترض مثلا أنك تريد إعادة تسمية ملف له الاسم ؟eadme.txt فقم بتسميته بالأمر التالي ren ?eadme.txt readme.txt.