



كلية معتمدة من الهيئة القومية  
لضمان جودة التعليم والاعتماد

## النشرة البيئية

عدد يناير ٢٠٢٢

أسرة نشر المجلة

أ.د/ سماح محمد عبد الله

عميد الكلية

أ.د/ مرفت علي خميس

وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة (رئيسا)

(سكرتير التحرير)

(محرر)

(محرر)

(محرر)

(محرر)

(محرر)

(محرر)

(محرر)

(محرر)

أ.د/ سحر محمد مرسي

أ.د/ فاطمة رشدي محمد

أ.د/ نعمة محمد المغربي

أ.د/ نادية ابراهيم سيد

أ.د / صفاء رشاد محمود

د / عطيات حسن حسين

د/ هبة مصطفى علي

د /اسماء عطية طلحة

د /وفاء رمضان احمد

## حكمة العدد



### افتتاحية العدد:

الحمد لله الذي علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم ،  
والصلاة والسلام على معلم البشرية الخير الهادي  
إلى صراط الله المستقيم وعلى اله وصحبه وسلم.

**أما بعد:** تتشرف هيئة التحرير بإصدار العدد الاول  
من المجلة البيئية لشهر يناير ٢٠٢٢ بكلية التمريض  
– جامعة أسيوط ولقد كان للصدى الطيب الذي  
تركته الإصدارات السابقة أكبر الأثر والحافز في أن  
نكون أشدَّ حرصاً على إصدار عددنا هذا .

ولقد آثرنا أن نعتمد المنهج نفسه في تنوع  
الموضوعات بلغتها وأن نستقطب الباحثين من  
خارج الجامعة ، فجاء العدد حافلاً ببحوث خضعت  
للتقويم والتحكيم العلميين الدقيقين . ونحسب أنها  
ستسهم إسهاماً فاعلاً في تعميق الفكر العلمي  
وتأصيل مناهج البحث لدى الدارسين .

ولا يفوتنا أن نكرر هنا أن هذا الجهد لم يكن ليرى  
النور لولا حرص أعضاء هيئة التحرير وعملهم  
الدؤوب على إنجازه ووضع بين أيادي الدارسين  
والباحثين .

موضوعات المجلة :-

**أولاً:** يبدأ عملنا بمقالة العدد وهي بعنوان الفطر  
الأسود: ما هو؟ وما علاقته بكورونا؟ وما حقيقة ما  
يتردد حوله؟

**ثانياً:** علماء أعلام في تاريخ الحضارة الاسلامية ،  
غدوا نجومًا في سماء العلم والحضارة والتقنية،  
وذلك من خلال ما قدموه من إبداعات واكتشافات،  
وما تركوه من بصمات في صرح الحضارة  
الإنسانية وقد تطرقنا في هذا العدد الي شخصية من  
اعظم العلماء في ذلك العصر الا وهو العالم المسلم  
أبو الحسن علي بن سهل ربَّن الطبري

**ثالثاً:** المشكلات الصحية التي تؤثر علي صحة  
الإنسان وكيفية علاجها و بعض الموضوعات  
والمعلومات الطبية الهامة في حياة الإنسان،

**رابعاً:** تهنئة للسادة أعضاء هيئة التدريس الذين تم  
تعينهم وترقيتهم من خلال الربع الثاني من العام  
الجاري

**خامساً:** وننهي مجلتنا بصورة كاريكاتيرية معبرة.

وما نقدمه في هذا العدد من مقالات ما هو إلا نتاج  
المشاركة الفعالة واهتمامنا بالقضايا والمشكلات  
البيئية وعرض لبعض نماذج من إبداعات السادة  
الزملاء، أملا في نشر الثقافة البيئية . نسأل الله  
تعالى أن يكون عملنا هذا خالصاً لوجهه الكريم وأن  
يبسر لنا الاستمرار في عملنا هذا ، فهو الموفق وهو  
المعين كما نرحب بمساهمتمكم واشتراككم معنا في  
الإعداد القادمة لمجلة البيئة الربع سنوية .

ا.د. مرفت علي خميس

وكيل الكلية لشئون البيئة وخدمة المجتمع

## مقالة العدد

### الفطر الأسود: ما هو؟ وما علاقته بكورونا؟ وما حقيقة ما يتردد حوله؟

#### ما هو الفطر الأسود؟

يسمى أيضا "الفطر العفني" أو "فطر الغشاء المخاطي". وهو عدوى نادرة جدا، تكون نتيجة للتعرض لعفن يوجد عادة في التربة والسماد الطبيعي والنباتات والفواكه والخضراوات المتحللة. يؤثر "الفطر العفني" على الجيوب الأنفية والمخ والرئتين، ويمكن أن يهدد حياة المصابين بالسكري أو المصابين بنقص المناعة الشديد، مثل مرضى السرطان أو المصابين بفيروس نقص المناعة المكتسبة "الإيدز".

#### لماذا اقترن الحديث عن الفطر الأسود بوباء كورونا؟

بدأ الحديث عن الفطر الأسود، مع إعلان الهند رصد انتشار متسارع للمرض ضمن المصابين والمتعافين من فيروس كورونا. وأعلنت السلطات الصحية في الهند في ٢٣ مايو/أيار أن عدد حالات الإصابة بالفطر الأسود القاتل تجاوزت ٨٨٠٠ حالة، ضمن انتشار متواصل للمرض ينذر بتحوله إلى وباء في البلاد. لذلك ربط المغردون المرض بفيروس كورونا، وعبروا عن خوفهم من انتشاره في بلدانهم كما ينتشر وباء كورونا. يقول المختصون إن الفطر الأسود يتمكن ممن يعانون فقدان أو نقص المناعة. وتكون مناعة المصابين بفيروس كورونا ضعيفة إذ ينهك الأنظمة الدفاعية للجسم مما يسهل دخول الفطريات وانتشارها في الجسم، مثل الفطر الأسود. ويقول الأطباء إن بعض الأدوية وبروتوكولات العلاج الخاصة بكوفيد-١٩ تساهم في إضعاف مناعة الجسم، مثل الاستخدام المكثف للكورتيزون. ويعتقد الأطباء في الهند أن هناك رابطا بين انتشار "الفطر الأسود" وبين استخدام مركبات الستيرويد في علاج حالات الإصابة الشديدة والحرارة بكوفيد-١٩. فهذه المركبات المنشطة، التي تعتبر علاجا فعالا و"رخيصة" يخفف الالتهاب الرئوي في حالات حرجة من الإصابة بكورونا، تضعف المناعة وتزيد نسبة السكر في الدم. ويعتقد أن انخفاض المناعة الناتج عن استخدام هذه المركبات يجعل المتلقين للعلاج أكثر عرضة للإصابة بالفطر الأسود. لكن كورونا ليس المرض الوحيد الذي يضعف مناعة الجسم، وبالتالي فإن الفطر الأسود وغيره من الفطريات لا يستهدف المصابين بكوفيد. وإنما يستهدف أيضا المصابين بالسرطان والمتعافين منه الذين أضعف العلاج مناعتهم، والمصابين بالإيدز وبعض حالات الإصابة بمرض السكري المزمن وغيرها. عامل آخر يساهم في إضعاف مناعة الجسم، هو سوء استخدام المضادات الحيوية بدون الرجوع إلى الطبيب. وفي عدد من الدول العربية يمكن للشخص الحصول على المضادات الحيوية دون وصفة علاج صادرة عن طبيب.

#### "وباء جديد يجتاح العالم"

تصدر الحديث عن "الوباء الجديد" مواقع التواصل الاجتماعي في عدد من البلدان العربية. الحقيقة هي أن عدوى الفطر الأسود، وإن كانت نادرة في السابق، إلا أنها ليست جديدة. أما عن حقيقة ما إذا كان وباء يهدد العالم، وعن مقارنته بجائحة كورونا، فإن معدل انتشار الفطر الأسود لم يصل إلى الدرجة التي تجعله يوصف بالوباء، حتى في الهند نفسها. وتعرف منظمة الصحة العالمية الوباء بأنه "مرض يصيب عدة أشخاص في نفس الوقت وينتشر من شخص لآخر في بلد معين في وقت معين".

ثم يتحول "الوباء" إلى "جائحة" أو "وباء عالمي" إذا انتشر في عدد من البلدان حول العالم في ذات الوقت. وذلك هو وضع فيروس كورونا منذ ١١ مارس/ آذار عام ٢٠٢٠، وقت أعلنته منظمة الصحة العالمية جائحة أو وباء عالميا.

#### "وباء يقتل كل من يصاب به"

انتشرت عبر وسائل التواصل الاجتماعي تغريدات وتداولات يتحدث أصحابها عن نسب عالية جدا من الوفيات بين المصابين بالفطر الأسود. ومنهم من قال إن كل من يصاب به يموت. بينما يقول الأطباء والعلماء إن نسبة الموت جراء الإصابة بالفطر الأسود تبلغ خمسين بالمئة. "لا دواء له والحل الوحيد اقتلاع العين"

يدخل الفطر العفني الجسم عن طريق الجهاز التنفسي، فيصيب الأنف والقدم والعيون والرئتين، وقد يبلغ انتشاره الدماغ. إذا اكتشفت الإصابة مبكرا يستخدم الأطباء الحقن الوريدي المضاد للفطريات لعلاجها. في الهند مثلا، يكلف الحقن الوريدي المضاد للفطريات ٣٥٠٠ روبية (ما يعادل ٤٨ دولارا) للجرعة الواحدة يوميا. ويحتاجه المريض لمدة تصل إلى ٨ أسابيع. وهو ثمن لا تقدر عائلات كثيرة على دفعه. وقد يصل السعر إلى أكثر من ذلك بكثير إذا اضطروا لشراؤه من السوق السوداء.

إذ يعاني البلد من نقص حاد في الحقن الوريديّة المضادّة للفطريات "الأمفوتريسين بي" أو "أمفو- بي". ويقول الأطباء في الهند إن أغلب الحالات تصلهم متأخرة جداً، وقد لا تصلهم الحالة إلا بعد أن يفقد المصاب البصر. وفي حالات كهذه لا يكون أمام الأطباء غير التدخل الجراحي لاستئصال العين أو الأنف أو الفك الأعلى منعا لوصول العفن إلى الدماغ.

### ما حقيقة انتشار الفطر الأسود في البلدان العربية؟

في مصر:

في شهر مايو/أيار وبعد أيام من تضارب المعلومات حول انتشار الفطر الأسود في مصر من عدمه، وعن ما إذا كانت المؤسسات الصحية جاهزة للتعامل معه، قال وكيل مديرية الصحة بمحافظة مطروح في مصر "محمد علي"، إنه يتم تجهيز غرف عزل لأي حالة مصابة بالفطر الأسود في مستشفى النجيلة بمطروح. وأضاف علي أن الأطباء يعرفون المرض لأنه ليس جديداً، لكنهم في انتظار صدور "بروتوكول علاجي" خاص بظهوره عند حالات المصابين بفيروس كورونا والمتعافين منه.

وكانت وسائل إعلام محلية تحدثت عن ظهور "أول حالة إصابة بالفطر الأسود في مصر". إذ أعلنت سيدة من محافظة الفيوم في لقاءات للإعلام أنه تم تشخيص إصابة والدتها بالفطر الأسود بعد تعافيتها من فيروس كورونا. من جهتها نشرت وزارة الصحة بياناً تعرف فيه بمرض الفطر الأسود وأعراضه ومسبباته وطرق العلاج منه والوقاية من انتشاره. ويؤكد مختصون ومسؤولون في القطاع الصحي في مصر على أن الفطر الأسود نوع من الفطريات الموجودة في كل مكان ومنذ زمن بعيد وليس جديداً ولا مرتبطاً بانتشار فيروس كورونا، وأن الإصابة به واردة عند من يعانون نقصاً في المناعة لأي سبب كان.

في السعودية:

انتشر في السعودية في نفس الفترة من العاموسم #وباء\_الفطر\_الأسود وتحدث مغردون عن "وباء جديد" ينتشر بسرعة وعبروا عن خوفهم منه بقدر خوفهم من وباء كورونا. ومع انتشار الخوف من الفطر الأسود سعت السلطات المختصة إلى تهدئة من روع الناس.

إذ قال المتحدث باسم وزارة الصحة في مؤتمر صحفي بشأن مستجدات فيروس كورونا في المملكة حينها إنه لم يتم رصد حالات مصابة بـ "الفطر الأسود" في البلاد.

كان الأمر كذلك في كثير من الدول التي انتشر فيها "رعب" بين الناس مما يخشون أن يكون وباء جديداً في الطريق إليهم، سارعت السلطات في توضيح أمر الفطر الأسود.

في سلطنة عمان نشرت وزارة الصحة، تفاعلاً مع ما انتشر عبر مواقع التواصل الاجتماعي نفس الفترة، بياناً تقول فيه إنه لم تسجل أي إصابات بالفطر الأسود ضمن المصابين بفيروس كورونا في السلطنة

### كيف يؤثر كورونا في الصحة النفسية للمراهق؟

-A+A

تبدو هذه المرحلة صعبة على الكل، في مختلف الفئات العمرية. أما مرحلة #المراهقة بشكل خاص فتكون النظرة إليها مختلفة لاعتبارها أكثر حساسية ونظراً لما قد يمر به المراهق، ولو في الحالات العادية، من اضطرابات وصراعات في هذه المرحلة التي تتكون فيها شخصيته ويتجه نحو المزيد من الاستقلالية. مع انتشار #الوباء وظروف #الحجر المنزلي من الطبيعي أن يتأثر المراهق بما لذلك من تداعيات نفسية وضغوط توضح طبيعتها الاختصاصية في المعالجة النفسية نور واكيم مشيرة إلى كيفية التعاطي معه في مثل هذه الحالات.

ما #الأثار النفسية التي يمكن أن تنتج من انتشار الوباء والحجر لدى المراهق؟

أبرز ما يمكن أن يتعرض له المراهق في هذه المرحلة مشاعر القلق والضغط النفسي والكآبة والوحدة والخوف. كلها مشاعر متضاربة يشعر بها في هذه المرحلة الدقيقة. فالمراهق شعر بالقلق، بحسب واكيم، مع انتشار هذا الوباء الذي يحيط به الغموض وعدم الوضوح. فكان من الطبيعي ان يشعر بالكثير من القلق، خصوصاً مع انتشار أخبار عدة متداولة غير الصحيحة عبر وسائل التواصل الاجتماعي فتميل إلى نشر الإحساس بالهلع أمام ما يحصل.

يضاف إلى ذلك أن ظروف الحجر المنزلي بدلت روتين حياة المراهق ونمط حياته بالكامل. فإذا كان ينهض صباحاً للتوجه إلى المدرسة، كما بالنسبة إلى باقي #الأطفال من مختلف الفئات العمرية، فيما يخرج مع أصدقائه في عطلة نهاية الأسبوع للترفيه. فجأة وجد نفسه يتبع نمط حياة مختلفاً تماماً عليه التأقلم معه ما يزيد من الضغط النفسي الذي يشعر به في ظل هذه الظروف.

كما ترى واكيم أنه في ظروف الحجر زاد اعتماد الأطفال عامةً على الأهل، خصوصاً مع تراجع معدل العلاقات الاجتماعية والاختلاط. ولكونه لا يخرج مع أصدقائه ولا يذهب إلى المدرسة زاد شعوره بالوحدة والعزلة، فيما يحاول في هذه المرحلة عادةً ان يبني الدائرة الاجتماعية الخاصة به. علماً أنه في هذه المرحلة العمرية يبني المراهق هويته الشخصية ويسعى إلى تحقيق استقلاليته في مرحلة يستعد فيها إلى الانتقال إلى مرحلة الرشد وحالت ظروف انتشار الوباء مع الحجر المنزلي دون ذلك وانعكست سلباً على هذه العناصر.

مرحل انتشار الوباء هي دقيقة بالنسبة للمراهق من نواح عديدة. فكل ما كان هناك من عوامل وقائية كانت تساعد على الحفاظ على #الصحة النفسية للمراهق تزعزت بشكل وبأخر ومنها التفاعل الاجتماعي الي كان يشكل له دعماً نفسياً ما انعكس سلباً على صحته النفسية.

هذا من دون أن ننسى أن ثمة احتمالاً بأن يكون المراهق قد خسر أحد المقربين بسبب #كورونا، مع ما يترافق مع هذه المرحلة من تغيير في مراسم الدفن والعزاء والتي تغيب عنها التعزية المعتادة لأفراد العائلة عن قرب. فأصبحت التعزية على الهاتف فقط وهذا يؤثر أيضاً عليه.

من جهة أخرى، ثمة محطات لم يستطع المراهق الاستمتاع بها في ظل انتشار الوباء ومنها حفل التخرج إذا كان في هذه المرحلة تحديداً وهذا ينعكس سلباً عليه ويسبب له الإحباط.

ولا يخفى على أحد أن الظروف المرافقة اليوم من حجر وخسارة وظائف للأهل أحياناً والظروف المعيشية الصعبة وغيرها من مسببات #التوتر، تزيد من قابلية الأهل للانفعال السريع والغضب على أطفالهم الذين أصبحوا أكثر هشاشة فيما يتعرض للمزيد من الضغط والتوتر والتأنيب وهم موجودون في المنزل يستمعون إلى كل ما يجري من حديث حول الصعوبات والضغوط في هذه المرحلة، فيكون المراهق تحديداً أكثر عرضة للضغط النفسي.

هل تظلم وسائل التواصل الاجتماعي اليوم بدور إيجابي بالنسبة للمراهق أو سلبى؟

في الواقع، كانت وسائل التواصل الاجتماعي سيفاً ذا حدين في مرحلة انتشار الوباء. فمن الناحية الإيجابية ساهمت في الحفاظ على الحد الأدنى من التواصل بين الناس وبالنسبة للمراهق استطاعت وسائل التواصل الاجتماعي الحفاظ على دعم الأصدقاء له والمحيط حتى لا يشعر بالعزلة التامة عن العالم الخارجي. أما من الناحية السلبية، ونظراً إلى أن للمراهق المزيد من أوقات الفراغ أصبح أكثر عرضة لمخاطر التواصل الاجتماعي كالتمتر والاضطرابات المرتبطة بالصورة الذاتية والثقة بالنفس. فهو يمضي أوقاتاً طويلة في وسائل التواصل الاجتماعي بسبب أوقات فراغه.

**ماذا عن المراهق الذي يصاب بكورونا؟**

تظهر الأعراض المرافقة لكورونا بشكل مختلف بين شخص وآخر مما يسبب القلق للمراهق، بحسب واكم، لاعتباره يجهل ما ينتظره في هذا المرض وما يمكن أن يتعرض له، خصوصاً أنه تكثر الأخبار المتداولة عبر وسائل التواصل الاجتماعي والتي تشير إلى ذلك وإلى اخبار الوفاة بين الشباب. تضاف إلى ذلك ظروف الحجر وما ينتج عنها من وحدة وكآبة.

**كيف يمكن العمل على الحد من هذه الآثار على الصحة النفسية للمراهق؟**

من المهم التركيز على التواصل بين الأهل والمراهق في هذه المرحلة أكثر من أي وقت مضى ومع الاصدقاء أيضاً عبر الاجتماعات الافتراضية، سواء كان مصاباً بكورونا أو لا. أيضاً يُنصح الأهل بتشجيع المراهق على تولي مهام معينة في المنزل تساهم في الحفاظ على استقلاليتهم كأن يرتب غرفته من أغراض وملابس وينظفها. يمكن ان يشارك في الأعمال المنزلية فيحافظ على نشاطه ويشعر أيضاً بأنه فاعل في المنزل ويشارك، كما بالنسبة إلى كافة أفراد العائلة بمهام معينة تتعلق بأغراضه الخاصة. يضاف إلى ذلك انه من المهم أن يمضي وقتاً ممتعاً مع الأهل من خلال أنشطة يقومون بها معاً ومحادثات أو أن يشاهدوا معاً فيلماً. هذا من دون أن ننسى أنه على الرغم من سيئات فترة الحجر المنزلي أتاحت الفرصة للمراهقة ليجلس مع نفسه ويعود إلى ذاته فيكتشف ذاته ويمضي المزيد من الوقت مع أهله ويوطد علاقته بهم وبأفراد العائلة.



## ما هي استخدامات الذكاء الاصطناعي في قطاع الرعاية الصحية؟

استفاد القطاع الصحي من استخدامات الذكاء الاصطناعي بشكل كبير في مجالات عدة فتسارعت الإستثمارات وتنافست كبرى الشركات العالمية لإدخال المزيد من التطبيقات القابلة للإستخدام من قبل مقدمي الرعاية الصحية وكذلك المرضى؛ إن نجاح تقنيات الذكاء الاصطناعي في قطاع الرعاية الصحية يعود إلى المبادرات والشراكات القائمة بين شركات التكنولوجيا الكبرى والقطاع الصحي. ولم يعد الأمر اليوم يتعلق فقط بتخزين البيانات وحفظ الملفات، بل تعدى ذلك إلى تحليل تلك البيانات والتوصل إلى إستنتاجات دقيقة وتشخيص الحالة في فترة قياسية .

لقد كثر إستخدام الذكاء الاصطناعي في قطاع الرعاية الصحية وبات يُعتمد عليه في التشخيص وإنتاج الأدوية وتحسين سير العمل داخل أروقة المستشفيات وبين الأقسام الطبية وغيرها. الذكاء الاصطناعي يمنح جهاز الكمبيوتر القدرة على التعلّم من خلال إدخال بيانات ضخمة والعمل على تطوير نظام آلي أي أنها آلات قادرة على التعلّم والمعالجة المنطقية للبحث لتحقيق التكامل بين عمل الأطباء والمقصود هنا الذكاء البشري مع الذكاء الاصطناعي لتحقيق المزيد من التطورات في القطاع الصحي . وفي ما يلي أبرز استخدامات الذكاء الاصطناعي في قطاع الرعاية الصحية:

### تشخيص الأمراض

تشخيص الأمراض وإمكانية فحص أعداد كبيرة من المرضى في وقت قصير أبرز استخدامات الذكاء الاصطناعي، حيث حَقَّق هذا المجال تقدماً ملحوظاً على مستوى التشخيص المبكر وإكتشاف الأمراض في أولى مراحلها وربما قبل حدوثها أو إنتشارها وتفاقمها من خلال تحليل صور الأشعة، حيث أن إمكانية التنبؤ بالأمراض وتقسيمها من خلال استخدام تحليلات الذكاء الاصطناعي يعتمد على تحليل البيانات والتنبؤ بالأمراض لاسيما السرطان، وبكل تأكيد من دون أن يلغي ذلك دور الطبيب. في ظل هذا التقدم التقني غير المسبوق في القطاع الصحي على مستوى استخدامات الذكاء الاصطناعي فإن ذلك سيسهم في تقديم نهج علمي يعتمد على الأدلة الطبية.

اليوم، تقوم أجهزة الكمبيوتر باستخدام ذكاء يشبه ذكاء الإنسان لأداء مهام دقيقة في الكشف عن العديد من الأمراض التي تهدد الحياة مثل الأمراض المعدية والسرطان؛ فيتم تحليل الصور الطبية لتشخيص الأمراض من خلال إستخدام التعلّم العميق، وهي شكل مُتقدم لتقنية تعلّم الآلة بحيث يتم درس وتحليل مجموعات من الصور الطبية المصحوبة بمعلومات وتعلّم كيفية تصنيفها وإكتشاف ما يُميزها لتتمكن لاحقاً من فهم الصور المُشابهة وتقديم التشخيص المناسب للحالة المرضية. كما تستخدم العديد من التطبيقات والأجهزة القابلة للإرتداء تقنيات ذكاء إصطناعي ترصد إضطرابات المؤشرات الحيوية للجسم، ويُمكنها التنبؤ باحتمالية وقوع أزمة صحية قبل حدوثها .

### الطب الدقيق

المقصود هنا الطب الشخصي بمعنى انه يتم تحديد الدواء او بروتوكول العلاج المناسب لكل حالة مرضية بناءً على التكوين الجيني الخاص بالمرضى وبحسب نمط حياته واختلاف إستجابته للعلاج. الدراسات والتجارب القائمة في هذا الشأن تثبت التكامل فيما بين عمل الطبيب المعالج مع خوارزميات الذكاء الاصطناعي حيث يمكن لتقنيات التعلّم العميق تحليل البيانات الجينية لأعداد كبيرة من الأفراد، وتحديد التباين الشخصي في الإستجابة للعقاقير، ما يسهم في دعم القرارات السريرية وبالتالي تقديم توصيات حول أنسب العقاقير لكل شخص. التجارب الناجحة في هذا المجال أفضت إلى القيام بالمزيد من الإستخدامات فتم جمع بيانات صحية ضخمة لتحليلها باستخدام الذكاء الاصطناعي بهدف تطوير مجال الطب الدقيق.

### الروبوت

يتجلى التكامل بين الذكاء البشري والذكاء الاصطناعي من خلال الروبوت المُستخدم في غرف العمليات والذي يمكن أن يصل الى ما لا تصل إليه يد الجراح؛ هذا الجراح القادر على تحريك أذرع الروبوت والوصول الى المكان المحدد فيساعد الأطباء على التخطيط للتدخل الجراحي بالتفصيل ما يعكس هذا التكامل في غرف العمليات.

اليوم، تتنافس الشركات في ما بينها من اجل التوصل الى روبوتات أكثر تطوراً وإطلاق خدمات طبية مبتكرة تساعد الفريق الطبي في أداء بعض المهام الروتينية وتخفيف العبء عنهم. لقد بات من الممكن الآن دمج هذه التكنولوجيا المتطورة لمساعدة الطاقم الطبي في تقديم رعاية صحية تفوق توقعات المرضى.

التكنولوجيا في الطب والتطبيقات الآلية في المستشفيات تشهد تنوعاً كبيراً، فهناك اليوم الروبوتات الجراحية والروبوتات التي تقدم الرعاية إلى جانب سرير المريض، كما يتوافر روبوتات لطرد العدوى من الغرف وتعقيمها وأخرى لأخذ عينات المختبرات ونقلها وتحليلها وتحضير جرعات العقاقير، والروبوتات التي هي أجهزة مراقبة التواجد عن بُعد .

### إدارة العمل داخل المستشفى

إدارة الملفات وتنظيم العمل داخل المؤسسات الطبية لطالما شكّل معضلة أساسية للقطاع الصحي عموماً في ظل ما تشهده الكثير من المستشفيات من ازدحام يؤدي الى ضغط متزايد على الأطباء والمرضى وكذلك المسؤولين عن الأعمال الادارية وهو ما يزيد من احتمالية الوقوع في الخطأ .

من هنا، استفادت المستشفيات من تقنيات الذكاء الاصطناعي لإدارة العمل وتنظيم ملفات المرضى بعد إدخال مجموعة من البيانات الضخمة إلى أنظمة الحواسيب، ما يسمح الوصول الى المعلومة بفترة زمنية أسرع. السجلات الطبية الإلكترونية جعلت عملية إستخراج البيانات ودراسة أنواع العلاج أسهل بكثير، فتحوّلت ملفات المرضى والوصفات الطبية الورقية المكتوبة بخط اليد إلى شيء من الماضي فزادت بيانات الرعاية الصحية الإلكترونية بشكل هائل. وبالتالي، فإن تحليل تلك البيانات التي تضم معلومات حول المرضى يمكن أن يتم إنجازها بشكل أسرع ويمكن إنقاذ المزيد من الأرواح عبر تشغيل خوارزميات تم تصميمها باستخدام الذكاء الاصطناعي. هذه الإيجابية من شأنها أن تساعد أخصائيي الرعاية الصحية والعاملين في أقسام الطوارئ من الوصول إلى

كميات كبيرة من المعلومات وفرزها خلال مدة زمنية قصيرة، ما يسهم بالتالي في تقليص الوقت الحرج الذي يتم تكريسه للمريض الواحد بالشكل الأمثل.

تعتمد إذن المؤسسات الصحية والمستشفيات حول العالم على هذه الأنظمة في بنيتها التحتية لأتمتة العمل ورقمته بما يعزز الإنتاجية ويزيد من دقة الرعاية الصحية، لتتحول بذلك إلى مستشفيات رقمية عبر نظام متكامل وآلية عمل رقمية مترابطة فيما بينها من خلال منصات تعرض بيانات تتعلق بالمرضى إلى الحد المسموح به قانونياً مع الحفاظ على خصوصية المريض وهي خطوة غاية في الأهمية بحيث يمكن للطبيب أن يستعرض المعلومات المتعلقة بمريضه قبل تحديد آلية العلاج وهو ما يضمن حصوله على رعاية صحية دقيقة وعالية الجودة بوقت أسرع.

الإختبارات والتجارب العلمية

الإختبارات والتجارب العلمية والأبحاث السريرية القائمة حول العالم إستفادت بشكل كبير من الذكاء الإصطناعي، حيث توج العلماء والباحثون إلى إستخدام البيانات التي يتم جمعها بواسطة تقنيات الذكاء الإصطناعي من السجلات الصحية الإلكترونية والأجهزة القابلة للإرتداء ما أسهم في توفير الأموال الضخمة التي كانت تُصرف في هذا المجال. كما تسمح هذه التقنيات بالبحث في التقارير الطبية عن الأشخاص المؤهلين للمشاركة في التجارب السريرية.

تطبيق الذكاء الإصطناعي في التجارب السريرية يساعد العلماء في تحليل البيانات والمعلومات العلمية، وإمكانية تقسيم المرضى والنتائج التنبؤية، وتعزيز عمليات التحليل وإتخاذ القرار من البيانات بهدف تعزيز معدلات النجاح للتجارب السريري.

## شخصية العدد ابن ربن الطبري..

اليونانية والهندية. وينقسم إلى ٧ أقسام و ٣٠ جزء مع ٣٦٠ فصل في المجموع.

الجزء الأول. الأفكار الفلسفية العامة والفئات والطبيعة والعناصر والتحول والتخلق والتفسيخ. ينقسم إلى ١٢ فصلاً يعالج فيها الأفكار الفلسفية متابعاً أرسطو في الغالب.

اسم الكتاب وتكوينه. يذكر المؤلف من بين مصادره أبقراط، جالين وأرسطو حنين بن إسحاق حول شكل المادة وكميتها ونوعيتها

حول مزاجات بسيطة ومركبة

حول التناقض بين هذه المزاجات ودحض رأي أولئك الذين يزعمون أن الهواء بارد (من المزاج).

سم بياني للمزاجات الأربعة وسلوكها المتناقض

حول نشأة المزاجات الواحدة من الأخرى

الاقْتِباس من تحول أفلاطون

حول النشأة والتحلل

حول الفاعل والمنفعل

حول نشأة الأشياء من العناصر، عمل الكرة السماوية والأجسام المضيئة فيها.

حول آثار عمل العناصر على الهواء والظروف الجوفية

حول الأجرام السماوية والألوان التي تطلقها في الهواء (قوس القزح)

الجزء الثاني. علم الأجنة، الحمل، وظائف ومورفولوجيا الأعضاء المختلفة، الأعمار والفصول، علم النفس، الحواس الخارجية والداخلية، المزاج والعواطف، الخصوصيات الشخصية، المشاعر العصبية، الكزاز، السعال، الخفقان، الكابوس، العين الشريرة، النظافة وعلم التغذية.

الجزء الثالث. متع الغذاء وعلم التغذية. ثلاثة فصول

الجزء الرابع. (الأطول، ١٠٧ من أصل ٢٧٦ ورقة و ١٥٢ فصلاً. الفصول قصيرة وغالباً ما تكون أقل من صفحة واحدة ونادراً ما تكون أكثر من صفحتين. لا يوجد سوى القليل من علامات وأعراض كل مرض وعلاجات موصى بها ولكن لا توجد دلالات على حالات فعلية أو ملاحظات سريرية) علم الأمراض العامة والخاصة من الرأس إلى القدمين ويختتم مع سرد لعدد من العضلات والأعصاب والأوردة والأطروحات على بضع الوريد والنبض والتنظير البولي.

كتاب ١ (٩ فصل) عن الأمراض العامة وعلامات وأعراض الاضطرابات الداخلية ومبادئ العلاجات.

كتاب ٢ (١٤ فصل) عن أمراض وإصابات الرأس؛ وأمراض الدماغ بما في ذلك الصرع وأنواع مختلفة من الصداع وطنين الأذن والدوار وفقدان الذاكرة والكوابيس.

كتاب ٣ (١٢ فصل) عن أمراض العيون والجفون والأذن والأنف (بما في ذلك الرعاف والنزف) والوجه والفم والأسنان.

كتاب ٤ (٧ فصل) عن الأمراض العصبية، بما في ذلك التشنج، الكزاز، الشلل، الشلل في الوجه، إلخ.

كتاب ٥ (٧ فصل) عن أمراض الحلق والصدر والأعضاء الصوتية بما في ذلك الربو.

كتاب ٦ (٦ فصل) عن أمراض المعدة، بما في ذلك الحازوقة.

هو العالم المسلم أبو الحسن علي بن سهل ربن الطبري. ولد في مرو من أعمال طبرستان سنة ٧٨٠م ١٦٤ هـ أو سنة ٧٧٠م - ١٥٣ هـ وهو ينحدر من أسرة فارسية مسيحية حسب كل من ألدو مييلي وابن خلكان؛ لكنه اعتنق الإسلام على يد المعتصم. ويقول محمد زبير الصديقي محقق كتاب "فردوس الحكمة": إن المتوكل هو الذي دعاه إلى الإسلام فلباه واعتنقه، فلقبه بلقب مولى أمير المؤمنين، ولشرف فضله جعله من ندمائه.

أما لقب ربن فيعني الأستاذ الجليل حسب ألدو مييلي الذي يقول: إن اللقب السرياني، ربان، كان مستعملاً عند المسيحيين مطابقاً للفظ أستاذ عندنا.

كان والده سهل عالماً بارعاً في الطب والهندسة، والتنجيم، والرياضيات، والفلسفة ويقال أنه أول من ترجم إلى العربية كتاب المجسطي لبطليموس. وقد تلقى أبو الحسن دراسته الأولى على والده الذي علمه الطب والهندسة، والفلسفة، إلى جانب اللغتين العربية والسريانية. وبعد وفاة والده تعمق في دراسة الطب وأصبح طبيباً مشهوراً. وقد مارس الطب في مدينة الري، ثم ذهب إلى العراق واستقر بمدينة "سر من رأى (سامراء)، حيث صار كاتباً للخلفاء المعتصم والواثق والمتوكل.

### حياته

ينحدر علي من عائلة فارسية أو سريانية في طبرستان. ذكر حسين نصر أنه تحول إلى الإسلام من الزردشتية ولكن سامي ك. هامارنو وفرانز روزنتال قالوا إنه تحول من المسيحية. كان والده سهل بن بشر مسؤولاً رسمياً وعضواً عالي المستوى ويحظى باحترام كبير في المجتمع السرياني أدخله الخليفة العباسي المعتصم (٨٣٣-٨٤٢) في خدمة المحكمة التي واصلها في عهد المتوكل (٨٤٧-٨٦١). كان علي بن سهل يجيد اللغة السريانية واليونانية، وهما المصدران للتقاليد الطبية في العصور القديمة كما كان ضليعاً بالخط العربي الرفيع.

### أعماله

١- كان كتابه الفردوس الحكمة ("جنة الحكمة") الذي كتبه باللغة العربية ويسمى أيضاً الكناش مرجعاً للطب في سبعة أجزاء. كما ترجمها إلى اللغة السريانية لإعطائها فائدة أكبر. لم تدخل المعلومات في فردوس الحكمة قيد التداول العام في الغرب لأنه لم يتم تحريرها حتى القرن العشرين عندما قام محمد زبير صديقي بجمع نسخة باستخدام المخطوطات الجزئية الخمسة الباقية. لا يوجد حتى الآن ترجمة باللغة الإنجليزية. نشرت الترجمة الألمانية من قبل الفريد سيجل وذلك للفصول المتعلقة بالطب الهندي فقط في عام ١٩٥١.

٢- تحفة الملوك ("حاضر الملك")

٣- عمل متعلق باستخدام السليم للغذاء والشراب والأدوية

٤- حفظ الصحة ("العناية الملائمة بالصحة") يتبع السلطات اليونانية والهندية

٥- كتاب الرقة (كتاب السحر أو التمام)

٦- كتاب في الحجامة ("أطروحة عن الحجامة") ٧- كتاب في ترتيب الأرضية ("أطروحة عن تحضير الطعام")

فردوس الحكمة\*

يُعتبر فردوس الحكمة واحداً من أقدم الموسوعات في الطب الإسلامي وذلك بناءً على الترجمات السريانية للمصادر

كتاب ٧ (٥ فصل) عن أمراض الكبد، بما في ذلك الاستسقاء.

كتاب ٨ (١٤ فصل) عن أمراض القلب والرئتين والمرارة والطحال.

كتاب (١٩ فصل) عن أمراض الأمعاء (وخاصة القولنج) والأعضاء البولية والتناسلية.

كتاب ١٠ (٢٦ فصل) عن الحميات الدقيّة، سريعة الزوال، المستمرة، الثلاثية، الرباعية، شبه الرباعية وذات الجنب والأزمات والتشخيص

والأعراض المواتية وغير المواتية وعلامات الموت.

كتاب ١١ (١٣ فصول) عن الروماتيزم، النقرس، عرق النساء، الجذام، داء الفيل، السيلوفولا، الذئبة، السرطان، الأورام، الغرغرينا، الجروح والكدمات. تتناول الفصول الأربعة الأخيرة المسائل التشريحية بما في ذلك أعداد العضلات والأعصاب والأوعية الدموية.

كتاب ١٢ (٢٠ فصول) عن بضع الوريد والحجامة والحمامات ومؤشرات النبض والبول.

الجزء الخامس. من الأذواق والروائح والألوان. كتاب واحد يتألف من ٩ فصول.

الجزء السادس المواد الطبية والسمية.

الجزء السابع. المناخ والمياه والفصول في علاقتها بالصحة الخطوط العريضة لعلم الكونيات وعلم الفلك وفائدة علم الطب: وملخص الطب الهندي في ٣٦ فصول.

اسهاماته في الطب

تتجلى الاسهامات العلمية لعلي بن ربن في تصنيفه في عدد من المواضيع الطبية التي تطرق لها بتفصيل في كتابه فردوس الحكمة، ومنها: وضع المبادئ العامة للطب، وقواعد الحفاظ على الصحة الجيدة، وذكر بعض الأمراض التي تصيب العضلات، ووصف الحمية للحفاظ على الصحة الجيدة، والوقاية من الأمراض؛ إضافة إلى مناقشة جميع الأمراض من الرأس إلى القدم، وأمراض الرأس والدماغ، وأمراض العين، والأنف، والأذن، والفم، والأسنان، وأمراض العضلات، وأمراض الصدر والرئة، وأمراض البطن والكبد والأمعاء، وأنواع الحمى. كما وصف النكهة والطعم واللون، وتعرض للعقاقير والسموم. في الكتاب ناقش ابن سهل طب الأطفال ونمو الطفل وعلم النفس والعلاج

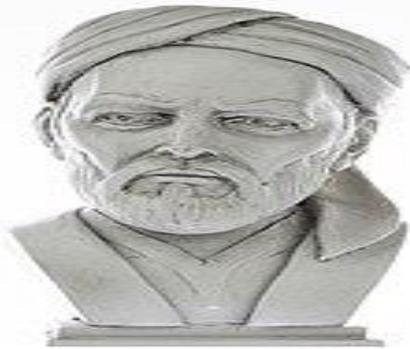
النفسى بالتفصيل. في العلاج النفسى، ركز على العلاقة بين الإرشاد والعلاج. قائلاً أن المرضى يشعرون بالمرض في المقام الأول بسبب أو هام أو خيالات. مثل هذه الحالات يمكن علاجها باستخدام "المشورة الحكيمة". وهو نظام يؤسس علاقة مع المرضى، ويكسب تقّتهم ويؤدي في النهاية إلى نتائج إيجابية.

ربما لم يكن ابن ربن مشهوراً بقدر تلميذه النجيب، الرازي. لكن كلماته ما زالت خالدة حيث يقول: " عندما كنت مسيحياً، كنت أقول كما كان يقول أحد أعمامي المتعلمين البليغين: " أن البلاغة ليست إحدى علامات النبوة لأنها عامة لكل الناس. لكن عندما تخلصت من التقليد الأعمى والعبادات القديمة وتركت الالتزام بالعبادات وتأمّلت معاني القرآن، عرفت أن ما يدعيه أتباع القرآن صحيح. الحقيقة أنني لم أجد أي كتاب سواء كان عربياً أو فارسياً أو هندياً أو حتى يونانياً منذ بداية العالم إلى الآن يتضمن حمداً لله، إيماناً بالأنبياء والرسول، وحثاً على عمل الخير الدائم، وبأمر بالخير وينهى عن الشر ويلهم الرغبة بالجنة وتجنب النار مثل القرآن. لذلك، عندما يجلب شخص ما لنا كتاباً بمثل هذه الصفات يلهم خشوعاً وحلاوة في القلب محققاً نجاحاً خالداً، وهو - أي الشخص هذا- في نفس الوقت أمي، لم يتعلم فن الكتابة أو الخطابة. فإن هذا الكتاب، وبلا أي شك، أحد أدلة نبوءته".

#### مؤلفاته

لعلي بن ربن عدد من الكتب الطبية وأشهرها كتاب فردوس الحكمة (٨٥٠م) ٢٣٦هـ وهو عبارة عن موسوعة طبية، تطرق فيه لجميع فروع الطب؛ إضافة إلى بحوث في الفلسفة وعلم النفس والحيوان، والفلك، والظواهر الجوية. وقد كتبه بالعربية وترجمه في الوقت نفسه إلى اللغة السريانية. ونشرت منه عدة نسخ في بلدان مختلفة. وقام الدكتور محمد زبير الصديقي بتحقيق هذا الكتاب، وقد طبع في الهند عام ١٩٢٨. وفي سنة ١٩٩٦ تم طبع الكتاب ونشره من طرف معهد تاريخ العلوم العربية والإسلامية في إطار جامعة فرانكفورت الألمانية.

له أيضا كتاب تحفة الملوك، وحفظ الصحة، وكتاب في ترتيب الأغذية، ومنافع الأطعمة والأشربة والعقاقير، وكتاب الرقى وكتاب في الحجامة. أضاف الزركلي إلى مؤلفاته كتاب "الدين والدولة" الذي يدافع فيه عن الإسلام. وله أيضا "الرد على أصناف النصارى"



## معلومة تهكم

### هل تعلم

هل تعلم أن الإنسان الذي يحبك فعلاً قد لا يخبرك كثيراً عن هذا الحب بل يوضحه لك في أفعاله وتعاملاته معك هذا النوع من الحب يكون أصدق تسمى سورة الفاتحة بعدة أسماء منها أم الكتاب، والسبع المثاني، وأم القرآن. أطلق على مدينة الدوحة هذا الاسم؛ لأنها بنيت على خليج من البحر على شكل الدائرة. ينمو ظفر الإصبع الأوسط أسرع من نمو الأظافر الأخرى، كما أن نمو أظفر الإبهام هو أبطؤها. تنام الزرافة في اليوم الواحد تسع دقائق فقط، مقسمة على ثلاث مراحل، وذلك بسبب طول رقبتها. أيام الأسبوع قديماً كان يساوي عشرة أيام عند شعب المصريون والفرنسيون القدماء، وكان يساوي ثمانية أيام عند الشعب الروماني، أما عند بعض الأمم كان يساوي أربعة أيام، أما اليوم هي سبعة أيام. يوجد في الجسم البشري منتنين وست قطع عظمية. يسمى القرآن الكريم عدة مسميات منها المصحف، والكتاب، والفرقان، والذكر. تعدّ خديجة بنت خويلد زوجة النبي محمد صلى الله عليه وسلم أول المسلمات، وقد لقبت بأم المؤمنين. الشهيدة سمية بنت خياط أم عمار بن ياسر تعتبر أول من استشهد في الإسلام. سورة النمل هي السورة الوحيدة في القرآن الكريم تحتوي على قول بسم الله الرحمن الرحيم مرتين. كل أسبوع يزداد سكان العالم مليون ونصف المليون. البومة لا ترى في الظلام القاحل. إن النمل النشط والعامل هو من الإناث. حيوان نجم البحر هو الحيوان الوحيد الذي يخرج معدته خارج جسمه. سورة التوبة هي السورة الوحيدة في القرآن الكريم التي لا تبدأ بقول بسم الله الرحمن الرحيم. السمك الصدفي له مقدرة على ابتلاع إنسان كامل. تسمع الأفعى الأصوات عن طريق لسانها من خلال النقاط موجات الصوت والذبذبات. يعتبر عبد الله بن الزبير أول مولود في الإسلام، وأمه هي أسماء بنت أبي بكر الصديق. ربيعة بنت سعد الأسلمية تعدّ أول الممرضات في الإسلام حيث في غزوة الخندق أقامت أول مستشفى ميداني لمداوة الجرحى المسلمون. أطلق على البحر الميت هذا الاسم بسبب شدة ملوحته، وانعدام الحياة فيه، كما أطلق عليه اسم بحر لوط وذلك لأن سيدنا لوط عليه السلام سكن بقره هو وقومه.

هل تعلم عن الإنسان أن معظم خلايا الجسم صغيرة ودقيقة جداً لا ترى إلا تحت المجهر الأذن اليسرى تتفوق بقدرة عالية في السمع عن الأذن اليمنى. كل شخص موجود على وجه الأرض له رائحة خاصة به تميزه عن باقي الأشخاص إلا في حالة التوأم يكون لهم رائحة واحدة. عدد عظام اليدين والقدمين يزداد عن أي عضو آخر من أعضاء الجسم. ينام الإنسان حوالي ثلث عمره تتميز المرأة أكثر من الرجل في حاسة الشم واللمس. عند الكلام يستعمل الإنسان أكثر عدد من العضلات حوالي من ٧٠ إلى ٨٠ عضلة يحتوي جسم الإنسان الطبيعي على ٦ لتر دم. هل تعلم أن قرنية العين هو الجزء الوحيد الذي لا يصله الدم. يزداد إفراز شمع الأذن بكميات مضاعفة في حالة خوف الإنسان. يمكن للألف للتمييز بين ٥٠٠ ألف رائحة متنوعة. أجزاء جسم الإنسان تكبر حجمها كلما زاد الإنسان فيها العمر ما عدا العينين. أثناء عملية الخصوبة لدى المرأة ينتج من المبيض ما يقرب من نصف مليون بيضة ويوجد البعض منه سليم وصالح والبعض الآخر غير صالح. يمارس الإنسان الجنس للحصول على المتعة عمي الكائنات الأخرى على وجه الأرض. يتنفس الإنسان ١٦ مرة في الدقيقة. يستهلك المخ ٢٠% من الأكسجين. عدد كرات الدم الحمراء ٢٥ تريليون. عند النوم تزداد قامة الإنسان بمعدل ١سم. يتكون مخ الإنسان من ١٤ ألف مليون خلية عصبية. طول شرايين جسم الإنسان ٦٠٠ ألف كيلومتر. هل تعلم أن كل ٧ سنوات من حياتك يتم استبدال كامل خلايا جسمك بخلايا جديدة وكلما زاد تقدم الإنسان في العمر زاد اكتساب صفات جديدة وأصبح أكثر نضجاً. هل تعلم أن العقل يتكون من ٨٠٤ من الماء ليس صلباً كما يعتقد أغلب الناس ولذلك المهم يجب أن نحافظ على الماء بكميات معتدلة في الجسم خلال اليوم. هل تعلم أن الإنسان المثقف والواعي قد ينعزل عن البشر عندما يتقش الغباء والتفاهة في المجتمع وليس لأنه انطوائي كما يظنون البعض وكلما زادت السخافة والغباء في وسط المجتمع الذي يعيش فيه كلما أصبح أكثر قابلية للانفراد بنفسه حتى ولو كان اجتماعياً.

ملكة النحل تغادر خليتها من أجل القيام بقيادة جماعات النحل، ومن أجل الذهاب إلى رحلة الزفاف.  
عدد آيات القرآن الكريم مائة وأربعة عشر آية، بينما عدد أجزائه ثلاثون جزء.  
أول موضع علم النحو هو أبو الأسود الدؤلي.  
تم اكتشاف المطاط من قبل الأسبان.  
أول دولة تعرف الشكولاتة هي المكسيك.  
إن الدولة الأولى في صناعة البن "القهوة هي البرازيل".  
عاصمة أمريكا واشنطن.  
يُعدّ الين عملة دولة اليابان.  
الريال هو عملة المملكة العربية السعودية.  
الجنية هو عملة دولة جمهورية مصر العربية.  
ظهر التليفزيون في عام ١٨٨٤ على يد المخترع الألماني بول نيكو.  
يوجد مليون نوع من الحيوانات الموجودة على سطح الأرض.  
ربع ساعة من الضحك هي التي تُعادل نوم ساعتين للإنسان.  
يتميز الإنسان ببصمه اليد واللسان.  
صوت الحصان سهيل.  
يُسمى صوت الأرنب ضعيف.  
صوت البقرة خوار.  
صوت الحمامة الهديل.  
يُسمى صوت الصقر القفعة.  
يُسمى صوت القرد ضحك.  
الليث و الغضنفر والدرغام هم أسماء الأسود.  
تبلغ عدد سور القرآن الكريم ١١٤ سورة.  
يوجد ٢٨ سورة في القرآن الكريم مدنية، و ٨٦ سورة مكية.  
تبلغ عدد آيات القرآن الكريم بالبسملة ٦٣٤٨، فيما يبلغ عدد الآيات دون بسملة ٦٢٣٦.  
يُعدّ تردد الأذان والدعاء بعده من المور التي يتوجب على المسلم القيام بها.

اطلق أول قمر صناعي سوفيتي في العالم في عام ١٩٥٧م.  
قام أبو بكر الرازي بالتفرقة بين الحصبة والجذري.  
ظهر الراديو على يد المخترع غوليلمو ماركوني في عام ١٩٣٧م، إذ انه اخترع الموجات الكهرومغناطيسية.  
ظهرت أول صحيفة في عام ١٦٩٠م.  
ظهرت الطباعة على يد يوهان جوتنبرج في منتصف القرن الخامس عشر، في عام ١٤٦٥م.  
يُخزن عقل الإنسان أكثر من ٢ مليون معلومة في الثانية الواحدة، على الرغم من انه لا يزن ٢ كيلو غرام.  
يتجدد الكبد حوالي كل ست أسابيع.  
تقوم العين بالرف حوالي ٨٠٠٠ مرة كل يوم.  
قال صلاح الدين الأيوبي "لولا أن الموت أتاني لكنت سبباً في إسلام كل الدول الأوروبية".  
يرجع اكتشاف الأوكسجين على يد هوجوزيف برستلي في عام ١٧٧٤م.  
يُمكن للتفاح أن يجعل الإنسان أكثر يقظة من احتساء القهوة.  
يُعتبر الرئيس الروسي فلاديمير بوتين هو أغنى رئيس في العالم.  
يُعدّ الموز علمياً من الأعشاب، بينما الطماطم "البندورة" من الفواكه.  
يستهلك الإنسان أسبوعين في حياته للبحث عن الأشياء المفقودة في حياته.  
عندما يعطس الإنسان يتوقف القلب عن العمل، ثم يعاود من بعد ذلك العمل؛ لذا نقول الحمد لله على استعادة الحياة بعد تلك العطسة.  
تدعو الملائكة للمصلين بعد الصلاة، لذا يُنصح بالبقاء على سجادة المصلي في حالة من الخشوع بعد إنهاء الصلاة.  
تهرب الثعابين من رائحة البترول، إذ لا يُمكن أ تتواجد في هذا المكان الذي يوجد فيه البترول.

## فوائد الأعشاب الطبيعية

حمض الإيلاجيك (بالإنجليزية Ellagic acid): ومركب Rosmarinic Acid الموجود أيضاً في عشبتي إكليل الجبل والريحانوللاطلاع على فوائد الميرمية يمكن قراءة مقال فوائد عشبة الميرمية. مكملات الأعشاب الطبيعية مُكمّلات الأعشاب هي المُكمّلات الغذائية التي تحتوي على نوع أو أكثر من الأعشاب الطبيعية، وتُباع بأشكال متعدّدة؛ كالأقراص، أو الكبسولات، أو الشاي، أو المُستخلّصات، أو المساحيق، أو على شكل نبات طازج أو مُجفّف، ومن الجدير بالذكر أنّ تناول الأعشاب بشكلها الطبيعي يُعدّ أفضل من تناول المُكمّلات الغذائية التي تحتوي عليها، ما لم تكن توصيات الأطباء.

### هل يمكن علاج نقص الحديد بالأعشاب؟

يعاني العديد من الأشخاص من نقص الحديد إما بسبب قلة استهلاكه أو قلة امتصاصه، ولا يفضل معظم الأشخاص تناول المكملات الغذائية التي تحتوي على الحديد، تعرف في هذا المقال على علاج نقص الحديد بالأعشاب. يعاني العديد من الأشخاص من نقص الحديد، ولكن تسبب مكملات الحديد المتوفرة من كبسولات وإبر الحديد من الأعراض الجانبية الغير محببة. لذلك بات يفضل معظم الأشخاص الطرق الطبيعية للعلاج، إذ تعد الأعشاب أحد مصادر الفيتامينات والمعادن، كما يمكن الحصول عليها بسهولة، ولكن كيف يمكن علاج نقص الحديد بالأعشاب؟

علاج نقص الحديد بالأعشاب

هناك عدة طرق محتملة أظهرت فعالية علاج نقص الحديد بالأعشاب.

لكن ينبغي التنبيه إلى أن النقص الحاد في الحديد يتطلب إعطاء الحديد عبر الوريد أو عبر الحبوب الدوائية بجرعات محددة وأن الأعشاب تستخدم في حال الانخفاض الطفيف للحديد.

وفيما يأتي بعض الأعشاب التي تعد فعالة في زيادة مخزون الحديد لدى الإنسان:

#### ١. عشبة الحماض الأصفر (Yellow Dock)

لقد ظهرت فعالية عشبة الحماض الأصفر فعاليتها في زيادة مستوى الهيموغلوبين في الدم. ولكن تبين أيضاً عدم احتواء عشبة الحماض الأصفر على الحديد ولكن يعتمد هذا الأمر على وجود عنصر الحديد في التربة.

إذ تؤدي إضافة الحديد للتربة إلى امتصاص عشبة الحماض الأصفر للحديد، وتحتوي على ٣,٥ ملليغرام من الحديد لكل ملعقة واحدة من الطعام.

#### ٢. عشبة الكاروا (Carao)

تنمو هذه العشبة في المكسيك غالباً، وقد ظهرت فعالية هذه العشبة في زيادة مستوى الهيموغلوبين والحديد في الدم لدى مرضى فقر الدم المرتبط بنقص الحديد.

كما تعد هذه العشبة طيبة المذاق ولا تسبب أي أعراض إمساك، إذ يعد الإمساك أحد الأعراض الجانبية المرتبطة بمكملات الحديد.

#### ٣. أوراق المورينغا (Moringa oleifera)

تُعدّ الأعشاب الطازجة من الأطعمة التي يُنصح بإدخالها إلى النظام الغذائي وزيادة استهلاكها؛ وذلك لما تمتلكه من فوائد صحيّة تفوق غيرها من الأطعمة، حيث تحتوي على كمّيات كبيرة من فيتامين أ، وفيتامين ج، وفيتامين ك، كما أنّ العديد منها يحتوي كذلك على بعض المركبات النباتيّة التي تمتلك قدراتٍ مُضادّةً للأكسدة وللتهابات؛ وهي ما تُعرف بالبوليفينولات (بالإنجليزية Polyphenols): ولأنّ هذه المركبات موجودة في الأطعمة النباتيّة فقط؛ فإنّ اتباع الأنظمة الغذائيّة الغنيّة بالنباتات قد يساهم في تقليل خطر إصابة الجسم بالعديد من المشاكل الصحية ومن ناحية أخرى فيمكن للأعشاب أن تضيف مذاقاً للطعام وتقلّل استخدام بعض المكونات غير الصحية؛ مثل الدهون المُضافة، أو الملح، أو السكر وفي هذا المقال سنعرض فوائد وأضرار الأعشاب والطريقة الأفضل لاستخدامها. بعض الأعشاب الشائعة وفائدتها فيما يأتي ذكرٌ لبعض الأعشاب شائعة الاستخدام وفوائدها: إكليل الجبل: ينتمي نبات إكليل الجبل إلى الفصيلة الشفوية (بالإنجليزية Lamiaceae): ويُعدّ مصدراً غنياً بمضادات الأكسدة ومضادات الالتهابات؛ والتي يُمكن أن تُساعد على تحسين الدورة الدموية، وتقوية الجهاز المناعي، ويُعدّ كذلك مصدراً جيداً للكالسيوم، والحديد، وفيتامين ب٦ وللإطلاع على فوائد إكليل الجبل الصحية يمكن قراءة مقال فوائد شراب إكليل الجبل. الريحان: ينتمي الريحان أيضاً إلى الفصيلة الشفوية، ومن الجدير بالذكر أنّ له العديد من الأنواع، ويُطلق الاسم العلمي Ocimum Basilicum تحديداً على أحد أنواع الريحان المُستخدم في الطبخ بشكلٍ شائع، كما يُمكن للريحان أن يمدّ الجسم بالعديد من الخصائص الصحية، والمركبات النباتيّة المفيدة؛ كمضادات الأكسدة ومضادات الالتهابات. وللإطلاع على فوائد الريحان الصحية يمكن قراءة مقال فوائد عشبة الريحان. الزعتر: يُعدّ نبات الزعتر أحد الشجيرات الصغيرة دائمة الخضرة والمُعمرّة، والتي تُعرف علمياً باسم Thymus Vulgaris وتنتمي إلى الفصيلة الشفوية أيضاً ويمتلك الزعتر خصائص قوية مُضادة للميكروبات مثل البكتيريا والفطريات، كما يُعتقد أنّ قد يمتلك خصائص مُضادة للحشرات وللإطلاع على فوائد الزعتر يمكن قراءة مقال فوائد مغلي الزعتر. الميرمية: تنتمي نبتة الميرمية والتي تُعرف علمياً باسم Salvia Officinalis إلى نفس الفصيلة التي تنتمي إليها الأعشاب السابقة وهي الفصيلة الشفوية، وتُستخدم أوراقها عادةً لتحضير شاي الميرمية، بالإضافة إلى كونها من الأعشاب المُستخدمة في الطبخ، ومن ناحية أخرى؛ توجد ادعاءات بأنّ شاي الميرمية قد يُساعد على تخفيف بعض الحالات الصحية؛ حيث تُعدّ أوراق الميرمية مصدراً غنياً بالعديد من مضادات الأكسدة؛ مثل

والزعرتر أحد الأعشاب التي تحتوي على أعلى نسبة من الحديد، حيث توفر كل ملعقة صغيرة من الزعرتر المجفف حوالي ١,٢ ملليغرام من الحديد. لذا فإن إضافة القليل منه إلى كل وجبة يعد طريقة جيدة لمن يرغب في زيادة مستويات الحديد.

### أغذية ضرورية لتعزيز جهاز المناعة

الأغذية الغنية بفيتامين (ج) أو فيتامين (سى):  
مثل البرتقال، اليوسفي، الليمون، وأيضا الفراولة، الجوافة، الفلفل الحلو الملون وبعض الخضروات مثل البروكلي والسبانخ.

الأغذية الغنية بفيتامين (أ):  
مثل الجزر، البطاطا الحلوة، الطماطم، الكبد، القرع العسلي، المانجو، والخضروات الرقية الداكنة مثل الجرجير والسبانخ. الأغذية الغنية بالزنك:

مثل اللحوم الحمراء ولكن بكميات قليلة والبوليا مثل الحمص والعدس والفاول حيث تحتوي على كميات كبيرة من الزنك أيضا المصادر الأخرى للزنك منتجات الألبان والبيض والمكسرات.

الأغذية الغنية بالأوميغا ٣ :  
مثل زيت الزيتون، بذر الكتان، بذر الشيا، الاسماك مثل الماكريل والتونة.

الأغذية الغنية بفيتامين (د):  
الأسماك (سمك السلمون والسردين والتونة)

البيض

الحليب

الجبن

الزبادى

الأغذية الغنية بالألياف

وأيضا الحصول على فيتامين (د) من أشعة الشمس

تحتوي أوراق المورينغا على الحديد، وفيتامين أ، وفيتامين ج، والمغنيسيوم، وتمتد هذه العشبة الإنسان بما يقارب ٢٨ ملليغرام من الحديد، وتعد غنية بالحديد حتى عند مقارنتها بأوراق السبانخ.

يمكن أخذ ٢٠ - ٢٥ ورقة من المورينجا وطحنها وإضافتها إلى طعام الإفطار لتمد الإنسان بجرعة من الحديد في الصباح الباكر، وهذا إحدى طرق علاج نقص الحديد بالأعشاب.

٤. عشبة القراص (Urtica)

تحتوي عشبة نبات القراص على كمية كبيرة من الحديد. كما تحتوي عشبة القراص على فيتامين أ، وفيتامينات المجموعة ب، وفيتامين ج، وفيتامين ك، إذ تساعد جميع هذه العناصر على زيادة امتصاص الحديد في جسم الإنسان. ويعد استخدام نبات القراص سهل جداً، إذ يمكن استخدامه في الشاي، والمكملات الغذائية، وفي صنع السلطة.

٥. البقدونس (Parsley)

يعد البقدونس عشبة شهيرة في الشرق الأوسط، وتعد من الأعشاب المفيدة جداً لعلاج نقص الحديد، إذ يحتوي البقدونس على الحديد بكميات كبيرة.

وينصح الأشخاص ممن لا يستطيع استهلاك مكملات الحديد على تناول العصير أو الشاي الذي يحتوي على البقدونس.

٦. الهندباء (Dandelion)

هناك سببان رئيسيان لنقص الحديد إما عدم تناول الحديد بالشكل الكافي أو أن جسم الإنسان لا يقوم بامتصاص الحديد بالشكل اللازم.

وتعد عشبة الهندباء مفيدة في الحالتين، إذ تحتوي على كميات كبيرة من الحديد وتساعد على امتصاص الحديد أيضاً.

٧. الزعرتر المجفف (Dried thyme)

يعد الزعرتر المجفف من أكثر الأعشاب شعبية، وهو يرتبط بالعديد من الفوائد الصحية التي تتراوح من محاربة الالتهابات البكتيرية والتهاب الشعب الهوائية إلى تحسين المزاج.

## اخبار الكلية

اجتماع السيدة الاستاذة الدكتور / عميد الكلية مع المعيدين الجدد  
استقبلت السيدة الاستاذة الدكتور / سماح محمد عبد الله عميد الكلية المعيدين الجدد دفعة ٢٠٢٠/٢٠١٩ بحضور السيدة الاستاذة الدكتور / هالة رمزي يوسف – وكيل الكلية لشئون الدراسات العليا والبحوث والسيدة الاستاذة الدكتور / سحر محمد مرسي رئيس قسم ادارة التمريض .

ويدعت السيدة الاستاذة الدكتور سماح محمد عبد الله لقاءها مع المعيدين الجدد بتقديم التهنئة لهم وتشجيعهم علي التطلع لمستقبل افضل وبعد ذلك تم ترشيح كلا منهم للقسم حسب رغبته وقد كان الترشيح كالاتي :-

م	الاسم	القسم
١	عمرو عبد الرحمن	ادارة التمريض
٢	اسراء عزت عبد الحكيم	تمريض الباطني والجراحي
٣	سيد انور يسيد	تمريض الحالات الحرجة والطواري
٤	رانيا عاطف فتحي	تمريض الباطني والجراحي
٥	صالح نصر صالح	تمريض الحالات الحرجة والطواري
٦	شيماء مصطفى عبد الرحمن	تمريض صحة الام وحديثي الولادة
٧	هبة علي احمد عبد الرحمن	تمريض المسنين
٨	محمد مفتي صبره	تمريض الاطفال
٩	حسام عمرو سعد	التمريض النفسي والصحة النفسية
١٠	مني سيد محمود	تمريض الاطفال



## الاحتفال بيوم اليتيم بالمنطقة الجنوبية العسكرية

- موعد التنفيذ/ ٢٧ مارس ٢٠٢٢ م.
- الجهة المنظمة/ المنطقة الجنوبية العسكرية
- قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة بالكلية تشارك في حفل الأيتام التي نظمتها المنطقة الجنوبية العسكرية تحت إشراف السيد الاستاذ الدكتور/ سماح محمد عبدالله عميد الكلية
- السيد الاستاذ الدكتور/ مرفت على خميس وكيل الكلية لشئون المجتمع وتنمية البيئة.
- قام عدد من أعضاء هيئة التدريس بالاشتراك بقافلة تثقيف صحي لكلية التمريض التي نظمتها قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة بالجامعة في حفل يوم المحبة للايتام بالمنطقة الجنوبية العسكرية.



## الاحتفال بيوم اليتيم بالكلية

- موعد التنفيذ/ ١٧ ابريل ٢٠٢٢ م.
- الجهة المنظمة/ إدارة رعاية الشباب الكلية
- مشرفة النشاط/ آمنة السيد عبد الرحيم
- عدد المستفيدين: ١٠٠ طفل يتيم
- الأهداف:
  - توزيع ملابس وهدايا للأطفال.
  - ادخال البهجة والابتسامة للأطفال.



## المراكز التي حصلت عليها الكلية للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢ م

- ✓ حصلت الكلية على المركز الاول في دورى كرة القدم الخماسي على مستوى الجامعة
- ✓ حصلت الكلية على المركز الأول في بطولة اللياقة البدنية طلبة على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثاني في بطولة اللياقة البدنية طالبات على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الاول في بطولة كمال الاجسام على مستوى الجامعة في الاوزان (٧٠-٨٠ كيلو جرام).
- ✓ حصلت الكلية على المركز الأول في مهرجان الاسر الطلابية على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الاول في مسابقة رواد التضامن الاجتماعي على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثاني في بطولة المدمج لذوى الاعاقة على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثالث في كرة الطائرة على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الاول في مسابقة افضل متحدث لمسابقة (دوري الندوات الذاتية على مستوى الجامعة).
- ✓ حصلت الكلية على الدرع العام في مسابقة الطالب المثالي على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثاني في الدورة الكشفية ٤٧ والارشادية ٢٦ على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الاول في مهرجان كلية التجارة في مسابقة تشكيل الفاكهة والخضار.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثالث في مسابقة الرسم بالرصاص عن حرب اكتوبر على مستوى الجامعة.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثالث افضل ملابس في مهرجان الابداع المسرحي العاشر على مستوى الجامعة عن مسرحية حكاية ليلة شتاء.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثالث افضل ممثل في مهرجان الابداع المسرحي العاشر على مستوى الجامعة عن مسرحية حكاية ليلة شتاء.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الأول اضاءة في مهرجان الابداع المسرحي العاشر على مستوى الجامعة عن مسرحية حكاية ليلة شتاء.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الأول أفضل اشعار في مهرجان الابداع المسرحي العاشر على مستوى الجامعة عن مسرحية حكاية ليلة شتاء.
- ✓ حصلت الكلية على المركز الثاني أفضل بوستر علمي في المؤتمر الطلابي العلمي لجامعة قناة السويس.

# تقديم

السيدة الأستاذة الدكتور/سماح محمد عبد الله

عميد الكلية

والسيدة الاستاذة الدكتور / مرفت علي خميس

وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة والسادة اعضاء اللجنة

## بخالص التهئة

للسيدة الاستاذة الدكتور / مرفت انور عبد العزيز

(قسم تمريض الحالات الحرجة والطواري)

وذلك لترقية سيادتها لدرجة استاذ بالقسم تمريض الحالات الحرجة والطواري

تقديم

السيدة الأستاذة الدكتور/سماح محمد عبد الله

عميد الكلية

والسيدة الأستاذة الدكتور / مرفت علي خميس

وكيل الكلية لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة والسادة اعضاء اللجنة

بخالص التهنئة

للسيدة الدكتور / نعمة ممدوح مصطفى

(قسم تمريض الباطني والجراحي)

للسيدة الدكتور / وفاء رمضان احمد

وذلك لترقية سيادتها لدرجة استاذ مساعد بقسم تمريض الباطني والجراحي

المتحور أوميكرون

مش عارف أغيث يادكتور...  
المجتمع كله **إيجابي**

؟!

Wahid  
20/22

كائنات حية للتجارب !

