

## بكل الاتجاهات

## حرائق الغابات تدمر نحو أربعة آلاف فدان في تركيا



جانب من حرائق غابات

14 أكتوبر/رويترز:

قال مسؤول محلي لوكالة الاناضول التركية للأخبار ان فرق إطفاء تركية تدعمها الطائرات تسعى جاهدة لاحتواء حرائق اندلعت في نحو 9885 فداناً في إقليم انطاليا السياحي المطل على البحر المتوسط.

وقال أيودجان توريدي المتحدث باسم مديرية الغابات في انطاليا ان الحرائق امتدت إلى المدرج الإغريقي في أسيندوس الواقع على بعد 37 كيلومتراً من منتجع مطل على البحر المتوسط.

ويضم إقليم أنطاليا بعضاً من أهم آثار الحضارة الإغريقية في تركيا ويستقبل سبعة ملايين سائح سنوياً غالبيتهم يأتون خلال فصل الصيف.

وقال توريدي "الحرائق لا تهدد المناطق السياحية لكنها اقتربت منها، حيث حرق في باي الأمل في منطقة قريبة من نهر يستخدمه السائحون في الإبحار على طوافات".

وتم إجلاء سكان خمس قرى تضررت أربعة منها كثيراً من الحرائق التي زادت من حدتها في الأيام الأخيرة. ولم ترد أنباء عن سقوط قتلى ولم يعرف سبب اندلاع الحرائق على الفور.

واستخدمت سبع طائرات وخمس طائرات هليكوبتر لإخماد الحرائق لكن الرياح العاتية وشدة الحرارة جعلت من الصعب السيطرة على السنة الـهذه.

وقال توريدي "هذه واحدة من أكبر الحرائق التي شهدتها أنطاليا على الإطلاق في حيث مساحة المنطقة المتضررة لكنها الأكبر دون شك قياساً بحجم الأضرار". وأضاف "من الممكن أن تلحق أضراراً بمنطقة مساحتها أربعة آلاف هكتار (9885 فداناً)". واستطرد "لا يمكننا تحديد مساحة المنطقة المتضررة بسبب كثافة الدخان".

## رئيس وزراء استراليا ينحدر لأسلاف مدائين



14 أكتوبر/رويترز:

كشف تاريخ عائلي جديد لرئيس الوزراء الأسترالي كيفين رود أنه سليل لامرأة لصة ملايبس داخلية للأطفال ولرجل أرسل إلى استراليا من إنجلترا لادانته بسرقة كيس من السكر.

وقضت الكنيسة المرمونية في استراليا أكثر من عام في البحث وفي التاريخ العائلي لزوج وقدمت نتائجها إلى رئيس الوزراء يوم الخميس، وتحتضن الكنيسة المرمونية ومقرها في سولت ليك سيتي بالولايات المتحدة بسبعة لتفوقها في البحث الخاص بسلاسل الأوساب.

وووجد أن أسلاف رود مثل الكثير من الأستراليين مدانون- وبينهم ام جدته الخامسة التي أرسلت إلى استراليا وعمرها 12 عاماً بعد أن حكم عليها بائناً الأمر بالإعدام لسرقته ثوبا وملابس داخلية في فتاة أخرى.

وقال تيري ونسون كبير موظفي الكنيسة "دراسة تاريخنا الخاص تساعدنا في احترام الكفاح الذي حمله أسلافنا في عالم مختلف إلى حد بعيد عن العالم الذي نعيشه ليعطينا الأذهار الذي نتمتع به اليوم". وكانت الإذاعة في الماضي مصدراً للخرق للاستراليين ذات يوم لكن الكثيرين الآن يحملون أي سلف إجرامي بفخر.

وقد وصل أوائل المستوطنين الأوربيين إلى استراليا من بريطانيا في 1789 لإنشاء مستعمرة جزائية بريطانية وأرسل أكثر من 160 ألف مدان بريطاني إلى استراليا حتى عام 1868 عندما أوقف نقل المدانين.

ويكشف تاريخ العائلة ان ماري ويد والدة الجدة الخامسة لزوج عاشت في فقر في إنجلترا وكانت تقف على كسب الشوارع والتسول. وفي عام 1799 عندما كان عمرها 12 عاماً سرتت هي وقتاً أخرى ثوبا وملابس داخلية من فتاة عمرها ثمانية سنوات.

وضبطت ويد وحوكمت في محكمة أولد بيلي في يناير كانون الثاني 1789 بحرقها لثيابها لادنته لكن بعد ثلاثة شهور نقلت إلى استراليا على 200 امرأة أخرى على العائلة الأخرى من سلاسل الأوساب.

ومع الجانب الآخر من العائلة أرسل توماس رود والد الجد الرابع لرئيس الوزراء الأسترالي إلى استراليا في عام 1801 بعد الحكم عليه بالسجن سبع سنوات "لحصوله بشكل غير قانوني على كيس من السكر". وتزوج من مدانة أخرى وهي ماري كيبيل التي أرسلت إلى استراليا في 1804 لسرقته ثوبا وملابس.



الطبيب فضل غيلان

إن حقوق الإنسان في وطنه كثيرة أهمها الانتماء وأن يعيش حياة هنيئة واستقراراً وأمن حيث يتوفر له العلاج والتعليم المجاني إلى أعلى المراحل وهي حقوق طبيعية إذا عاش الوطن اقتصاداً متطوراً واستقراراً وفي المقابل تكون الواجبات ملزمة تجاه هذا الوطن ومن أهم الواجبات الانتماء والولاء والعشق للوطن وبناء الوطن والدفاع عنه (فوطن لا نحمله لا نستحقه) كيف تأتي الحماية؟

وهذا الحزب أو ذاك يكون في غفلة عن حقوق المواطن عندما يتهمش ذلك الحزب ويفقد مصداقيته للمشاركة الفعالة في بناء الوطن يبدأ يبحث عن أي سلبية ليوسع من رقعتها، بل ويكذب على نفسه من أنه يدافع عن حقوق المواطن. الوطن أغلى من كنوز الدنيا الوطن تاج يشرف كل مواطن شريف بعشق الانتماء له وما يجري فيه من أحداث إرهابية وفساد لن تجعل شرفه يتراجمون.. النهج السياسي وحكمة القيادة السياسية وتقاني أبناء اليمن ستجعل منه وطناً نموذجياً يحتذى به كل الدول التي تحلم بالأمن والاستقرار والديمقراطية.. حرية الرأي وشفافية التعامل ومسؤولية المواطنين.. الإنسان الوفي مع نفسه والوطن والذي يؤدي دوره المطلوب كواجب هو ذلك الشخص الذي يستحق أن يطالب بالحقوق، أما الإنسان العائق والمخالف للنظام والقانون والباحث عن ذاته ومصالحه فأى حقوق يطالب بها، والوطن ونظامه القائم أعطى لكل أبنائه الحرية الكاملة وغالبية أبناء الشعب يدينون حقوقهم المشتركة وليس الخاصة والذاتية كما ينادي بها المتحزبون الذين لهم كل يوم وجه وشكل، إذا أضدنا الفعل كواجب ملزم تجاه الوطن الغالي بتلقائية سنجني كل الحقوق وكلما كان الوطن سعيداً سنكون جميعاً سعداء.

## الحقوق الواجبات الوطن

## بمناسبة الاسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية ..الدكتور خالد غيلان لصحيفة (الكنوهر) :

## حليب الأمهات بمقوماته وتركيبته الغذائية فيه الكفاية لهد الرضيع بكامل حاجته من الغذاء والسوائل حتى عمر ستة أشهر

## الرضاعة الطبيعية الخاصة تؤخر الحمل بنسبة (98%) بتأجيلها للدورة الشهرية حتى الشهر السادس بعد الولادة إذا مورست بلا انقطاع ولم يعط معها أغذية أو مشروبات للرضع

لا يخفى على أحد ما تضيقه تغذية الرضع ببدائل الرضاعة من أعباء معيشية لكلفتها العالية . إذ يحتاج الطفل من الحليب الصناعي خلال الأشهر الستة الأولى من عمره حوالي ( 40 ) عبلة من الحجم الصغير وهذا يعني كلفة مالية عالية تزيد على ( 60.000ريال) يضاف إليها كلفة معالجة الطفل إذا مرض بسبب استخدام بدائل الرضاعة الطبيعية.

ولا غرابة في أن لعب الحليب الصناعي جاذبية وبريقاً زائفاً يغري الكثيرين لشراؤها لأطفالهم الرضع.. وشتان بين هذا والحليب المجفف التي لا تضاهي فوائده الفوائد الصحية والغذائية لحليب الأم الفريد في خصائصه ومزاياه.

لقاءنا مع الدكتور/ خالد غيلان سعيد - استشاري طب الأطفال ، تزامن مع الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية الذي يصادف إحياءه في الفترة من ( 1 - 7 أغسطس 2008م) وفيه تصحيح الكثير من الاختلالات والعادات التي ارتبطت بالإرضاع المهمة للرضاعة الطبيعية وترسيخ

لوعي الصحي بهذا الجانب المهم في الحياة الأسرية المؤمن للطفولة حياة صحية آمنة.فإلى ما جاء في هذا اللقاء

## رضاعة خاصة

يتردد على مسامعنا ذكر الرضاعة الطبيعية الخاصة أو المطلقة .. فما المغزى من هذا الاصطلاح تحديداً وما يحملها من دلالات؟ تتجلى الرضاعة الطبيعية بحرص الأم على إرضاع طفلها من ثديها رضاعة خاصة منذ ولادته حتى الشهر السادس دون أي إضافات غذائية أخرى أو مشروبات.

وبعد الشهر السادس يمكن إصطالؤه إلى جانب الرضاعة الطبيعية أغذية مساندة أخرى بشكل تدريجي يتلاءم مع سنه حتى بلوغه عامين من عمره. ولكي تتحقق الفوائد المرجوة لما ذكرته، يجب الشروع في الإرضاع من الثدي يبدأ من الساعة الأولى من الولادة فهذا يساعد على زيادة إنتاج الحليب.

علاوة على أن الثدي في الأيام الأولى بعد الولادة يفرز سائلاً رائقاً مانلاً للصفرة يسمى (اللبأ) الذي يعتبر أفضل وأنفع غذاء للمولود، ويساعد على حمايته من الأمراض المعدية، لاحتوائه على أجسام مضادة لبعض الأمراض. وأيضاً يفيد الجهاز الهضمي للطفل وفي تعويده على تقبل الغذاء وهضمه.

ولا حاجة للمولود لأية أغذية أو مشروبات أخرى لدى انتظار زيادة إدرار حليب الأم، فهي تشعره بالشبع وبالتالي لا يرضع ما يكفيه من حليب الثدي اللازم لنموه وتطوره وتأمين المناعة لديه ضد الكثير من الأمراض. كما أنها تعمل على تقليل إدرار حليب الثدي، وكل ما على الأم إشباع طفلها من حليبها أن ترضعه. كما أنها تعمل على تنقله إلى الثدي الآخر حتى يكمل حليب الثدي الأول لأن أول الحليب كثير اللمة لا يمنح الطفل الشبع بينما آخر الثدي غني بالدهون التي تشبع الطفل. وكل ما على الأم هنا، أن تترك طفلها يكبر الرضاعة كثيراً كلما يرغب في ذلك سواء في الليل أو النهار وليس بأقل من ثماني رضعات في اليوم والليله وليكن في اعتباره أن بكاء الرضيع لا يعبر دائماً عن حاجته للحليب، فقد يكون ممللاً أو ما شابه، أو أنه يعاني من المغص أو الألم في موضع من جسمه أو لرغبته في أن يحمله ويحتضن أو لمص ثدي أمه لينشرح بالأمان والاطمئنان.

## بعد الشهر السادس

الشروع في إعطاء الطفل الرضيع كمكملات الرضاعة من أغذية ثلاث سنه وهضمه وتفيد جسمه ، قد ذكرت بأنها بعد الشهر السادس ؛ ما أهمية ذلك؛ ولماذا تكون في الشهر الثالث والرابع؟ ليست المسألة كما نظن حيث توصي منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونيسيف بعدم إعطاء الطفل الأغذية المكملة للرضاعة الطبيعية إلا بعد الشهر السادس من عمره وأن يكون الاعتماد الكامل على حليب الثدي دون أية إضافات من أغذية أو سوائل طوال الأشهر الستة الأولى لعمر الطفل. فالأغذية التي تقدم للطفل الرضيع في مرحلة الستة أشهر الأولى - أي كانت - لا تعوضه ولا تغني عن حليب الثدي بل قد يصعب عليه هضمها ولأنها تشبعه فقد تؤثر على رضاعته من أمه لدرجة تقل معها عدد مرات الإرضاع وما يترتب عليه أيضاً من ضعف إدرار الحليب لدى إلمة لعدد مرات الإرضاع والنتيجة حرمان الطفل من

## لقاء / وهيبه العريتي

من الثدي ففيه من الكفاية لمد غذاء وماء حتى عمر ستة أشهر دون الحاجة إلى إعطاء أغذية أو مشروبات إضافية. ومن الخطأ إعطاء الطفل اللهاية لإلهائه عن البكاء إلى جانب زجاجة الحليب لاختلف معها عن مص الثدي وبالتالي تسببها في أحداث تشوهات في نمو أسنان الطفل وفي انقاص إنتاج حليب الثدي فضلاً عن أنها ناقلة للأمراض ومسببة رئيسية للإسهال لسهولة وسرعة تلوثها.

بينما تقلل الرضاعة بالحليب الصناعي من كمية الحليب التي يرضعها الطفل من صدر أمه فهي تشعره بالشبع مما يؤدي إلى إدرار حليب أقل مما كان عليه في السابق.

وعلى خلاف حليب البقر أو الحليب الصناعي الذي يفسد في غضون ساعات إذا ما وضع خارج الثلاجة

طفلها الرضيع بعد الشهر السادس من عمره على أن تكون غنية في محتواها من مجموعة الأغذية المغذية وبكمية قليلة ولا تحتاج إلى الكثير من المصغى حتى لا تترك جهازه الهضمي مثل ( الفواكه والخضروات المقشورة اللينة -الشيزية - البقوليات - اللحم المهروس سهل الهضم أو السمك أو البيض) وعندما يبدأ الطفل بالزحف والمشي واللعب وتناول أغذية ومشروبات أخرى فمن المحتمل جدا تعرضه للمرض بين الحين والآخر وبالتالي يكون بحاجة إلى الكثير من حليب الأم لأنه مغذ وسهل الهضم لا يرضعه الطفل في حالة مرضه .

حاجته الضرورية وكفائته الطبيعية من حليب الثدي الذي لا مثيل له، لما فيه من مزايا فريدة ثلاثم عمر الطفل ونموه المتسارع بما يؤمنه من عناصر الحماية اودعها الله فيه تنمي مناعة الطفل وتقي جسمه الكثير من الأمراض والاعتلالات الخطيرة ، ولذلك يعتبر التحصين الأول للطفل.

والرضاعة الطبيعية بعد الأشهر الستة الأولى من عمر الطفل أهمية كبيرة أيضاً، ففي المتوسط يحصل الرضيع في عمر (6-8 أشهر) على حوالي (70٪ من



علاوة على ذلك أن عملية الإرضاع تشعره بالطمأنينة والراحة.

ويتميز بزيادة كمية ونوعية الأغذية تدريجياً للطفل الرضيع للوصول إلى تناول وجبتين في ثلاث وجبات يوميا دون زيادة في كتلة أو استبدال حليب الأم ولا تؤدي إلى خفض حليبها. كما بالإمكان زيادة عدد مرات الوجبات من ثلاث إلى أربع وجبات يومية في مرحلة لاحقة من عمر الرضيع بإقتراجه من سن الفطام على أن تكون مغذية ومناسبة وسهلة الهضم التحضير والوجبة الأولى عند عمر سنة أشهر والبعض الآخر لا يتقبلها مباشرة.

ولا داعي للخوف أو القلق في هذه الحالة فالرضاعة الطبيعية المتكررة حسب الطلب كقيلة بدم الطفل بجميع احتياجاته من الطاقة حتى الشهر الثامن من عمره ولا بأس من تكرار المحاولة بأسلوب التدليل والترغيب.

## المزايا والفوائد

لننتقل إلى الجانب المكمل لما ذكرت حول فوائد الرضاعة الطبيعية .. كيف تقيمون مزايا هذا الإرضاع وفوائده للأم والطفل؟ لا تشكل البدائل الأخرى للإرضاع كالحليب الصناعي وحليب البقر وجميع المشروبات والأنواع المختلفة من أغذية الأطفال على المقومات والعناصر الغذائية بالمعايير التي يتوجبها حليب الثدي سواء حصل عليه الرضيع من أمه أو من مرضعاً أخرى أو ما كان منه معترضاً

الوقاية من الإسهال والاضطرابات الهضمية وسوء التغذية. كما يوفر للرضع حماية كاملة من الإصابة بمرض الحصبة على مدى الأشهر الستة الأولى من عمره ويشعره بالدفء والحنان. ومما تشمله فوائده الأخرى أن الذين يرضعون من أمهاتهم يحصلون على عناية وانتباه مركز من قبلهن وهذا لا يحدث في حالة الأطفال الذين يرضعون من الزجاجه.

وهناك أيضا فوائد مشتركة تعود بها الرضاعة الطبيعية على الأم والرضع معا إذ تبني علاقة حميمة بين الأم وطفلها منذ الولادة محدثة استجابات حسية وعقلية بصورة مشتركة فتكون العاطفة في أيها صورها. بالإضافة إلى أنها من الناحية الاقتصادية تعود بالنفع على الأسرة كون حليب الأم مجانياً وجاهزاً في كل الأوقات وبخفض النفقات اللازمة لشراء



الأمراض التي يمكن الوقاية منها بالرضاعة الطبيعية.

## طريقة الإرضاع

تتكون الرضاعة الطبيعية ناجحة ومرمية.. ما للنصائح التي تصون بها الأمهات في هذا التصور ولماذا بالكوبر

يظل حليب الأم مدة لا تقل عن ثماني ساعات وفي حال أن كانت الأم لا تستطيع البقاء مع طفلها أثناء عملها فيمكنها في هذه الحالة عصر ثديها لاستخراج الحليب ومن ثم حفظه في إناء نظيف ومغفلي في مكان بارد أو طفيفاً أثناء فترة غيابها بالكوبر والمعلقة.

إن من الفوائد تجود بها الرضاعة الطبيعية التي على الأم التي تقتصر على إرضاع طفلها فقط على حليب الثديين أنها تساعد على تأخير الحمل بنسبة ( 98 ) بتأجيلها الدورة حتى الشهر السادس بعد الولادة وذلك إذا حرصت الأم على إرضاع طفلها ليس بأقل من (8مرات) في الليل والنهار ولم تعطه أية أغذية أو مشروبات أخرى فكلما رضع منها الطفل أكثر طال وتأخر عودة الدورة الشهرية لديها كما تساعد هذه الرضاعة على تقليص الرحم وعودته إلى وضعه السابق قبل الحمل وتقليل من النزيف الغزير والالتهاب واضعة عن الأم العناء والجهد في تحضير وتنظيف وتعقيم الرضاعة.

وبالنسبة للطفل فحليب الأم الأفضل والأنسب للطفل منذ ولادته وحتى اكتمال عامه الثاني لدرجة تغنيه عما سواه من الحليب بأنواعه المختلفة مؤمناً له الحاجة الكاملة من الغذاء والماء خلال الستة أشهر الأولى من عمره مما يسهل الهضم ويساعد على نمو الطفل بشكل أفضل كونه غنيا بالبروتينات والدهون والسكر والفيتامينات والحديد والماء ويمتاز بنظافته وخلوه من الجراثيم والميكروبات واحتوائه على أجسام مناعية مضادة تسمى لطفل من الأمراض وتساعد جسمه على مقاومة الالتهاب كالتهابات الجهاز التنفسي والتهاب الأذن الوسطى والرشخ والسعال وكذلك سيعمل على