

## تأجيل الأم إنجاب أطفال مرتبط بزيادة اللجوء للولادة القيصريّة



وخلال الفترة الكاملة للدراسة نسبة النساء اللاتي وضعن مولودهن الأول في عمر بين 30 و34 من العمر زادت بمعدل ثلاثة أضعاف ونسبة النساء في عمر بين 35 و39 عاما زادت سبعة أضعاف ونسبة النساء اللاتي يبلغ عمرهن 40 عاماً وأكثر زادت عشرة أضعاف.

وخلال تلك الفترة وصلت المعدلات الإجمالية للولادة القيصريّة إلى أكثر من الضعف. فكل خمسة أعوام زيادة في عمر المرأة بعد سن 16 عاماً يقابلها زيادة في احتمالات الولادة القيصريّة قدرها 49 في المئة كما يقول الباحثون. وإضافة إلى ذلك كل فاصل مدته خمس سنوات بين الولادة والأخرى يؤدي إلى زيادة مدة الولادة بواقع 30 دقيقة.

ويقدم معدو الدراسة أنه إذا لم يكن قد حدث تغير في توزيع العمر خلال فترة الدراسة كان يمكن تجنب 38 في المئة من الزيادة في حالات الولادة القيصريّة. وأجريت اختبارات بالمعامل على نسيج عضلات مأخوذة من بطانة الرحم لنساء عمرها 62 عاماً خضعن لولادات قيصريّة. كما أوضحوا أنه مع كلما زاد عمر الأم زاد النشاط العضلي غير المنتظم بالرحم أيضاً.

نويويورك/رويترز: أشار تقرير نشر في العدد الحالي من دورية «المكتبة العامة للعلوم الطبيّة» PLoS Medicine إلى أن الزيادة في معدلات الولادة القيصريّة التي أعلنت عنها الكثير من الدول يبدو أنها مرتبطة في جانب منها بزيادة عدد النساء اللاتي يقررن إنجاب الأطفال في وقت متأخر من العمر.

وفي هذه الدراسة أظهرت الاختبارات التي أجريت في المختبرات إلى أنه كلما زاد سن الأم تباطأت قدرة العضلات المرنة بالرحم على الانقباض والتقلص والذي يعتقد أن تعمل على إبطاء تقدم المخاض ومن ثم تزيد من احتمالات اللجوء إلى الولادة القيصريّة.

وقال المشرف على الدراسة الدكتور جوردون سي. اس. سميت من جامعة كامبريدج في المملكة المتحدة في بيان هذه النتائج تشير بوضوح إلى أن الصلة بين تقدم السن وتؤدي نتائج الولادة برجح أن يعكس أثراً بيولوجياً لتقدم العمر على الرحم.

واستند سميت وزملاؤه في نتائجهم على تحليل لبيانات شملت 583843 امرأة دخلن قاعدة البيانات الاستكلندية في الفترة من 1980 إلى 2005.



## سقايق

### قهر النساء



هبة الصويغ

كثير الحديث عن المرأة وواجباتها وحقوقها وشأنها في المجتمع ولكن مهمها علت وكثير لا زالت مضطهدة في حياتها فعلى الرغم من تقلد بعض النساء للعديد من المناصب لكن دون جدوى ، وعلى الرغم من التطور التكنولوجي الملحوظ إلا أن العلاقات الانسانية مارالت معقدة فمهما بلغ الرجل من علم إلا أن طريقة تفكيره في المرأة لا تتغير ومازالت ينظرهم تلك الانسانية الضعيفة غير القادرة على فعل شيء دون وجود الرجل وقيادته وهو من صاغ القانون لنفسه وصالحه ..

تلك المرأة التي يعنفها زوجها و أخوها والدها لا يعلمون بان للعنف آثار عديدة على الرجل فما بال المرأة التي هذا الكيان الرقيق ومربية الأجيال ألا يفكرون أنهم بإهانتها وتعنيفها يؤثر عليها سلباً ومن ثم على عائلتها وأطفالها ويتولد عندها شعور بعدم الثقة بنفسها وبعدم الشعور بالأمان مع رجل يهينها ويعنفها ولكن لبعض النساء أسباب لقبول حياتها تلك وتتعايش مع العنف الواقع عليها لدرجة لا تتمكن فيها من اتخاذ قراراتها والدفاع عن نفسها .

ويبين يدي قصة أسرتها عليكم من الواقع التي تعيشه إحدى المعنفات (ون ن) تزوجت في سن مبكر وكانت تتن أن علمه سيجعلها من غدر الزمن لكنها استنجدت أن لا أحد يحمي المرء من العذاب والآن النفسي سوى ذاتها ، مضى على زواجها أربع سنوات ولكنها لم تنهأ إلا قليلاً فكان زوجها مرتبطاً بأمه كثيراً لأنه ولدها البكر والوحيد من بين خمس إناث ويصغي لأمه بكل شاردة وواردة ومسطرة عليه بكل خصوصيتها. وزوجها كما تقول لم يضربها أبداً ولكن كلامه وتصرفاته معها أشد وأقسى من العذاب الجسدي ، وقالت (ون ن) أنها كانت الكدمات الناتجة عن الضرب يمكن أن تشفى خلال أيام فالكدمات النفسية لا يمكن أن تشفى أبداً خاصة إذا تكررت والدم والإهانة.

(النحيت من زوجي بنبتين ولم يبقه الله إلا يهينني ولد. وهذا أن أحببت ابنتي الثانية وهو يتعامل معي بطريقة سلبية لا تتحمل رغم محاولتي بان أكون أكثر هادئة لكن دون جدوى فاهفندي صوايا ولكن اجبرت على وجعي حتى لا تعيشت ابنتي بدون أب وما أنا اليوم أعيش أزمة مع نفسي ومع الآخرين لدرجة أنني لا أجرؤ على الخروج كثيراً من البيت حتى لا أسمع منه كلاماً جارحاً .

## (10) وصايا للشعب قبل الأكل



- تناول 3 أكواب من الماء قبل الوجبات الرئيسية فإمامه ليس له أي سعرات حرارية
- تناول الفراخ المعدة ويقبل بالتالي من تناول الطعام
- تناول الجريب فروت وحل التفاح ، قبل الطعام يقلل من إحساسك بالجوع ويحد من تناولك الطعام
- أبد طعامك أولاً بتناول السلطة الخضراء المضاف إليها القليل من الخل فتقلل من تناولك للطعام ذات السعرات الحرارية العالية وتعطيك إحساساً بالشبع لمدة طويلة وهي في نفسك الوقت سعراتها الحرارية قليلة.
- تناول وجبتك بيدها شديدة أكثر من عشرين دقيقة تفصل إلى مرحله الشبع بسرعة دون أن تملأ معدتك بكثير من الأكلع. وعلى العكس الأكل بسرعة يملأ معدتك بكثير من الطعام دون أن تصل إلى مرحله الشبع
- أحرص على تناول الأكلع الخاصة بالأطفال وأقراص البرد البران التي تؤدي للشبع بأقل كمية من الطعام وتأخذ وقتاً طويلاً في عمليه المضغ والهضم
- قطع الطعام إلى قطع صغيرة وكل قطعة قطعته فقد وجد أنك تشبع بعد أكل عدد معين من القطع وليس بعد كمية معينه من الطعام أي أن عدد اللطعات من التطبيق إلى الفم أهم من الكمية في إعطائك الإحساس بالشبع
- استعمل أدوات المائدة الخاصة بالأطفال بمعنى أن تكون الأطباق والمعلق والشوك صغيرة فهذا يقلل من تناول الطعام وفي الوقت نفسه يزيد من إحساسك بالشبع
- عند تناول الطعام ضع العلفعة والنوكة على المصضدة بعد كل مره تستعملها فيها ثم امض الطعام جيداً ثم عاود استعمال المعلقة أو الشوكة من جديد بعد مغادره الطعام لفمك تماماً .ويمكنك أن تستريح بمقايق في وسط تناول الطعام
- أجعل الأواني الكبريه المملونه بالطعام بعيداً عن المائدة، وأغرف الطعام في المطبخ ثم انقل الطعام إلى المائدة مع إبعاد نظرك قدر الإمكان عن الطعام يصفه عامه
- تجنب تناول الطعام وأقفاً .وتناول بهدوء واسترخاً ولا تقف بظنك بطعام إلى فمك قبل أن تبلغ تماماً .

### (1 - 2)

## المرأة في البرنامج الاستثماري الخاص بالخطة الخمسية الثالثة 2006م-2010م

# الخطة تسعى إلى تعزيز دور المرأة في التنمية الشاملة والمستدامة



## تعديل (27) نصاً قانونياً من القوانين النافذة الخاصة بقضايا المرأة وإزالة التمييز

## تعزيز دور شبكة الأمان الإجتماعي من أهداف الخطة

## توفير تمويل قدره (6) مليارات ريال للمنشآت الصغيرة تساعد على خلق فرص عمل

وأصغر بحوالي 33.8 مليون دولار. مشروع الأشغال العامة 1. تنفيذ حوالي 1,900 مشروع في القطاعات الاقتصادية المختلفة بتكلفة إجمالية 127.3 مليون دولار توفر حوالي 3.7 مليون فرصة عمل منها 1.9 مليون دائمة.

صندوق دعم وتشجيع الإنتاج الزراعي والسمكي 1. تنفيذ مشروعات وبرامج في مجال الزراعة بشقيها النباتي والحيواني وكذلك في الري والمنشآت المائية والثروة السمكية بتكلفة إجمالية 35.6 مليار ريال.

فقراً يحول دون التحديد الدقيق للمستحقين وتحسين الاستفادة والمراقبة والتقييم أداء البائات الشبكة بما يمنع التلاعب أو ازدواج في الاستفادة من برامجها. كذلك، فإن محدودية الدراسات والبحوث حول آثار تلك البرامج يعرقل متابعة الأثر وأوجه التغيير الناتج عن دور مكونات الشبكة المختلفة. وأخيراً، تتصف المنشآت الصغيرة بانخفاض الإنتاجية ومحدودية التوسع، وتعيان من ضعف التسويق وتدنّي المهارات الفنية، فضلاً عن محدودية التمويل المتوفر لها ونطاق عمل البائات.

### الغايات والأهداف والسياسات

تتطلع الخطة الخمسية الثالثة للتنمية الاقتصادية والاجتماعية إلى تعزيز دور شبكة الأمان الاجتماعي في تقديم منظومة متكاملة من الخدمات والبرامج لتنمية البنية الأساسية المادية والاجتماعية بما يساهم في زيادة الانتاجية وتحفيز الاستثمار وخلق فرص عمل وكسر عزلة المناطق الريفية وتوسيع الأسواق، بالإضافة إلى تحسين مستوى التنمية البشرية.

### الأهداف

- 1- تصديق حوالي 7,710 مشروع في مجال تنمية البنية الأساسية المادية والاجتماعية بتكلفة إجمالية 928 مليون دولار، توفر حوالي 747.8 ألف فرصة عمل جديدة في القطاعات المختلفة.
2. تنفيذ برنامج الأشغال كثيفة العمالة للحد من البطالة بقيمة 300 مليون دولار تتضمن مشاريع رصف الشوارع والتعبيد الطرق وإنشاء السبورة، وحصاد مياه الأمطار، وإنشاء حواجز وسدود، وصيانة المدرجات وحماية الوديان، وتوفير حوالي 6 ملايين فرصة عمل يومية في السنة.
3. تقديم فروض متناهية الصغر لإقامة منشآت صغيرة

يحد من توسيع وتعزيز مشاركة المرأة مجموعة متشابهة من المعوقات الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والقانونية، اهمها: ارتفاع نسبة الأمية وتدني المستويات التعليمية للمرأة، النظرة التقليدية والرفض الأسري لترشيح المرأة لنفسها وعقد اللقاءات الجماهيرية، ومحدودية وصول المرأة إلى الأرض والأصول الإنتاجية، والتمييز في الاختيار والتوظيف والترقيات، وضعف الوعي ونقص القدرات اللازمة لدى الجهات المعنية بتطبيق القوانين، بالإضافة إلى قصور بعض النصوص القانونية، وتعرضها لعدد من مظاهر العنف والحرمان. عن أولويات الدولة لتحسين هذا الوضع رصدنا لكم مقدمه الأستاذ /محمد المسوري القائم بأعمال الوكيل المساعد لقطاع برمجة المشاريع بوزارة التخطيط والتعاون الدولي في سياق هذه المتابعة

متابعة / ذكرى النقيب

غايات وأهداف الخطة تسعى الخطة الخمسية الثالثة للتنمية الاقتصادية والاجتماعية 2006-2010 إلى تعزيز دور المرأة في التنمية الشاملة والمستدامة وتحسينها اقتصادياً وسياسياً، وإزالة كافة الاختلالات المؤسسية والتشريعية ومظاهر التمييز المختلفة.

1 - تمكين المرأة اقتصادياً

• زيادة مشاركة المرأة في النشاط الاقتصادي بمعدل نمو سنوي 5 % خلال سنوات الخطة.

• خفض نسبة النساء الفقيرات إلى النصف بحلول العام 2010.

• زيادة مشاركة المرأة العاملة خلال سنوات الخطة بمعدل نمو سنوي 8 % في قطاعي التعليم والصحة و4 % في قطاع الصناعة.

2 - توسيع المشاركة المرأة في الانتخابات المحلية والبرلمانية بنسبة 15 % كمرشحة و45 % كناخبة.

3 - زيادة مشاركة المرأة في الوظائف الحكومية بمعدل نمو سنوي 5 % وفي العمل الدبلوماسي بنسبة 5 % خلال سنوات الخطة.

3 - رفع نسبة مشاركة المرأة العاملة في جهاز الشرطة والأمن إلى 5 % من إجمالي العاملين.

4 - مضاعفة نسبة تواجدها للنساء في المواقع القيادية المعنية بتنفيذ القوانين وتحقيق العدالة.

3 - تعزيز البناء التشريعي والقانوني

1 - تعديل 27 نص قانوني من القوانين النافذة الخاصة بقضايا المرأة وإزالة التمييز.

2 - تفعيل اتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة.

3 - رفع الوعي بين أوساط النساء، في مجال الحقوق المنصوص عليها في القوانين والتشريعات.

4 - مناهضة العنف ضد المرأة

تسعى الخطة الخمسية الثالثة للتنمية الاقتصادية

## افتخر بك اليوم



أمل حزام مدحجي

خرجت الصباح باكراً من بيتي ومازال نور الشمس ينشر أشعته على ملامح الأرض بكسل، نزلت درجات الطويل واتذكر جي وهو يحكي قصص مختلفة مترامنة مع دقائق قلبي، وفي هذه اللحظة احتوتني لهفة وأنا أتخيل أشمس قد أصبحت وجه امرأة مشرقة تبتسم لي تذكرني بأمي الحبيبية وهي تقظني كل صباح من أجل أن أشرب كوب اللبن وخبز الصباح الساخن من الفرن.

احتضنت حقيقتي بدي وكأني أحمل طفلي بل وبدي وخائفة عليه من السقوط شعور جميل أن يتخطى حب الأمومة والحذر من ارتكاب الأخطاء ولهذا تلقى كل أم تضحي الكثير من أجل فلات كيدها. خرجت جازني تسلم على مستعجلة وهي ذاهبة إلى العمل وتمسك إبتها في يديها الأخرى عطفها قبل الذهاب إلى العمل إيصالها إلى المدرسة ونظر إلى وهو يحمل إلى جانب حقيته المدرسية لعبته الصغيرة والذي يرفض الاقتران معها حتى في المدرسة.

وقفت على شارع جينا العتيق استنشقت هواء الصباح النقي، اتاملت الشارع الطويل واتذكر جي وهو يحكي قصص مختلفة وروايات عديدة كنت أحبها كثيراً، وأملك منه مرارا إن يحكيها لي رحمه الله لقد مات ولكني ما زالت أنتذكر كل قصة رواها لي، فانا لم أجد طفلة صغيرة ولقد أصحمت جميع العالبي ودخلت عالم النضوج حيث تجري كل امرأة منذ الصباح ذاهبة إلى مقر عملها لانجاز مهامها العملية الله تم نفسها تم الوطن، ومن هذا المنطلق رايت اليوم قصة جميلة ارتد فيها تعظيم ورفع القبة امام المرأة الهينة والتي بالرغم من كل الظروف إلا انها رفضت الاستسلام بل وإلى الآن تكافح من الأسرة وتخرى إلى ساحة العمل وتربي الأطفال وتهتم بنظافة المنزل ولم شمل العائلة، وحين يمرض أحد تتحول في قبضة إلى ممرضة ومعلمة لتلبي احتياجات المريض، تبكي لبكاء اولادها وتفرح لافراحهم تقف واره كل عظيم وجلس خلف

## (الروتية).. وعذاب البطون !!

خالة لوله: ايش هذا دلحين هذا روتي ولا مساويك عركم الله . ابوجميل : مالك يا كريمة .. اهدثي اهدثي .. ماجعبكش أروتي خليه وروحي .

أم سليم : مالك يا ابو جميل ايش سويت للروتى من شأن يرجع كما بسكوت اللين ؟

أم خلود : هيا جيب أروتي عيالي بالبيت بيروحوا من المدرسة خارجني .

خليك من الكلام الكثير الذي يوجع الرأس بعدين بانتفاهم على الروتي . ابوجميل : ايش تشقوتنا سويلكم يا حريم .. الحديق ارتفع ودققنا معه.

خالة لوله : مامعكم غير هذا الاسطوانة المشروخة نشتي حل ياكومة .

وكما ترون لم يكن بيد الثلاث خاصة مع ارتفاع درجة الحرارة حتى يتفادى المشاكل فاضطررنا إلى شرائه وهو على هذه الحال التي تتعامل معها كل يوم والكلام لك يا جارة .

جميل كيف الحال . ابو جميل : والله ياخاله نحمده على كل حال ... أم سليم : او او .. دلحين أجينا

سيداريو / محمد فؤاد فبدأ الحوار كالتالي :- خالة لوله : السلام عليكم يا ابو

