14 أكتوبر
14 OCTOBER
يومية - سياسية - عامة
www.14october.com

الإثنين - 22 نوفمبر 2010 - العدد 15000
Monday- 22 november2010 - Issue 15000

ح

www.14october.com

ختان الإناث في تراجع

فلورنسا / متابعات :
أظهرت دراسة عن ختان الإناث في خمس دول أفريقية أنه تم إحراز بعض التقدم في وقف تلك الممارسة رغم الضغوط الاجتماعية المتواصلة.
يذكر أن ملايين الفتيات حول العالم يتم ختانهن سنويا ، طبقا لصندوق الأمم المتحدة الدولي لرعاية الطفولة «يونيسيف».
ويمكن أن تؤدي عملية الختان ، التي يصفها اليونيسيف بأنها «انتهاك خطير لحقوق الإنسان» ، لمشكلات صحية خطيرة يستمر بعضها مدى الحياة ، من بينها النزف ومشكلات في التبول وأخرى لدى الولادة.
وشملت الدراسة ، التي أجراها مركز « إينوشنتي» للبحوث ، التابع لليونيسيف ومقره مدينة فلورنسا الإيطالية ، الظروف ذات الصلة بختان الإناث في كل من مصر وإثيوبيا وكينيا والسنغال والسودان خلال الفترة «2007 - 2008 ».
وقال اليونيسيف إن الشرائح التي استهدفتها الدراسة هي الفتيات والنساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين (15 - 49) عاما ، مشيرا إلى أن البحث واجه قيودا دائمة في ظل غياب بيانات متاحة أو يمكن الاعتماد عليها ، غير أن الدراسة بينت أن معدل إجراء الختان بين الفتيات آخذ في التراجع .
وأرجع اليونيسيف سبب هذا التقدم إلى البرامج الناجحة التي شملت قيادات المجتمع الذين يحظون بالاحترام ومن بينهم القيادات الدينية والمحلية واشتراك الشبكات والمؤسسات الاجتماعية ، وإجراء تعديلات تشريعية وحملات إعلامية.

للأمهات .. كيف تحمين أطفالكن بحليبكن ؟!

لبن الأم يكسب الطفل المناعة الكاملة ضد الأمراض

استهتار الأم قد يكلفها حياة طفلها والوقاية أهم بكثير من العلاج

في السنوات الأخيرة ظهرت مؤشرات وحقائق علمية مخيفة حول مخاطر الرضاعة الصناعية على الأطفال أو بمعنى اصح استخدام الحليب الصناعي كبديل لحليب الأم الطبيعي في تغذية المواليد والرضع وما يترتب على استبدال حليب الأم بما يسمى الحليب الصناعي من مخاطر قد تنتهي بوفاة المواليد والرضع نتيجة فقدانهم للمناعة والمقاومة للأمراض .

كتب / رياض الزواحي

وبالرغم من أن اللّه سبحانه وتعالى قد أمر الأمهات بالرضاعة الطبيعية لأولادهـن رحمة بالرضيع وحرصا على صحته وسلامته إلا أن بعض الأمهات مازلن يكابرن ويطرحن المبررات الواهية لحرمان الرضيع من أول الحقوق التي منحها اللّه سبحانه وتعالى له عند ولادته ، وهي حقه في الرضاعة الطبيعية التي تعتبر جدار الوقاية والحماية له من مختلف الأمراض التي تهدد حياته بعد الولادة وفي العامين الأولين من عمرة ولا يتمكن من مواجهتها بأي وسيلة غذاء بديلة للرضاعة الطبيعية مطلقا وقد يجهل بعض الآباء والأمهات المستهترين بصحة أولادهم أن معدل وفيات الأطفال الرضع في بلادنا يصل إلى 68 حالة وفاة في كل 1000 ولادة حية وقد تزيد هذه النسبة بشكل لافت ليس لشيء سوى تعمد حرمان الطفل من الرضاعة الطبيعية واستبدال حليب الأم بالحليب الصناعي الذي أصبح يهدد صحة وسلامة المواليد في مختلف مناطق العالم لاسيما الدول النامية التي تزداد فيها معدلات الجهل والأمية.
وقد أكدت دراسات علمية في كبريات الجامعات العالمية أن الرضاعة الطبيعية وحدها يمكنها أن تنقذ حياة أكثر من 3500 طفل يوميا في جميع دول العالم وأكدت أيضا أن الرضاعة الطبيعية من ثدي الأم يمكن بإذن اللّه أن تنقذ حياة مليون طفل في العلم يموتون سنويا بسب الاسهالات والالتهابات الرئوية التي لا يستطيعون مقاومتها إن كان غذاؤهم حليبا صناعيا وبدائل أخرى لحليب الأم فسوء التغذية يتسبب في 60 ٪ من حالات الوفيات بين الأطفال دون سن الخامسة سنويا والبالغ عددهم 10.9 مليون حالة وفاة في العالم وثلثا هذه الوفيات بسبب إتباع وسائل تغذية غير مناسبة وصناعية خلال السنة الأولى من عمر المولود أو الرضيع بمعنى أن من ينخدعون بالإعلانات حول الحليب الصناعي وأنواعه المختلفة ويعتمدون عليه في أرضاع أطفالهم هم أول من يدفعون الثمن عندما يفارق أطفالهم الحياة بسبب الكثير من الأمراض التي تهاجمهم ومناعتهم ضعيفة .
وقد أكدت دراسات أوروبية وأمريكية وبشكل قاطع انه لا يوجد أي غذاء صناعي أو حليب صناعي في العالم اجمع يوازي فائدة حليب الأم لطفلها و طبعا هذه الحقائق المخيفة عن أضرار الرضاعة الصناعية عرفت مبكرا في أمريكا وأوروبا والدول المتقدمة ونتيجة لذلك تكشف الإحصاءات في الدول الأوروبية وغيرها من الدول التي تعتبر معظمها مصنعة للحليب أن معدل الرضاعة الطبيعية (حليب الأم) يفوق الـ95 ٪ في هذه الـدول أي أن كل الأطفال في هذه الدول تقريبا يتغذون من حليب الأمهات فقط دون أي إضافات حتى الشهر السادس من عمر الطفل بالرغم من أنها كما قلنا دول مصنعة للحليب الصناعي تصدره للبلدان الفقيرة والنامية .
كل هذه الدراسات والبحوث العلمية تجعلنا اليوم أكثر إصرارا على حماية أطفالنا وتغذيتهم بالحليب الطبيعي (حليب الأم فقط) الذي يضمن حمايتهم من الأمراض ويضمن نموهم الطبيعي السليم .. واليكم بعض الحقائق العلمية عن فوائد حليب الأم إذا كان بعض الآباء والأمهات يجهلونها ولا يقدرون ما وهب اللّه سبحانه وتعالى الطفل من غذاء كامل وصحي يحميه من الأمراض ويضمن له النمو السليم والآمن وهي كالتالي : أولا اثبت العلم أن حليب الأم خال من التلوث وتوجد فيه أجسام مضادة للجراثيم كما أن نسبة المواد الغذائية فيه مناسبة ومفيدة للرضيع مهما كان وزنه أو عمره وتوجد في لبن الأم مواد مساعدة للرضيع على الهضم وتقيه سوء الهضم والمغص كما يوجد في لبن الأم عناصر معدنية بنسب وكميات مقدرة وفق الاحتياج ويحتوى الحليب الطبيعي على الماء الذي يسد حاجة الطفل الرضيع وان كان في منطقة حارة ويعتبر لبن الأم أفضل غذاء للرضيع مهما كانت نوعية غذاء الأم .
وفي الأيـام الأولـى للولادة يحصل الرضيع على مادة اللباء الغنية بالمواد المفيدة لجسمه والتي تعزز مناعته وتغذيه وتشير الدراسات إلى أن حليب الأم يحد من معدلات الأمراض المعدية حيث تشير دراسة أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية إلى أن نسبة التهابات الأذن الوسطى بين الأطفال في الفئة العمرية من الولادة حتى 12 شهرا لدى الذين لم يرضعوا من الثدي تبلغ ضعف النسبة لدى الأطفال في الفئة العمرية نفسها الذين رضعوا رضاعة مقتصرة على الثدي .
وبينت دراسة علمية أجريت في البرازيل أن معالجة الأطفال في المستشفيات بسبب الالتهاب الرئوي بين من لم يرضعوا طبيعيا بلغ 17 ضعفا مقارنة بمن رضعوا طبيعيا وأظهرت دراسة أجريت في بيلاروسيا انخفاض خطر الإصابة بالعدوى المعوية بين الأطفال الذين رضعوا رضاعة طبيعية مقتصرة على الثدي حتى عمر ثلاثة شهور وأن الرضاعة الطبيعية تحد من خطر الربو والحساسية بنسبة 40 ٪ وفي استراليا انخفض خطر حدوث الربو في مرحلة الطفولة بحوالي 40 ٪على الأقل بين الأطفال الذين رضعوا رضاعة مقتصرة على الثدي لمدة أربعة أشهر .

الرضاعة الطبيعية تزيد معدل الذكاء

وفي الدانمرك برهنت دراسة حديثة أن الرضاعة الطبيعية تؤثر على نمو الدماغ وفقا لقياس قدرة الطفل على الزحف والقبض على الأشياء والتحدث بكلمات متعددة المقاطع . وكلما زادت مدة الرضاعة الطبيعية ارتفعت قدرات الطفل الذهنية .
وبرهنت الدراسات أهمية الرضاعة الطبيعية من الناحية العاطفية والسيكولوجية لكل من الأم وطفلها إلـى جانب دورهـا في تعزيز الرابط بينهما وإذا ما تحدثنا عن الرضاعة الطبيعية وفوائدها الاقتصادية على المجتمع فقد قدرت دراسة استرالية أن رفع معدل الرضاعة الطبيعية للأطفال في عمر ثلاثة شهور من 60 ٪ إلى 80 ٪ سيوفر ما مقداره 3.7 مليون دولار (800 مليون ريال) تنفق حاليا على علاج الأمراض المعدية والمعوية فقط وقدر باحثون في كندا أن رفع معدل انتشار الإرضاع من الثدي يمكن أن يوفر على مقاطعة كندية واحدة فقط مبلغ 370.000 دولار كل عام تنفق حاليا في رعاية الأطفال المصابين بالربو نتيجة حرمانهم من الرضاعة الطبيعية .
وإذا ما نظرنا إلى مجتمعنا اليمني فسنعرف أن هناك مئات الملايين تصرف سنويا في المستشفيات من ميزانية الأسرة على علاج الكثير من الأمراض التي تصيب الأطفال الذين يعتمدون على الرضاعة الصناعية بدلا من حليب الأم الطبيعي وكل هذه الحقائق العلمية والدراسات كما هو ملاحظ أجريت في دول متقدمة صناعيا ومن الدول المصنعة للحليب وفيها معدلات الرضاعة الصناعية لا تذكر والأطفال هناك غذاؤهم الوحيد هو حليب الأم الطبيعي ويصدر معظم إنتاجهم من الحليب الصناعي إلى الدول النامية والفقيرة كبلادنا والدول العربية والإفريقية لأنهم يعرفون أن معدل الوعي في هذه الدول منخفض وتجد الشركات فرصتها في خداع الناس والأمهات والتغرير بهم لاستخدام الحليب الصناعي لان صحة الأطفال في هذه الدول لاتهمهم فما يهمهم فقط هو أرباحهم وإخراج أجيال مريضة وهزيلة يصدرون لها الدواء والموت تحت أغطية الحليب الصناعي .. وبالتالي يجب أن يدرك كل أب وكل أم أن لبن الأم نعمة من اللّه سبحانه وتعالى وهبها اللّه للطفل ليعطيه المناعة الكاملة ضد مختلف الأمراض التي تهدد حياته ويمنحه العافية والنمو الجسمي والعقلي السليم ليكون الإنسان القوي والذكي والمعافى في الحاضر و المستقبل ، فلماذا تصر بعض الأمهات على حرمان أطفالهن من نعمة وهبها اللّه له ؟ وما ذنب الرضيع أن يتغذى بالسموم الصناعية ويفارق الحياة ؟.
لهذا يجب أن تتخذ كل أم وكل فتاة في مرحلة الحمل قرارها الآن بان يكون غذاء طفلها حليبها الطبيعي فقط حتى عمر الستة أشهر ومن ثم تعطي طفلها حليبها أيضا لكن مع وجبات تكميلية مساعدة تسأل عنها في أي مرفق صحي وتكمل الرضاعة على مدى عامين فذلك هو القرار الذي يجب أن يتخذ لحماية فلذة كبدها من كل المخاطر التي تهدد حياته فهل سنتخذ القرار السليم الآن قبل أن ندفع ثمنا غاليا هو حياة أطفالنا لا قدر اللّه .

للزوجات .. الساعات البيولوجية المناسبة للزوج تؤثر على استجاباته لطلباتك

الرجال بطبيعتهم أشخاص مزاجيون ، ومزاجيتهم تؤثر على حياتهم الزوجية، فالزوجة حينها لن تستطيع الحصول على كل ما تريد من طلبات من زوجها. لكن بينت نتائج دراسة أجريت في هذا الموضوع أنه في ساعات معينة تنجح المرأة في الحصول على طلباتها من زوجها، فما عليك إلا أن تنتظري حتى الساعة السادسة مساء ،هذا هو الوقت الذي يكون فيه الرجل في أقصى درجات الاستعداد للعطاء.
ففي نهاية ساعات العمل يكون الرجل أكثر استعدادا لتلبية طلبات المرأة بدءا من إخراج النفايات وانتهاء بالأمور الرومانسية .
وكذلك أوضحت الدراسة أن على الرجال تفادي المماحكات مع الزوجة في منتصف النهار، لأنهم سيخسرون لمصلحة الزوجة على الأرجح، وبينت الدراسة أن الساعة الثالثة عصرا هي أفضل وقت لكسب أي جدل مع الجنس اللطيف.
أما في ما يتعلق بطلب زيادة في الراتب أو ترقية في العمل، فإن المرأة تحسن صنعا إن لم تبادر إلى طلب ذلك عند وصول المسؤول أو المسؤولة إلى العمل في الصباح، وعليها الانتظار حتى الساعة الواحدة بعد الظهر.
ففي هذا الوقت يكون المديرون في أقصى درجات الاستجابة لطلبات الموظفين، وفقا للدراسة التي شملت ألف شخص من الرجال والنساء العاملين في إحدى شركات الأدوية العالمية الكبرى.

(ظل راجل ولا ظل حيطة)

دنيا هاني

تعودت حين يتمناني ويرغب بي ألا أقاوم .. وأن أستسلم له بسهولة ..
كان كالوحش حين ينقض على فريسته.. خالياً من أي صفة من صفات الإنسانية.. لا يمتلك مشاعر ولا أحاسيس ..
كانت أكبر غلطة ارتكبتها بحياتي هي عندما فكرت بأن أرتبط بهذا الإنسان الغريب إنسان مكتمل لكنه خال من أي صفة تمتلكها البشرية..
حتى نفسي المعذبة تعبت من الشكوى والآآه..ولم تعد قادرة على التحمل..
أخطأت حين اعتقدت أني بفعلتي هذه سوف أهرب من السجن العائلي الذي كنت فيه..
فرحت عندما دق الباب وتقدم ليأخذني بين ذراعيه.. حلمت به كفارس يمتطي جواده ويجري مسرعاً ليأخذني معه نجوب العالم.. لكني اكتشفت بأني كنت مخطئة ، كان مجرد حلم تمنيته وليس حقيقة..
- كانت تشكو لي والدموع تذرف من عينيها وصعبت علي .. وكنت أقول في نفسي ((ما هذا الحال الذي نرضاه على أنفسنا ما الذي يجبرنا على الهروب من سجن العائلة لندخل سجناً مؤبداً لا مفر منه.. لماذا نسكت ونتحمل ولا نواجه)) .. (كنت أقصد بذلك المرأة بشكل عام)..
مشكلة ضغط الأهـل على أولادهـم يجعلهم يعتقدون خطأً أن الـزواج هو السبيل الوحيد في التخلص من تحكم العائلة حتى ولو كان الاختيار خاطئاً.. خاصة أنـه وفـي بعض الأحيان ليس للفتاة أي حق في اختيار شريك حياتها.. يجب عليها رغماً عنها أن ترضى بأي شخص يرغب بالزواج منها..
فلو قالت لا لقامت قيامتها.. إذ إن والديها يفرضان عليها الموافقة وطبعاً كلامهما لا ينزل الأرض أبداً..
تفكير جاهل حينما يفرض الأهـل ويـقـررون مـن هـو الأنـسـب والأصلح لابنتهم حتى إن تجاوزت السن القانونية بكثير.. تصبح كالدمية بين أيديهم ليس لها رأي ولا خيار بما يخص مستقبلها وحياتها..
والغريب أن البعض من أجل الهروب والتخلص من شبح العنوسة يوافقون على أول شخص فكر بالارتباط بهم.. من دون تردد أو تفكير طالما أن كلامها لن يسمع وليس له أي قيمة .. فهي لطالما حاولت ولكن في الأخير كان القرار للأهل..
فأي مصير ينتظرها بعد ذلك .. فهي إما أن توافق وتعيش حياتها المتبقية مع شريكها الجديد الذي اختاروه لها..
وإما أن تتعذب وتلتزم الصمت وتقول ظل راجل ولا ظل حيطة ((وهنا الحيطة الأهل وقسوتهم عليها))..
فمتى يكون للمرأة حق اختيار شريك حياتها .. ومتى نتخلص من الظلم والجهل والتقليد الأعمى؟.

توزيع المهام والأدوار بين الرجل والمرأة في المجتمع من منطلق مفهوم المشاركة يؤدي إلى فائدة أكبر للمجتمع