

# مجتمعاتهم

## دراسة: الألياف الغذائية قد تحمي الجلد من الحساسية

وجدت دراسة جديدة نشر نتائجها موقع ساينس ديلي أن التخثر الميكروبي للألياف الغذائية في الأمعاء يمكن أن يحمي من أمراض الجلد التحسسية، إذ يلي هذه العملية إنتاج أحماض دهنية تحمي من التهاب الجلد. وقد أعدت الدراسة في جامعة لوزان السويسرية، وتوصلت إلى أن للأحماض الدهنية قصيرة السلسلة فوائد صحية تتجاوز القناة الهضمية، لتتطاول مثلاً الجلد والرئتين والقلب والأوعية الدموية. ونجد الألياف الغذائية في الأطعمة النباتية، من قبيل الخضروات والفواكه والخمائر والبقوليات والحبوب الكاملة.

## تحذير من مشكلات المخدرات نتيجة أزمة أوكرانيا

حذّر المركز الأوروبي لرصد المخدرات والإدمان التابع للاتحاد الأوروبي، ومقره لشبونة، أمس الثلاثاء، من أن الحرب في أوكرانيا قد تخلق «نقاط ضعف جديدة» في أوروبا أمام تجارة المخدرات غير القانونية من خلال إحداث تحولات في طرق التهريب وربما تعريض مزيد من الناس لتعاطي هذه المواد. وأضاف المركز في تقريره السنوي أن كثيرين من الذين عانوا من ضغوط نفسية شديدة في أثناء الصراع قد يكونون أكثر عرضة لمشكلات تعاطي مستقبلات، لافتاً إلى أن أولئك الذين لم يكونوا يتعاطون المخدرات معرضون للخطر كذلك.

# فوضى مناخية محتمة

أن نتحد فيه جميعاً في الكفاح من أجل حياتنا، تمرقنا حروب لا معنى لها وتتفاقم أزمة الطاقة بسبب الحرب الحالية في أوكرانيا، وأوضح أنه «لو كنا استثمرنا بشكل كبير في الطاقة المتجددة في الماضي، لما صرنا الآن تحت رحمة عدم استقرار أسواق الوقود الأحفوري».

(الأناضول)

تؤدي عكساً إلى زيادة الانبعاثات بنحو 14 في المائة في خلال هذا العقد»، وأضاف: «اسمحو لي أن أكون صريحاً بالقول إن معظم التعهدات الوطنية بشأن المناخ ليست كافية، وهذا التقاعس من جانب عدد كبير من حكومات دول العالم سوف تكون له عواقب وخيمة»، وأكد أن «ما يقرب من نصف البشرية في منطقة الخطر، وفي الوقت الذي يجب

أرنولد شوارزنيغر للمناخ»، رؤساء حكومات ورجال أعمال وعلماء وممثلو المجتمع المدني من مختلف بلدان العالم، لتبادل الآراء بشأن أولويات العمل المناخي. وقال غوتيريس إن «نافذة منع أسوأ آثار أزمة مناخ تنغلق بسرعة، والالتزامات الوطنية الرامية إلى صافي انبعاثات صفرية بحلول 2050، سوف

العالم مهتدّ بمواجهة «فوضى مناخية». هذا ما حذّر منه الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريس، لافتاً إلى أن تعهدات معظم الدول بشأن مواجهة التغير المناخي «ليست كافية». جاء ذلك في القمة العالمية النمساوية السادسة للمناخ، أمس الثلاثاء، في العاصمة النمساوية فيينا. ويشترك في المؤتمر الذي يُعقد جزءاً من «مبادرة



(فوتو فالتيسين/ جيتي)

## أطفال أفغان... حرمان من الغذاء فأمرض

كاويول - صحيفة الله صابر

بعدها سيطرت حركة طالبان على الحكم في أفغانستان في أغسطس/ آب من عام 2021، سُجّل تدهور على صعد كثيرة في البلاد، لا سيما مع مئات الآلاف العاطلين من العمل، ومئات الآلاف المواطنين الذين توجّهوا إلى دول مختلفة بحثاً عن الرزق. وبحسب ما أفاد تقرير لمنظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسف)، فإن 97 في المائة من الأفغان يواجهون الفقر الذي نتج عنه مشكلات مختلفة. وفي ظل الوضع المعيشي المتردي في البلاد اليوم، يُعد الأطفال من أكبر الضحايا نظراً إلى تأثيرهم الأكبر بالآزمات، علماً أن الأفغان ينجبون كثيراً بحكم الأعراف القبلية. طبيب آغا جان، أن لثمانية أولاد، كان يعمل في السابق سائقاً في مؤسسة أوروبية وكان يتقاضى راتباً قدره 500 دولار أميركي يستطيع من خلاله تدبير أمور أسرته. لكن انهيار النظام السابق تسبّب في إغلاق المؤسسة أبوابها، وبالتالي صار عاطلاً من العمل. وما أآخره من المال، صرفه في خلال الأشهر الأولى التي لحقت بسيطرة حركة طالبان، إلى جانب المبلغ الذي دفعته المؤسسة لموظفيها عند الإقفال، والذي يساوي راتب ثلاثة أشهر. وبعد ذلك، حاول تأسيس مشروع تجاري، غير أنه خس

فيه. يقول طبيب آغا جان لـ«العربي الجديد»: «ما كنت أتوقع أن يحل بنا كل هذا. لقد تغيرت الأمور فجأة، ومن دون تمهيد انهارت الحكومة وتعطلت الأعمال وبقيت بلا مصدر رزق، فيما أولادي كثيرون. هم ثمانية، أصغرهم طفلة تدعى رويده وتبلغ من العمر ثمانية أشهر، فهي ولدت بعد سيطرة طالبان على كابول». وبعد فشل المشروع التجاري، انضم إلى عمال مياومين كثيرين ينتظرون من يشغلهم. ولا يخفي أنه لا يجد فرصة عمل في معظم أيام الأسبوع، «وفي حال توفرت واحدة يكون العمل شاقاً وفي مقابل ضئيل». وأكثر ما يقلق طبيب هو «وضع أطفال الصغار، خصوصاً رويده التي لا تستطيع أآها إرضاعها في حال لم تاكل كفاية. أما الأولاد الآخرون، ففي بعض الأحيان لا يحصلون حتى على الخبز، من دون ذكر الحليب والبيض وغيرهما من الأغذية التي كانوا يتناولونها قبل انهيار النظام السابق». ويتابع: «واليوم، صار الأطفال يصابون بأمراض مختلفة بسبب عدم حصولهم على التغذية المطلوبة. وعندما أصطحبهم إلى الطبيب، يوصيني بالغذاء الجيد، وهو غير متاح».

المعروف بـ«بولاني»، يُذكر أن أولاد محمد محسن أربعة، أصغرهم ستاً صبي يُدعى فدا محمد ويبلغ من العمر عاماً ونصف عام، ويقول محمد محسن: «أولادي صغار ويحتاجون إلى رعاية كافية وأنا لا أملك شيئاً. زوجتي تعد الخبز في البيت وأنا أخرج لبيعهم. بالتالي أنشغل أنا بالبيع وزوجتي بإعداد الخبز لكن أولادي لا يجدون طعاماً مناسباً لهم». يضيف: «لا أذكر متى طهونا اللحم في البيت للمرة الأخيرة. وإذا أحضرنا الحليب من السوق، نضيف إليه كمية كبيرة من المياه حتى يكفي الجميع»، مؤكداً أن «حياتنا تُضرت بشكل كامل، وصرت أعاني من أمراض نفسية».

## تقرّم بين الصغار

افادت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسف) في يونيو/ حزيران الجاري بأن تزايد الجوع وسوء التغذية بين الأطفال الأفغان مثير للقلق. وبيّنت في تقرير آخر أن أفغانستان من بين الدول حيث معدلات التقرّم الأعلى في العالم بين الأطفال دون الخامسة، ونسبة الأفضال الصغار المصابين بالتقرّم تصل إلى 41 في المائة.

فيهزّم أمام الأمراض إذ يعجز جسمه عن المقاومة». ويشير إلى أن «الأطفال الذين أعينهم بمعظمهم، أمراضهم ناجمة عن ضعف المناعة التي يتسبب فيها عن سوء التغذية»، مشدداً على أن «الوضع في بلادنا كارثي. فالطعام لا يصل بشكل كافٍ إلى الأطفال، علماً أنهم جزء من هذا المجتمع الذي يعاني من أشد أنواع الفقر. وفي ما يخص الأطفال الرضع، فمعاناتهم تكمن بأن أمهاتهم يعجزن عن إرضاعهم لعدم حصولهم على الغذاء المناسب».

وفي هذا الإطار، يقول المتخصص في طب الأطفال، عزت الله حامد لـ«العربي الجديد» إن «سوء التغذية بين الأطفال يُعد أم الأمراض، ويأتي نتيجة عدم حصول الطفل على الغذاء والفيتامينات اللذين يحتاج إليهما، وبالتالي يتعرّض لضعف المناعة وأمراض مختلفة».

