

الحساسية المنزلية



تزداد

في أيامنا هذه معدلات الإصابة بالربو،
وقد دفع هذا الأمر العلماء إلى أن يبحثوا عن
السبب، فوجدوا في كثير من الحالات
أن السبب يعود إلى مواد محسّسة
تتواجد في المنزل أو مكان العمل،
وخاصة عند الأمريكيين الذين
يقضون 30-60% من أوقاتهم داخل
المنزل دون ذكر الساعات الطويلة
التي يقضونها في أماكن مغلقة

أخرى.

إعداد وترجمة: جمانة علي الوائلي

www.alkaleme.com



القدرة على
إحداث أزمات
ربو.

إن الدور الذي يلعبه
العديد من المهيجات
والخطوات المتبعة للتخلص
منها تختلف بحسب
الظروف الشخصية والبيئية،
ويمكن اتخاذ بعض الإجراءات على
كلا الصعيدين، على شكل خطوات متتالية هي:

1. الخطوة الأولى: سهلة نسبياً وغير مكلفة ويمكن
المباشرة بها عندما يشتبه بوجود تحسس
لمادة ما، وذلك بالإكثار من تنظيف المنزل
بالمكنسة الكهربائية (دون أن يقوم بذلك
شخص مصاب بالربو)، والتخلص من الأشياء
التي قد تحوي داخلها أي مادة مهيجة (إذا كان ذلك
ممكناً) ووضع أغلفة محكمة الإغلاق على المخدات.
2. الخطوة الثانية: وهي مكلفة تتخذ عند الأشخاص
الذين يعانون من تحسس لمواد معينة ودون أن
تفيدهم الخطوة الأولى، وتقتضي بإزالة ما لا يمكن
غسله من السجادات والستائر.

3. الخطوة الثالثة: تنظيف أنابيب التهوية والتكييف
باستخدام المنظفات الهوائية والمواد الكيماوية
مثل حمض العفص الذي يغير طبيعة المحسسات،

وتبعاً لهذا الاكتشاف، صب
العلماء جهودهم على استنباط طرق

للسيطرة على هذه المحسسات وبالتالي السيطرة
على نوبات الربو، لأن تحاشي المحسسات هو الطريقة
الأمن والأكثر منطقية وفعالية والمساوية للشفاء عند
كثير من الناس.

وتعتبر أكثر المحسسات والمهيجات شيوعاً في
المنزل هي بق الفراش وأبواغ العفن وغرو الحيوانات
وبقايا الصراصير والدخان (من السجائر والمداخن
والمواقد) والعطور القوية، وذلك دون ذكر أكثر
من 2000 مادة مهيجة تتواجد داخل المنزل ولها

وبنزوات البنزيل الذي يقتل بق الغبار.

ويمكن الاستفادة من بعض المعلومات حول الأنواع المختلفة للمحسسات وكيفية مكافحتها للبداية بذلك:

• عثة الغبار: تعتبر أكثر المحسسات المنزلية شيوعاً، وهي من ثمانية الأرجل المجهرية التي تنتمي إلى فصيلة العنكبوتيات، وهي تعيش بشكل رئيسي في الأقمشة والسجادات وحشوات الأثاث والشراشف والستائر ودمى الفرو، وتفضل الأماكن الدافئة والرطبة، وتتغذى على ما يسقط من جلد الإنسان. يمكن الحد من انتشار عثة الغبار بواسطة التنظيف بالمكنسة الكهربائية، وتغليف الوسائد بالأغطية الكتيمة، والاستغناء عن دمية الفرو، ومكافحة الرطوبة، وإزالة السجادات الحائطية.

• الحيوانات: تعتبر الحيوانات المنزلية سبباً شائعاً من أسباب الربو، وفي مقدمتها تأتي الكلاب والقطط لأنها أكثر الحيوانات الأليفة اقتناءً في المنازل، ويمكن القول بأن أي حيوان ذي فرو يكون سبباً محتملاً للإصابة بالتحسس، وليس الفرو وحده مسؤولاً عن التحسس بل لعاب الحيوان وبوله وإفرازات جلده، وفي هذا تتساوى الحيوانات ذات الفرو الطويل وذات الفرو القصير في إمكانية إحداثها للتحسس إلا في ناحية الحجم، فمن الشائع أن الكلاب ذات الفرو الطويل أضخم من ذات الفرو القصير وبذلك يكون سطح جسمها أكبر مما يلعب دوراً مافماً للإصابة. وأحسن ما يمكن فعله للتخلص

من خطر التحسس

في هذه الحالة

هو التخلص

من الحيوانات

المنزلية بالرغم

من صعوبة

اتخاذ هذا القرار

عند البعض، أما

إذا ثبت وجود

تحسس لدى أحد

أفراد الأسرة فيجب

إخراج الحيوان من المنزل بسرعة

والبدء بتنظيف البيت بعد

ذلك والتركيز على الأماكن التي

كان الحيوان يكثر التردد عليها.

وقد يعتمد البعض إلى تهوية البيت

كوسيلة للتخلص من آثار الحيوان لكن

الدراسات أثبتت أنها وسيلة بطيئة، فالتخلص

من قدرة القطة مثلاً على إحداث تحسس يحتاج 6-8

أشهر من التهوية بعد إخراجها.

• الصراصير: تعتبر هذه الحشرات مصدراً

للتحسس في منازل المدن، فالدراسات تشير إلى

أن أكثر من نصف منازل المدن في أمريكا تحتوي

على صراصير خاصة في الولايات الجنوبية

التي يكون جوها أدفأ

من الولايات الشمالية.

والتخلص من الصراصير

مهمة صعبة، ومهما

كانت إنجازها

تاما يتعين على المرء أن ينظف البيت تنظيفاً شاملاً كي يتخلص من بقاياها.

* العفن: وهو من الظواهر التي تشاهد داخل وخارج المنزل، والقليل من أنواعه يسبب التحسس، ومعظم الأنواع التي تسبب التحسس هي التي تعيش في الأماكن الدافئة والرطوبة فتتنامى في الأقبية والديكورات الداخلية والحمامات، وبذلك فإن العفن يشكل خطراً في البلدان ذات المناخ الدافئ الرطبة ويقل هذا الخطر في البلدان ذات المناخ الحار الجاف. ويمكن التخلص من العفن بإزالة الأوساط التي تتغذى عليها، وحك السطوح التي تنمو عليها، ومكافحة الرطوبة، ومعالجة أماكن نمو العفن بمضادات العفن والمبيضات كمحلول الكلور.

* إجراءات عامة يمكن اتخاذها لمكافحة المحسسات المنزلية:

8. أغلق النوافذ واستعمل مكيفات الهواء خلال فصل الصيف للتخلص من حبوب الطلع والأبواغ.

9. جفف الملابس داخل المنزل كي لا تتلوث بحبوب الطلع في الخارج.

10. حافظ على نظافة المنزل وتخلص

من الغبار بواسطة المكنسة الكهربائية.

11. راقب

المناطق الرطبة في المنزل واحرص على إبقائها رطبة وخالية من العفن.

12. افحص المستلزمات الفصليّة ونظفها قبل الحفظ.

13. بدل منقيات الهواء في أجهزة التكييف حسب ما يوصي به المصنع.

14. استعمل جهازاً مزيلًا للرطوبة عندما يصبح الجو رطباً، واحرص على إفراغه وتنظيفه يوميا.

15. لا تقتن الستائر التي لا يمكن غسلها.

16. إصلاح كافة الثقوب التي يتسرب منها ماء المطر إلى المنزل.

17. إصلاح كافة أنابيب الماء المتضررة في المنزل.

18. أخرج كافة المفروشات التي تتبلل إلى خارج المنزل.

19. إذا كان منزلك يحوي على فراغات بين الجدران وفي السقف فاحرص على تهويتها.

20. قم بتأمين مجرى هوائي واسع داخل البيت.

21. اقتن المخدات ذات الحشوات الصناعية والأغطية العازلة للهواء والماء.

22. لا تستعمل البطانيات التي تحوي على مكونات من الريش.

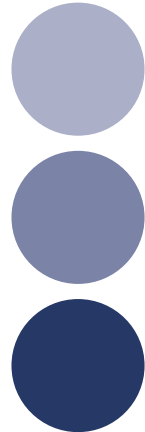


باولا فوردملرتين، تيريسا اودل

يتم إنتاج الشاي الأخضر من أوراق نبات الشاي (كاميليا سينينسيس) الذي يصنع منه الشاي الأسود وشاي الأولونغ (شاي متخمّر جزئياً). ويمتاز الشاي الأخضر على غيره من الأصناف بأنه يحتوي على النسبة الأكبر من البوليفينولات، وهي مواد كيميائية مضادة للأكسدة يعتقد بأنها مفيدة في وقاية الإنسان من السرطان وتصلب الشرايين.

يعتبر نبات الشاي من أحد أنواع الشجيرات دائمة الخضرة، وتبدو أوراقه بمظهر لامع كما يحمل أزهاراً يتفاوت لونها من الأبيض إلى الوردي. ويصل طول هذا النبات إلى (9-12م) أو أكثر في أماكن نموه البري، لكن المزارعين لا يدعونه يطول لأكثر من (1.2م) أو أقل في مناطق زراعة الشاي المنتشرة في الصين والأرجنتين واليابان والهند واندونيسيا وكينيا والملاوي وسريلانكا وتركيا وباكستان وبنغلادش وتركيا. ويتطلب نمو نبات الشاي مناخاً دافئاً ممطراً، وعادة ما يزرع في المناطق المرتفعة.

عندما يبلغ نبات الشاي عمر النضج في عامه الثالث أو الرابع، يتم جني الأوراق وبراعم الأوراق (وهي أكثر أجزاء النبات احتواءً على البوليفينولات)، ثم يصنع الشاي الأخضر من خلال تبخير هذه الأوراق وتحميصها بعد الجني مباشرة، ثم تدخل مرحلة اللف والتجفيف للتخلص من أي أثر للرطوبة.



استعمال العام

يبلغ الإنتاج العالمي السنوي من الشاي 2.5 مليون طن تقريبا، وتشير النصوص التاريخية إلى أن استعمال هذا النبات كمشروب كان معروفا على الأقل في القرن العاشر قبل الميلاد في الصين، بينما يقدر المؤرخون أنه يعود لفترة أقدم من ذلك ليصبح عمر هذا المشروب اليوم ما يقرب من 5000 عام. وهو يعتبر في الوقت الراهن أكثر المشروبات العالمية انتشارا (بعد الماء طبعاً)، وأكثر المناطق العشبية شعبية حيث يتناوله نصف البشرية بشكل يومي منتظم.

إن البولي الفنولات الموجودة في الشاي الأخضر



والتي تعمل كمضادات أكسدة يعتقد بأنها ذات أثر مثبط على نمو الخلايا السرطانية، فقد أدى حقن بعض الحيوانات بخلاصة الشاي إلى تقليل حجم الأورام الخبيثة عندها، ويعتقد بأن هذا التأثير ناتج عن مركب فعال من مضادات الأكسدة ويدعى (EGCG) اختصاراً.

كما تشير الدراسات السريرية الحديثة إلى أن تناول الشاي الأخضر بشكل منتظم قد يؤدي إلى تقليل خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان كالذي يصيب الفم أو الجلد أو البروستات أو القولون أو المعدة أو المستقيم. وفي إحدى التجارب السريرية، تمت معالجة عدد من المرضى المصابين ببؤادر سرطان الفم باستعمال خلاصات الشاي الأخضر والأسود، وكانت النتيجة انخفاضاً بمعدل 38% في عدد خلايا بؤادر السرطان. كما أعلن الباحثون في نهاية عام 2001 أعلن مجموعة من الباحثين عن أحد الأسباب الداعية للاعتراف بالتأثير المضاد للسرطان الذي يحويه الشاي الأخضر، لكن، لا تزال ثمة حاجة لإجراء المزيد من الأبحاث على الإنسان لتوضيح هذا التأثير ومعرفة آليات عمله.

وبالإضافة لما سبق، تلعب مضادات الأكسدة الموجودة في الشاي الأخضر دوراً مفيداً في خفض نسبة الكوليسترول في الدم والوقاية من تصلب الشرايين والإصابة بأمراض القلب

الإقفارية (الناتجة عن نقص كمية الدم الوارد عبر الشرايين بسبب تناقص حجم هذه الشرايين نتيجة لتصلبها). وقد أشارت عدة دراسات إلى الصلة بين قلة الوارد اليومي من الفلافونويدات (وهي من أصناف البولي فنولات) والإصابة بتصلب الشرايين ، ففي دراسة أجريت على مجموعة مكونة من 3400 شارب منتظم للشاي من مدينة روتردام في هولندا، تبين أن تناول الشاي بطريقة منتظمة ولمدة طويلة يؤدي إلى أثر وقائي ضد الإصابة بتصلب الشرايين.

وقد تضمنت (النشرة الأمريكية للتغذية السريرية) عام 1999 دراسة أولية تفيد بأن خلاصة الشاي الأخضر تزيد مستويات الطاقة وتعزز عملية أكسدة الدهون ، وبالتالي فهي أداة مفيدة في عملية ضبط الوزن. وجاء في دراسة نشرت عام 2002 أن تطبيق خلاصة

الشاي الأخضر بشكل موضعي يؤدي إلى الحد من التأثيرات المؤذية التي تحدث نتيجة التعرض لإشعاعات الشمس ، كما أظهرت دراسة أخرى أن استعمال بولي فينولات الشاي الأخضر بشكل موضعي يساعد في الوقاية من الحروق الشمسية.

ولا تقتصر العناصر المفيدة في الشاي الأخضر على البولي فنولات ، إذ تحتوي هذه المادة عدة عناصر كيميائية كالفلور والألمنيوم ؛ حيث يفيد الفلور في مقاومة فساد الأسنان. كما يعتبر الشاي الأخضر عاملاً مضاداً للجراثيم يفيد في الوقاية من التهاب اللثة وتآكل الأسنان من خلال قضاؤه على الجراثيم كالإشريكية القولونية والجراثيم العقدية. ويفيد هذا التأثير المضاد للجراثيم أيضاً في معالجة البخر (النفس الكريه) من خلال القضاء الجراثيم المسببة للرائحة الكريهة.



ويستعمل الشاي الأخضر كدواء عشبي لإراحة المريض من التلبك المعدي، والإقياء، وإيقاف الإسهال. كما يستفاد من تأثيره المضاد للجراثيم في معالجة الالتهابات الجرثومية والجروح.

التحضير

يمكن شراء الشاي الأخضر على شكل أوراق مجففة أو معبأ في أكياس ورقية سريعة التحضير من البقاليات والمصيدليات، وتعرف جودته من خلال قياس الورقة، فيكون الشاي الأخضر الفاخر هو النوع الذي يحتوي على الأوراق الكاملة وبراعم الأوراق. وعلى الرغم من انحصار مصدره في نوع واحد من النباتات، فإن الاختلاف البسيط في تقنيات صناعته (عادة ما يقع الاختلاف في عملية اللف) أدى إلى ظهور أنواع عدة من هذا الشاي.

يجب حفظ الشاي الأخضر في أوعية مفرغة من الهواء للمحافظة على النكهة والحيلولة دون امتصاص الأوراق للروائح والرطوبة، كما يجب حفظه في مكان بارد لمدة لا تتجاوز الأشهر الستة قبل استعماله.

أما الطريقة الأكثر شيوعاً لتحضيره فهي النقع؛ حيث يمزج الشاي الأخضر بماء يغلي، وينقع لعدة دقائق، ثم يصفى النقيع من الشاي ويشرب. ويكفي لكل كوب من الماء أن

نستعمل ملعقة شاي من الشاي الأخضر أو كيساً ورقياً واحداً. وتوجد طريقة أخرى تتمثل في مزج الشاي الأخضر بالماء البارد أولاً، ثم غلي المزيج، ثم تصفية النقيع من الشاي قبل شربه.

إن عملية النقع تقوم بإطلاق الفلافونويدات (وهي بولي فنولات ذات خواص مضادة للأكسدة) من أوراق الشاي الأخضر، وكلما طالبت مدة النقع ازداد تركيز الفلافونويدات المتحررة، على الرغم من أن معظم الفلافونويدات تتحرر في الدقائق الخمس الأولى من عملية النقع، وتجدر الإشارة إلى أن إطالة مدة النقع تؤدي إلى زيادة الكافيين المتحرر أيضاً.

كما تستعمل أوراق الشاي الأخضر على شكل كمادات لمعالجة لسع الحشرات وأنواع التهيجات الجلدية الأخرى، حيث تقطع أوراق الشاي الأخضر وتغلى لمدة 2-3 دقائق، ثم تصفى من الماء وتعصر، وتوضع بعدها على المنطقة المصابة وتلف بضماد. ويتمتع الشاي الأخضر بتأثير قابض أيضاً، مما يفيد في المساعدة على التخلص من منظر العيون المتعبة أو المنتفخة، وذلك باستعمال كمادات الشاي الأخضر.

وبالإضافة لما سبق نذكر التأثير المضاد للجراثيم، إذ يمكن صنع ضمادة لمعالجة

من الأدوية.

التأثيرات الجانبية

يحتوي الشاي الأخضر على مادة الكافيين ، وهي إحدى المواد الكيميائية التي تنبه الجهاز العصبي المركزي مما يسبب شعورا بعدم الارتياح والتهيج وصعوبة النوم والاختلاجات واضطراب ضربات القلب وانخفاض الشهية وتلبك المعدة. لذا يجب التقليل من المعدل اليومي للكافيين المتناول بحيث لا يزيد عن 300 ملغ (محتوى 4-8 أكواب من الشاي المغلي)، أو تناول أصناف الشاي الأخضر المنزوع منه الكافيين.

كما قد تؤدي مادة العفص الموجودة في الشاي إلى الشعور بالغثيان إذا تم تناول الشاي على الريق ، بالإضافة إلى التسبب بنقص في امتصاص الحديد ، لذا يجب على المرضى الذين يعانون من فقر الدم بعنصر الحديد أن لا يتناولوا الشاي الأخضر إلا بعد ساعات من تناولهم لأدويتهم ، ويمكن زيادة امتصاص الحديد أثناء تناول الشاي من خلال تناول الأغذية الغنية بفيتامين (C)؛ كشريرة من الليمون مثلا.

الجروح والخدوش من خلال نقع قطعة من القماش في الشاي الأخضر الساخن ، ثم تعصر وتوضع على مكان الإصابة مع الضغط ، ثم تعاد العملية بعد أن تبرد الضمادة حسب الحاجة.

الاحتياطات

1. الحمل والإرضاع: لقد قامت هيئة الغذاء والدواء الأمريكية بإدراج الشاي الأخضر ضمن قائمة "المواد الآمنة عموما"، ولكن يجب الانتباه إلى أن الحوامل والمرضعات ينبغي أن يقللن من كمية الشاي الأخضر التي يتناولنها وذلك بسبب ما يحتويه من الكافيين ، فهذه المادة تتسرب إلى حليب الأم ومنه إلى الرضيع لتصيبه باضطرابات في النوم. ويتوفر في الأسواق حاليا نوع من الشاي الأخضر تعرض لاستخلاص مادة الكافيين فلا يحوي إلا كمية ضئيلة منها. وينبغي التنبيه هنا إلى ضرورة تقييد الحوامل والمرضعات بإطلاع الأطباء على كميات الشاي التي يتناولنها.

2. القرحة: يؤدي تناول الشاي إلى تشجيع المعدة على إفراز الحموض ، مما يفاقم حالة المصابين بالقرحة ، لذا يتوجب إقلاعهم عن شرب الشاي لهذا السبب.

3. دواء الوارفارين: يجب على المرضى الذين يعالجون بالوارفارين أو غيره من الأدوية المميعة للدم أن يستشيروا الطبيب قبل تناول الشاي الأخضر ، وذلك لأنه يتعارض مع تأثير هذا الصنف

الإصابات الفموية المفاجئة عند الأطفال

إعداد وترجمة عبد العزيز البلري

تعتبر الإصابات الفموية عند الأطفال كثيرة الحدوث وخاصة في ما يتعلق بالأسنان ،
وهي مصدر قلق وإزعاج لدى حدوثها في وقت يصعب فيه الذهاب إلى الطبيب ،
لذا ينبغي الاستعانة ببعض الإجراءات البسيطة ريثما يتم عرض الطفل على
طبيب الأسنان ، وفي ما يلي بعضها :

آلام الأسنان

الأسنان وكن حذرا من أن يصل العود إلى قعر
النخر حتى لا يصاب الطفل بألم شديد ، ثم اجعل
الطفل يتمضمض بماء فاتر عدة مرات ، وبعدها
أحضر قطعة صغيرة من القطن - بحجم النخر -
ورطبها بزيت القرنفل ثم املأ النخر بها ، وهذا
الإجراء يسكن آلام الطفل بشكل مؤقت ريثما
يراه طبيب الأسنان .

قد تكون آلام الأسنان هي أكثر ما يصادف من
الإصابات الفموية المفاجئة ، وتحدث آلام الأسنان
عندما يكون السن منخورا بشدة ، وعادة ما
يكون النخر قد وصل إلى لب السن حيث
توجد أوعية دموية وأعصاب . قم بتحديد السن
المصاب وأزل أي كتلة من الطعام في مكان
النخر باستخدام خيط الأسنان أو أعواد تنظيف

ينبغي التأكيد

على أن مشاكل

آلام الأسنان

لا يمكن حلها حلا

دائما إلا بعرض

الطفل على

طبيب الأسنان

لكي يقدم

له المعالجة

اللازمة .

وإذا ترافق الألم مع الالتهاب ، فضع كيسا من الثلج أو قطعة من القماش مبللة بماء بارد على الخد بحيث تقابل المنطقة الملتهبة في داخل الفم ، واحذر من استعمال الماء الحار ، ويمكنك استعمال بعض مسكنات الآلام المخصصة للأطفال كحل مؤقت وتفضل الحبوب المسكنة في هذا المجال على الشراب لأن تماس المسكنات مع السن أو النخر أو اللثة قد يؤدي إلى عكس التأثير .

وينبغي التأكيد على أن مشاكل آلام الأسنان لا يمكن حلها حلا دائما إلا بعرض الطفل على طبيب الأسنان لكي يقدم له المعالجة اللازمة .

كسور الأسنان

يصادف كثير لدى الأطفال أن تنكسر أسنانهم نتيجة لهو أو شجار ، وينبغي في هذه الحالة أن يعرض الطفل على طبيب الأسنان فورا ، ولكن قبل ذلك يجب تنظيف فم الطفل عن طريق المضمضة بالماء الفاتر والملح ، وإذا كان السن المكسور من الأسنان الدائمة فاحتفظ به دون تنظيف لأن تنظيفه يؤدي إلى تدمير الألياف الرابطة الحية التي تثبته إلى جذره وهي تساعد الطبيب في إعادة السن إلى وضعه السابق ، والكثير من الأسنان من الأسنان التي يعاد زرعها تقوم ب تثبيت نفسها وتعود إلى ممارسة دورها بشكل طبيعي . وإليك في ما يلي الخطوات الواجب اتباعها عند حصول حوادث كسور الأسنان :

1. ضع السن المكسور في كوب من الحليب أو الماء ، ويعتبر الحليب أكثر ملاءمة في هذه المجال لأنه يحفظ الألياف الرابطة بشكل أفضل . وإن لم يتوفر لديك الحليب أو الماء احفظ السن في شاش أو قماش مبلل .

2. نظف الفم من آثار الإصابة بواسطة قطعة من الشاش المبلل بالماء الفاتر ، اجعل الطفل يطبق فكيه وافحص جميع الأسنان للبحث عن أية إصابة أخرى . وإذا وجدت أن أحد الأسنان قد انزاح عن موضعه فأرجعه إلى موضعه الطبيعي بحذر وباستخدام أصابعك . وكي تتجنب حدوث جروح في الجانب الداخلي للخد أو في اللسان ابحث عن أية حافات حادة ناتجة عن الكسر وغطها بقطعة من الشمع .



3. ضع كيسا صغيرا من الثلج أو قطعة قماش مبللة بماء بارد على الوجه بحيث تقابل مكان الإصابة وذلك للحد من الالتهاب ، وأعط الطفل أحد المسكنات.

4. أسرع في نقل الطفل مع سنه المكسور إلى طبيب الأسنان.

أما إذا شككت بحدوث كسر في الفك، أحضر فوطة أو أية قطعة قماش طويلة واربط فك الطفل بحيث تكون العقدة فوق رأسه ، ثم أسعفه إلى المستشفى مباشرة.

التهاب اللثة

إن احمرار اللثة أو التهابها أو تقيحها يعد إشارة تدل على وجود مشكلة صحية ما أو نقص في فيتامين سي أو فيتامين بي. ومن أجل المعالجة المؤقتة اجعل الطفل يتمضمض بالماء الفاتر والملح (نصف ملعقة صغيرة من الملح لكل كأس من الماء)، ويجب أن تتكرر المضمضة كل ساعتين وبعد الطعام وبعد تنظيف الأسنان وقبل النوم. وإذا استمر الالتهاب خذ الطفل إلى طبيب الأسنان.

النزف المستمر بعد قلع الأسنان

يجب على الطفل الذي قلع سنه أن يمتنع عن المضمضة والمضغ والمص لمدة 24 ساعة ويكتفي بتناول السوائل، لأن هذه الأفعال تؤدي إلى إزالة التخثر الذي يغطي مواضع النزيف الحاصل نتيجة قلع السن. لا تصب بالهلع من منظر الدم الكثير الذي يخرج من فم الطفل ففي الكثير من الأحيان يكون الدم ممتزجا بلعاب الطفل مما يعطيه منظر الغرارة ، ضع قطعة صغيرة من الشاش في مكان النزف ثم اجعل الطفل يعض عليها لمدة

إذا كان السن

المكسور من

الأسنان الدائمة

فاحتفظ به

دون تنظيف

لأن تنظيفه

يؤدي إلى

تدمير الألياف

الرابطة الحية

التي تثبته

إلى جذره وهي

تساعد الطبيب

في إعادة السن

إلى وضعه

السابق

نصف ساعة ، وإذا استمر النزف أحضر أحد أكياس الشاي ولفه بقطعة من الشاش وضعه في مكان النزف ثم اجعل الطفل يعض عليه لمدة 30-45 دقيقة ، عندها يبدأ حمض العفص الموجود في الشاي بالتسرب إلى الأنسجة المحيطة بمكان النزف فيقلصها مما يوقف النزف. إذا قمت بكل الإجراءات السابقة واستمر النزف لساعتين أخريين فلا تتردد باستشارة الطبيب.

مشاكل الجسور السنية

عند الإصابة بتخريش في باطن الفم نتيجة نتوء أحد أسلاك الجسر السني يجب ثني السلك الناتئ بلطف بواسطة أداة غير قاسية (خافضة لسان أو قطعة قطن أو ممحاة)، وإذا لم تستطع ثني السلك فقم بتغطيته بقطعة من الشمع أو كرة من القطن وخذ الطفل إلى طبيب الأسنان ليقوم بما يلزم. وإذا اخترق السلك اللسان أو الخد أو اللثة فلا تفعل شيئاً فالذي يقدر على المعالجة هو الطبيب لوحده إلا إذا كان السلك مكسوراً فأزله وراجع الطبيب.

بعد أن يقوم الطبيب بوضع الجسر السني في فم الطفل فمن الطبيعي أن لا يحس الطفل بالارتياح لعدة أيام ، وخلالها إذا أحس بالألم دعه يحتفظ في فمه بماء فاتر مالح لمدة دقيقة - دون مضغ - وامنعه من تناول الأطعمة الصلبة ، كما تستطيع إعطائه بعض المسكنات.

عض الشفة أو اللسان

اضغط على مكان النزف بقطعة من القطن ، وإذا كان موضع العض ملتصقاً بلل قطعة القطن بالماء البارد قبل أن تضعها ، أما إذا استمر النزف فلا بد من إسعاف الطفل.

انحسر الأشياء بين الأسنان

حاول إزالة الأشياء التي تعلق بين الأسنان باستخدام ملقط أو خيط تنظيف الأسنان مع الحذر في استعمال الخيط حتى لا تتأذى اللثة ، وتجنب استعمال الأدوات الحادة أو المدببة. إذا لم تنجح فأسرع إلى الطبيب.



ثلاث طرائق فريدة يساهم
الآباء من خلالها في
تنمية أطفالهم

ترجمة د. علي الحارس

دور الآباء في تربية الأطفال

ودسين كلايرث/ رئيس التحرير السابق لمجلتي "الوالدان والطفل" و"الأم
العاملت"، وهو يدير حالياً ورشات عمل للآباء والأمهات.

عن مجلة ريدرز دايجست الأمريكية

أما ديفيد بايك من مدينة شارلوت في ولاية
كارولينا الشمالية، فيستمتع بقراءة قصة ما قبل
النوم لبناته الثلاث، وما أن تظن زوجته كاتي بأنه
قد أنامهن، تتصاعد فجأة ضحكات ايدان ذات
السنوات الخمس بسبب مزاحها مع والدها،
لتستيقظ أختها هيرون ذات السنوات الثلاث.

الأب: هو صانع الفوضى، وخارق القوانين، ومقتحم
المخاطر. وبشكل عام، هو نقيض الأم، المسؤولة
عن التربية، وصانعة القانون والنظام. لكن الأب،

ويل ماكالبين، طفل يبلغ من العمر عامين
ونصفاً، يحب أن "يساعد" والده، إريك، في
حديقة منزلهما الواقع في مدينة غلين ايلين
في ولاية إيلينوي. فبينما يجمعان الأعشاب الضارة
والأوراق المتساقطة والأحجار في عربة يدوية،
يعلم إريك ابنه الألوان والأشكال، وأحياناً يتوقفان
عن العمل برهة من الوقت لمراقبة الطائرات
والغيوم العابرة. غافلين عن تلوخ حذائيهما
بالوحل وما يتركانه من أثر لأقدامهما عند
عودتهما إلى داخل المنزل.



مهما سبب من فوضى، سيظل يؤدي عملاً سليماً للغاية، فالتصرفات التي يقلدها الطفل عن أبيه، والتي تزجج الأمهات أحياناً، ستساهم بشكل كبير في مهارات الطفل الاجتماعية ونجاحه في المدرسة.

يقول الدكتور كايل برويت، أستاذ علم نفس الأطفال في جامعة يال، ومؤلف كتاب (الحاجة إلى الآباء): "إن تطور الأطفال اجتماعياً وجسدياً وفكرياً يستفيد بشكل كبير من مساهمة الآباء." ويمكن ملاحظة الفوائد الفكرية بدءاً من السنة الأولى من عمر الطفل وامتداداً إلى المرحلة الثانوية، خاصة عندما يتدخل الآباء ومعهم الأمهات في شؤون المدرسة والتعلم.

يرى المختصون أن الآباء يقومون بتشكيل ذكاء الطفل، إضافة إلى أمور أخرى، من خلال ثلاث طرائق مختلفة: في طريقة اللعب، والتعامل مع المواقف اليومية، والتعليم.

1- الأب الفظ الفوضوي

يبدو الآباء بالنسبة للأطفال أشخاصاً نشيطين مزاجيين، فهم يقومون بهز مهود الرضيع أكثر من الأمهات، ويتقلبون على الأرض معهم حين يلعبونهم. كما يلاحظ الطفل بدءاً من الأسبوع الثامن أن هناك فرقاً بين أمه الحامية وأبيه المتحمس.

قام الدكتور مايكل يوغان، الباحث في مجال طب الأطفال، بتسجيل أفلام مراقبة لأطفال في عمر الشهرين، وقد لاحظ، مثلاً، أنهم يظهرون إشارات خاصة من التحمس عندما يقترب آباؤهم منهم، حيث يرفعون أكتافهم وتزيد سرعة تنفسهم وتتسع أعينهم. وفي دراسة أجراها الدكتور أليسون كلارك ستيوارت، أستاذ علم النفس في جامعة كاليفورنيا، على شريحة من الأطفال الذين يبلغون عمر الشهرين، تبين أن ثلثيهم يفضلون آباءهم على أمهاتهم حين يتعلق الأمر بالترفيه والنشاط.

اعتاد تيم أوترمان من ولاية نيوجيرسي على الدخول في مصارعات مع ولديه، تشاد، تسع سنوات، واندرو، ثماني سنوات، وهو يقول: "إن الأمر يتعلق بالعاطفة، لا بالعنف. إضافة إلى أنهما يتعلمان معرفة إمكانياتهما والضوابط



الموجودة". تشير الأبحاث إلى أن هذا النمط من اللعب الأبوي ينشئ مهارات معرفية ويساعد الأطفال على اكتساب تجارب اجتماعية وعاطفية تهيئهم للدخول في بيئة المدرسة: كيفية القيام بالمهام الموكلة إليهم، والتفاوض، وضبط المشاعر وفهمها، والتحلي بالشخصية القيادية. يقول روس بارك أستاذ علم النفس المميز في جامعة كاليفورنيا ومؤلف كتاب (الأبوة): "إن الأطفال الذين يتعلمون هذه المهارات الاجتماعية المبكرة من آبائهم يتواصلون مع أقرانهم بشكل أفضل".

2- الأب كمستكشف وخير

لا أزال أتذكر والدي، رالف، عندما اصطحبني لأول مرة إلى مكان عمله. كان عمري حينها أربع سنوات في ذلك اليوم حين صحتنا مع بداية شروق الشمس، ثم دفع بي والدي إلى شاحنته وتوجهنا إلى بساتين شرق كارولينا

الشمالية. فتننتني حينها هكتارات المحاصيل، والحيوانات الكبيرة، والآلات الزراعية، وتعجبت: كيف يحيط علما بهذه الأماكن؟ وكيف يعرف الطريقة المناسبة للتكلم مع الناس؟ وبطريقتي الطفولية المتواضعة، فهمت ذلك على أن والدي قدم لي تجربة رائدة: لقد أطلعني على عالم يتجاوز



قام الدكتور

مايكل

يوغمان ،

الباحث في

مجال طب

الأطفال ،

بتسجيل أفلام

مراقبة لأطفال

في عمر

الشهرين ،وقد

لاحظ ،

مثلا ،أنهم

يظهرون

إشارات خاصة

من التحمس

عندما يقترب

آباؤهم

منهم ،حيث

يرفعون

أكتافهم

وتزيد سرعة

تنفسهم

وتتسع

أعينهم

جوار بيتنا.

منذ أول لحظات استقبالنا للحياة ، يقوم الأب بإطلاعنا على العالم . تميل معظم الأمهات إلى أن يحملن أطفالهن بحيث تكون وجوههم نحوهم ، وهذا يمنح الطفل إحساساً بالأمان والراحة ، أما الآباء فيعكسون شعور الأمان إلى مشهد أوسع ، حيث يمكنون أطفالهم من رؤية المناظر وسماع الأصوات المحيطة بهم .

عندما يطلب الأب من ابنه أن يساعده في أعمال حديقة المنزل ، مثلاً ، فإنه يفتح المجال لمرور لحظات تعليمية عفوية تتعلق بعلمي الحيوان والنبات . إن الأطفال يقدرّون المعلومات والأمور الجديدة التي تعلموها ، ويؤدي حديثهم حول الأمور الواقعية ما يدعوه المختصون بحديث العملية العلمية إلى إنشاء مهارات الفضول وحل المعضلات الضرورية لتعلم العلوم والرياضيات .

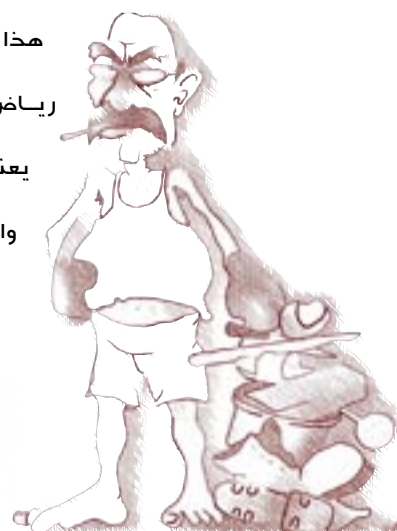
3- الأب كمعلم فريد من نوعه

في الولايات المتحدة الأمريكية ، لا يستطيع معظم الأطفال أن يحصلوا على معلمين خصوصيين ذكور لغاية المرحلة المتوسطة . إن هذا النقص في عدد المعلمين في رياض الأطفال ومدارس التمييزين يعني حرمان الأطفال من الخبرة والكفاءة التي يوفرها الرجل ، وهو

أمر يؤكد على أهمية أن يقوم الآباء بدور فعال في البيت . ومن الأمور التي يتضمنها ذلك : القراءة المشتركة . إن الكتاب الذي يختاره الأب ، وطريقة قراءته له وحديثه عنه ، لهي أمور تؤثر بشكل كبير في تنمية لغة الطفل ، ومهاراته في القراءة ، ومعلوماته العامة ، وذلك تبعاً لرأي الدكتور برويت . يميل الأب إلى تفضيل الكتب الواقعية على الكتب الخيالية ، وقد يختار كتاباً عن الطائرات ، فيعرض ابنه إلى مفردات متنوعة ، ويفتنه بالأصوات الناتجة عن قراءته الرجولية .

يتفق الكثير من المختصين على أن نمط الأب في القراءة يؤثر على المستوى التعليمي ، وقد أشارت دراسة إلى أن الفتيات اللواتي يقرأن أبائهن لهن يتميزن بقدرة عالية الإتقان في استخدام الكلام ، وربما تكون الفائدة التي يجنيها الأولاد أكبر مما هو الحال عند الفتيات . عندما لا يكون للأب نمط مميز في القراءة ، فسيؤدي إلى فهم الأبناء ذلك على أن القراءة ليست نشاطاً ذكورياً . وعندما لا يقرأ الأطفال من أجل المتعة ، فإنهم يتعرضون إلى عرقلة كل من فصاحتهم وعملية تمييز الكلمات والقاعدة المعلوماتية التي يمتلكونها .

كذلك ، توجد فوائد إضافية : إذ أن الأب لذي يعلم ابنه طريقة البناء بالآجر أو رمي الكرة ، فإنه يقوم بإنشاء



المنزل ، في حالة الطلاق مثلاً ، فإن وجودهم في حياة الطفل له وقعه الحيوي.

يقول بيرك: "نستطيع أن نصوغ المقولة التالية: يوجد أزواج سابقون ولكن لا يوجد آباء سابقون ، فنتائج الدراسات التي أجريت على الطلاق واضحة بما فيه الكفاية ، فالأطفال يحسنون التصرف عندما يكون لديهم علم مسبق بأن آباءهم يبالون بما يفعلونه ، كأن يتواصل الآباء المطلقون مع أطفالهم بالزيارات أو الاتصالات الهاتفية أو الرسائل أو البريد الإلكتروني."

يرى بارك أن الآباء والأمهات يختلفون عن بعضهم في الواقع ، وهو يقول: "لكن أساليبهما المميزة في الرعاية تتكامل سوية بشكل ممتاز لتصب في صالح الطفل."



مهارات حركية لديه ، كبيرة كانت أم صغيرة ، إضافة إلى بناء مسارات الإحساس وتنبيه الجسم .

التشجيع على قضاء الوقت مع الأب

تقوم الأمهات أحياناً بإيقاف لعب أطفالهن لدواعي النوم أو الأمان أو النظافة ، ويقترح بارك أن الأمهات يجب أن يخترن الوقت والكيفية المناسبة للقيام بشجار مع أطفالهن . تقول إحدى الأمهات عن زوجها: "إن زوجي شغوف جداً بمحبة بناته ، وأنا لا أريد التدخل ، ففي الحقيقة ، يرتاح قلبي عندما أستمع إلى الضجة التي يحدثونها عند صعودهم الدرج."

كما يجب على الآباء أن ينشعلوا أكثر بأولادهم . يقول بارك: "يجب أن تكون الأبوة شراكة مع الطفل ، لا مجرد حماية . فليختر الأب فعالية ما يؤديها مع طفله ، وسيرى كم سيصبح طفله شغوفاً به."

تقول كارولين ماكالبين: " يعجبني منظر إريك النشيط واستعداده الجسدي في وجود ويل . فحينما يصل إريك إلى الباب ترى ويل يقفز على ظهره " . وتشجيعاً منها لهذا التفاعل ، تقوم كارولين بإخبار زوجها عما يقوله عنه ابنه ويل ، أو أن تعلمه بأن إريك يصبح سعيداً برؤيته ، كما تدافع عن إريك أمام ويل ، وبذلك تقوم برعاية علاقتهما ، وهو دور تلعبه الأمهات بشكل جيد جداً .

حتى عندما لا يعيش الأب مع طفله في نفس

توقفت السيارة على الطريق الجبلي ، إلى اليسار كانت الوديان ممتدة بألوان متدرجة الخضرة ، وعلى الأفق البعيد كانت الشمس الجانحة نحو المغيب تلقي بظلالها الحمراء الداكنة ...

من نافذة السيارة خرجت كامرة تلفزيونية تقتنص بعضاً من جمال الطبيعة وتخبئه في صندوقها السحري ، تعلق بالنافذة المفتوحة ثلاثة صبيان بوجوه حمراء قرمزية ، وبشرة لوحها هواء الجبل البارد ، كانوا يحملون بأيديهم المتخشبة حزمًا من الأعشاب ارتفعت الأصوات متوسلة بركاب السيارة تعرض المتاع البخس ، قال أحد الصبيان :

* أعشاب يا سيدي ، أعشاب طيبة لكل الاستعمالات !

* بكم ؟ أجاب قائد السيارة .

* بعشر ليرات يا سيدي .

* عشر ! لماذا ، هل زرعتها بنفسك ؟

* لا يا سيدي ! إنها أعشاب برية .

* ولماذا تبيعها بعشر ليرات أيها اللص ؟

* لكننا نجمعها يا سيدي ، نخرج منذ الصباح الباكر ، أجاب الصبي الثاني بينما ظل الثالث صامتاً .

* يكفي خمس ليرات

استمر النقاش ، تدخل الراكبان الآخران في المساومة العنيدة ، وعندما لم تتم الصفقة انطلقت السيارة تشق السحب التي كانت تمسد رأس الجبل ، ارتفعت قهقهات الركاب على تعليق أحدهم :

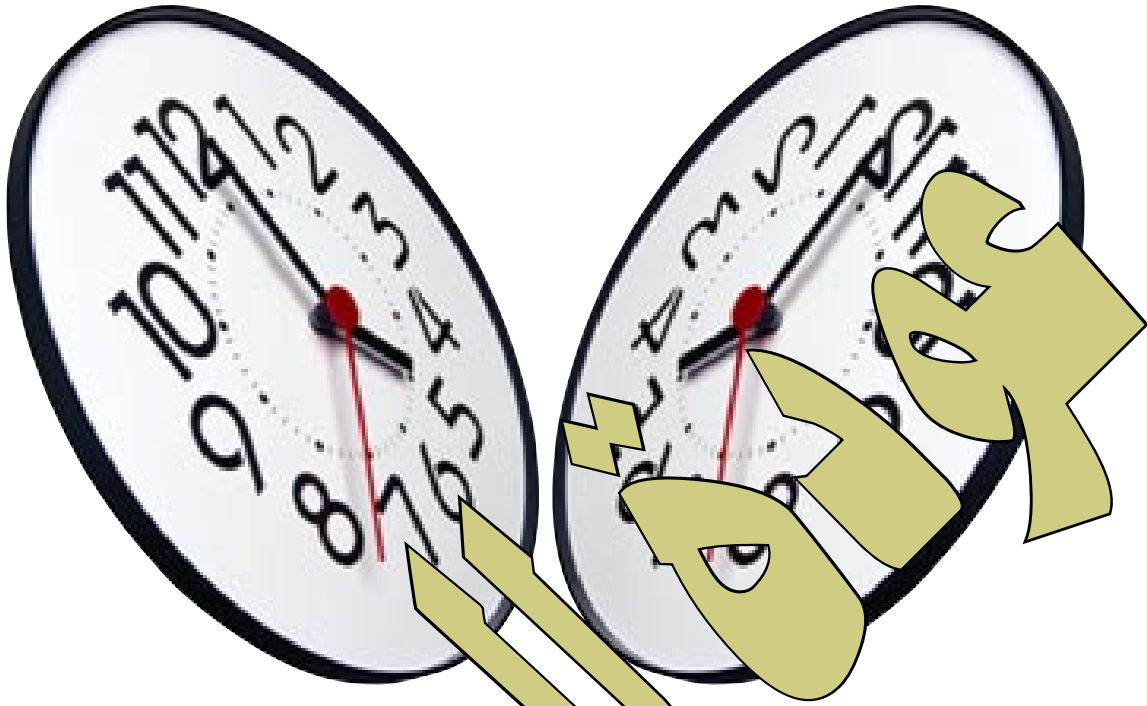
* يا لهم من قروود مزعجة ، بينما كانت القروود تمد السنتها غيظاً من السيارة وراكبها ...

بعد منتصف الليل توقفت السيارة في مركز المدينة أمام أحد المطاعم الفاخرة ، اتخذ الركاب الثلاثة مجلسهم حول إحدى الطاولات ، طلبوا وجبة دسمة ، وقبل أن يبدأوا بتناول الطعام عزفت الموسيقى وارتفع صوت مطربة السهرة صادحاً بالغناء ..

استبد الطرب بالجالسين ، أخذوا يتمايلون على الأنغام الراقصة ... استحوذ الحماس الراقص على الثلاثة ، دارت حمى الانفعال في دمائهم ، غادروا الطاولة المليئة بأصناف الأطعمة وكل منهم يحمل في يده رزمة من الأوراق المالية ...

أخذوا يراقصون المغنية ، وهي تلهبهم بغنجاها الفاضح بينما كانت الأوراق تتناثر على رأسها ، وصدرها ، وكثفها وتستقر تحت أقدامها

خديجة أحمد



مع أن أجهزة الموبايل (الهاتف
النقال) تهدد بالقضاء على أكثر التقنيات
الشخصيات انتشاراً، فإن الساعات تقاوم للعودة
إلى سابق مجدها.

هي تقنية صغيرة تحملها معك أينما ذهبت، وتلعب دوراً في
إبراز شخصيتك والصورة التي ترغب في أن يحملها الآخرون عنك من خلال
نوعيتها وتصميمها. قد تكون من النوع التقليدي شديد التفاصيل، وقد يكون
غلافها الصقيل يخفي في جوفه العديد من التقنيات.

قبل عشرة أعوام كان هذا الوصف ينطبق على ساعات اليد، التي مثلت تمازج الفن مع
التقنية لأكثر من قرن. لكن الوصف السابق نفسه ينطبق اليوم على الموبايلات، والتي تمثل اليوم
أكثر التقنيات الشخصية انتشاراً عند العديد من الأشخاص. والسؤال: هل يستطيع صانعو الساعات أن
يستعيدوا مجدهم السابق؟

خلال الأعوام القليلة الماضية، أجريت العديد من المحاولات من أجل الترويج للساعات، فأضيفت لها
خصائص جديدة فأصبحت مؤهلة لأن تكون هاتفاً أو تلفازاً أو مفكرة شخصية أو غير ذلك، لكن ذلك

لم يفدها بشيء لحد الآن ، ولم تحصل الساعات الجديدة الفائقة على رضى المستهلكين. ويبدو أن المصنعين قد تجاهلوا الحدود العملية الواضحة في الساعات اليدوية ، وفشلوا في استثمار الموقع الفريد الذي تحتله: معصم اليد.

خذ مثلاً المسيرة المتعثرة لمحاولات صنع الهاتف-الساعة الذي يظهر على أيدي بعض الشخصيات الكرتونية، حيث كشفت شركة سواتش السويسرية الرائدة في صناعة الساعات الأنيقة الرخيصة عن نموذج أولي للهاتف-الساعة عام 1998 لكن هذا النموذج لم يشاهد مرة أخرى منذ ذلك الحين ، وكذلك حدث الأمر ذاته لنموذج طرحته شركة سامسونغ عام 2003. وفي كلتا الحالتين تم غض النظر عن النموذجين لأنهما لم يجذبا انتباه المستهلكين ، إذ يبدو أنه من المثير للسخرية أن تضع معصم يدك بجانب أذنك طيلة مدة الاتصال الهاتفي ، وأن تضغط على الأرقام باستعمال أعواد تنظيف الأسنان. وقد حاولت شركة دوكمو اليابانية أن تحل الإشكال الأخير ، فطرحته في الأسواق إنتاجها الأخير

الذي استفاد من وجود حزام الساعة

فطوره ليكون جزءاً منها حيث

يؤدي مده إلى تكوين

هاتف ذي حجم

مقبول ،

لكن

ذلك جعل الساعة ممتلئة القوام ، وانتهى الأمر إلى تكبيد الشركة خسائر جواء ذلك.

مما سبق نستطيع أن نفترض بأن الساعات ليست مناسبة لأداء خدمات الاتصال التي يوفرها الموبايل. ولكن ماذا عن الخدمات الأخرى كتحزين الملفات الموسيقية؟ إن إحدى المعوقات التي تعترض أداء هذه الخدمة أيضا هو الإزعاج الذي تسببه الأسلاك الممتدة من المعصم إلى الأذن ، بالإضافة إلى أن أزرار التحكم يصعب الضغط عليها لصغرها ، وبما أن حجم الساعة ووزنها يراعى فيهما أن يكونا أقل ما يمكن فإن فترة خدمة البطارية لا تنافس مثيلتها عند الأجهزة الأكبر والأكثر تخصيصاً كجهاز آي بود الذي أنتجته شركة أبل ، ونتيجة لذلك فشل تسويق الساعات المصممة

لملفات



الصوتية. كما أدت مشاكل مماثلة إلى وأد المحاولات الرامية إلى تجهيز ساعات اليد بمفكرات شخصية أو كاميرات رقمية أو أية تقنية أخرى.

وبالرغم من ذلك، تتوفر في الأسواق أنواع عديدة من الساعات المزودة بتقنيات غريبة، فمثلاً إذا كنت تريد ساعة مجهزة بتلفاز تشاهد منه برامجك خلال ترحالك اليومي، فقد وفرت لك شركة (NHJ) اليابانية ساعة يد مجهزة بشاشة تلفاز ملونة (1.5 بوصة) لكن بطايرتها لا تدوم لأكثر من ساعة واحدة. أما إذا كنت تريد البحث عن أسلحة الدمار الشامل في العراق وتحتاج إلى كاشف للإشعاعات النووية، فقد أنتجت شركة غاماماستر ساعة تحتوي على مقياس لشدة الإشعاعات النووية. كما توجد ساعات يد تحتوي على تقنيات أخرى كمقياس الأشعة فوق البنفسجية، ومحددات الموقع الجغرافي بالأقمار الصناعية.

إن الساعات
الغريبة
التي

ذكرناها سابقاً لا تجذب إلا طبقة المراهقين، بينما تتطلب إضافة تقنيات الموبايل إلى ساعات اليد أن يتقبل الناس وجود وظائف جديدة لأجهزة اعتادوا على أنها تقوم بوظيفة واحدة فقط وهي تحديد الوقت. إن الملايين من البشر يستعملون أجهزة الموبايل اليوم من أجل إرسال الرسائل والتقاط الصور واللعب، لذا ينبغي على مصنعي الساعات أن يبحثوا عن مميزات جديدة مستمدة من المميزات السابقة للساعات، فعلى سبيل المثال: تعتبر ساعات اليد أسهل وأكثر جاهزية للاستعمال من أي نوع من أنواع الموبايلات ذات الشبكية الواسعة، فاستعمالها يتطلب لحظة واحدة خاطفة دون أن تبحث في جيبك أو حقيبتك. إن حلم مصنعي الساعات يتمثل في اختراع صنف متميز جديد كلياً من الأجهزة الإلكترونية مثلما حصل عند اختراع الآيبود.

من هنا جاء طرح الساعات "الذكية" عام 2004، والتي جاءت مجهزة بخدمة (MSN) من شركة مايكروسوفت، حيث توفر هذه الخدمة باستعمال موجات (FM) وفي أجزاء من أمريكا الشمالية حصراً الحصول الأخبار ونتائج المباريات الرياضية وأسعار الأسهم وغير ذلك من المعلومات المهمة على شاشة ساعة اليد. ويميل الكثير من مستخدمي هذا النوع من الساعات الحصول على معلومات عن مواضيعهم المفضلة على مدار الساعة مما



يمكنهم من متابعة نتائج المباريات الرياضية التي تجري خلال لقاءات العمل مثلا، كما توفر هذه الخدمة تقنية الأخبار العاجلة من ميكروسوفت، بالإضافة إلى الربط المتزامن مع الكمبيوتر الشخصي. لقد تقدمت إلى هذه المبادرة أربع شركات هي: سونتو من فنلندا، وفوسيل من تكساس، وتيسوت وسواتش التابعتان لمجموعة سواتش السويسرية.

لقد كان دعم مجموعة سواتش عاملا مهما جدا في هذا المشروع، انطلاقا من استحواذ هذه المجموعة على 25% من قيمة الساعات المباعة في العالم، وقد تم الكشف عن أن الساعة الذكية القادمة ستحمل علامة تيسوت التجارية، وهنا يشير بيبير مايلار وهو أحد مراقبي صناعة الساعات في سويسرا ومحرر مجلة يوروبا ستار التجارية، إلى أن تيسوت تتربع على قمة شركات صناعة الساعات في سويسرا من ناحية الأرباح، وهي تراعي الخصوصية السويسرية التي تتمثل في النوعية الجيدة دون السعر المنخفض. لذا فإن الساعة القادمة المسماة "هاي تي" والتي ستنتجها شركة تيسوت، ستكلف المشتري 700 دولار، وبالتالي فهي تستهدف طبقة

رجال الأعمال، لا المراهقين. وستحتوي على شاشة رائعة حساسة للمس تذكرنا ببكرة التحريك المميزة في جهاز آيبود.

لا تزال أكثر الساعات الذكية مكنزة الشكل، وذلك من أجل حصر التقنيات الضرورية ضمن هيكل الساعة، كذلك توجد مشكلة الأجر السنوي اللازم لاستمرار تدفق المعلومات، كما تعاني هذه الساعات من مشاكل التقنيات التي تطرح لأول مرة، ومن هذا كله يتبين أن مستقبل هذه الساعات لا يزال غامضا.

لكن مهما تكن المشاكل التي تواجه الساعات الذكية، فإن ساعات اليد لا تزال تحتفظ بميزات هامة في بعض المجالات، فبما أنها تظل مربوطة بمالكها، فإنه لمن الصعب فقدانها مقارنة ببطاقات الذاكرة وذواكر الفلاش، ومن هنا اندفعت شركة (LAKS) النمساوية لتطرح في الأسواق ساعة يد مزودة بذاكرة فلاش كما يخرج من حزامها شريط ينتهي بمأخذ (USB) من أجل ربطها بالكمبيوتر الشخصي، ومع أن هذه الشركة غير معروفة بصناعة الساعات المتطورة تقنيا بل بالساعات الأنيقة، فإن إنتاجها لهذه الساعة مكنها من مضاعفة أرباحها.



ويرى لوكاس الكسندر كارل شيبال مدير شركة (LAKS) التي تحمل الحروف الأولى من اسمه، أن هذه الساعة تنتظر مستقبلاً مهماً في مجال التجارة الإلكترونية. وآخر ما فعله هو أن أنتج ساعة متطورة دعاها "التعامل الذكي"، حيث دمج فيها بين مأخذ (USB) وبطاقة ذكية شبيهة بالتى تتواجد على بطاقات الضمان، بالإضافة إلى واجهة تعامل مع الأنظمة اللاسلكية طورتها شركة فيليبس الهولندية العملاقة. ومن خلال ربط هذه الساعة بالكمبيوتر الشخصي يستطيع المرء أن ينقل مدخراته وبطاقات سفره إلى الساعة دون الحاجة إلى قارئة البطاقات الذكية. وبما أن الساعة تأخذ مكانها على المعصم، فإنها تظل قريبة من متناول اليد، وهذا يجعلها مريحة جداً عند التعامل مع قارئات البطاقات اللاسلكية في مرافق النقل

العامة (كما هو الحال في مدينة لندن). كما يمكن اعتبار البطاقة اللاسلكية المتواجدة داخل الساعة، المكان الأنسب لتخزين النقود الإلكترونية وبطاقات الضمان والسجل الطبي الخاص.

كذلك، تتوافر نفس النظرة المستقبلية لدى شركة سواتش، حيث ترى بأن مستقبلاً مهماً ينتظر الساعات من خلال استعمالها كحافظات نقود لاسلكية، وقد كان لها قصب السبق في ذلك عام 1996 حينما كشفت عن تقنية "سواتش أكسس" اللاسلكية، والتي تم استعمالها في العديد من المجالات، ومنها على سبيل المثال تقنية الدخول إلى مواقع التزلج في المئات من المنشآت السياحية. وقد عادت هذه التقنية إلى خط الإنتاج الأول في هذا العام، حيث تخطط الشركة لصناعة 64,000 ساعة تعمل كتذاكر دخول لملاعب مدينة بيرن لحضور حفل افتتاح الموسم الكروي القادم في يوليو 2006.

بعد ذلك كله: هل من مستقبل مشرق يلوح أمام ساعات اليد؟ يبدو بأن الأيام القادمة وحدها ستتكفل بالإجابة على هذا السؤال.

عن مجلة الايكونوميست
البريطانية





عبث الفالنتين

أظن أن كثيراً من مجتمعاتنا العربية والإسلامية تتفق حول قضية إنسانية واجتماعية خطيرة هي انزواء الحب بمفرداته ووسائله وآثاره عن ذهنياتنا وسلوكياتنا ووعينا ولا وعينا، فقرار حياتنا صار كظواهرها: رتابة، تقليدية، مادية، تكرار، أفعال وردود أفعال متوقعة وبعيدة عن أن تحمل مفاجأة، وكل ذلك، على حساب العاطفة، وكل ذلك .. وهو الأخطر .. ينطلق في أجواء الفصام بين ما يميل إليه العقل والوجدان وبين ما يميله الواقع وضغوطات التقاليد والعادات الاجتماعية.

إن من الأزمات الكبيرة التي قد تصيب الإنسان هي لجوئه (اضطراباً) إلى هذا الحل أو ذاك في استجابته لنداء الفطرة الإنسانية وحاجة طبيعته البشرية كالحب والغريزة والعاطفة والتفاعل مع الأشياء والأحداث، فعندها يكون الإنسان كالموظف في الدوائر الحكومية الذي يؤدي واجباً يجب عليه أن يؤديه ولو كان أداؤه خالياً من كل صور الابداع والتجديد، وهذا في الحقيقة سلوك طبيعي، فإن أي عمل نفسي أو مادي ينجزه الإنسان، دون أن يتفاعل معه (عاطفياً) سيكون نتاجه لا إثارة جمالية فيه والذي قد تتفاعل معه جوارح الإنسان وبعض غرائزه الجامحة لكنه يبقى خالياً من لذة الروح ونشوة الشعور بأنه جزء منه، في حين لو كان عقل الإنسان يحاكي العمل الذي ينجزه في إطار الأحاسيس والعواطف عندها سيكون الإنسان كتلة هائلة من الطاقة تسير بقوة في انجاز العمل، يرافق ذلك مشاهد رائعة من الابداع والحياة.

إن الإنسان الذي لا يعيش: المفاجأة، شاعرية اللحظة، التوقع، فورة الأحاسيس، حرارة العاطفة ونوباتها المراهقة، لذة جنون الحب الذي هو عقل الإيثار وذروته، وصبيانيتها العشق وتغنجها هو إنسان لا يعيش الحب ولا يعيش جوهر الحياة وآفاقها الجمالية، وهو ما يؤدي بالإنسان إلى طريقتين:

أولهما: الرضوخ (استسلاماً) إلى تقليدية الواجب ورتابة انجازه والعيش بأجواء السلوك الجمعي والتي غالباً ما تجبر الإنسان على

حتى نلتقي

تناول الحب من جهة أليته الالتزامية فقط دون الاكتراث بحالمة الحب ونوازعه الروحية المرهفة، وهذه الأجواء عادة ما تكون مربكة لاستقرار وعي الإنسان ووجدانه، فكم نسمع عن زوجين شباباً كانا أم أكبر سناً أنهما قد كرسا كل حياتهما لأولادهما (فقط) ... أو من يرى من الأزواج .. أن القيم التي يؤمن بها ويريد أن يجسدها على الأرض وينشرها في ربوع المعمورة لم تبق له أي وقت للتفكير بعواطفه وأحاسيسه تجاه زوجته .. فهو يضع نفسه في موقع، كما يظن، يعلو على مواقع الآخرين القيمة والانتمائية، أو ما نشاهده غالباً عند أكثر المتزوجين من ان التفاعل مع الحبيب أو الحبيبة يأتي من نافذة (ما يجب) .. (عيب أن لا أفعل) فيكون التفاعل مع شريك الحياة بفعل ضغوط خارجية وليس بدوافع (عاطفية) داخلية، متناسين القاعدة الأساسية للحب والعشق المتجسدة في العطاء، وليس الأخذ والعطاء، فلا طعم للعطاء ولا قيمة له إذا لم يصدر من نفس معطاءة محبة لا تعير اهتماماً للأرقام وتقديرات الآخر ولو كان حبيباً ومعشوقاً، وهذا هو الحب الذي فيه لا يعرف صاحبه إلا أن يحب حبيبه.. ويحمي حياة ذلك الحب ويحفظ توهجه وتألقه عبر الأمكنة والأزمنة.

ثانيهما: الطيش والفوضى والانحراف والتمرد على نفسه التي لم يعد يفهمها والتمرد على الحياة التي لم يستطع الاقتراب منها بينما هي لم تكتشف جوهره الإنساني.

إن عبثية استجابة الإنسان لعاطفته والذي هو اعلان عن عقدة كبت أو نقص أو حاجة أو بحث عن وجود تتجلى في معظم من يعيش عيد الحب (الفالنتاين) الذي لا يعرف منشأه التاريخي وموطن مولده، والظاهر أن بعض المجتمعات العربية التي تحيي هذا العيد هي أيضاً لا تعرف ما أصل هذا العيد حيث أنها في معظمها شعوب ذات نزعة تتجه نحو التقليد في الأمور الشكلية بل وحتى في المسائل العقائدية والتاريخية فكثير من المسلمين يتبنون رأياً في شخصية ما أو حدث ما دون أن يطلع ولو على مصدر علمي واحد.

إننا في الوقت الذي نؤكد أهمية تفاعل الناس فيما بينهم من منطلق التحابب والتوادد وأهمية أن يعيش المتزوجون حياة العشق وغنج الحب وحرارته نشير إلى إن الاحتفالات المتداولة بين أوساط معظم الشباب والشابات في (عيد الحب) هو نوع من الاستخفاف بالقيم الإنسانية للرجل والمرأة كما أنها تمثل هدراً وتعدياً للضوابط الأخلاقية والأداب الاجتماعية، إن المشكلة الأكبر في احتفاليات الفالنتاين تكمن في أنها أصبحت حياً ضد الحب إذ تحولت إلى مناسبة للتحلل وتجاوز الأطار الإنساني للعاطفة بين الرجل والمرأة وبدوافع انفعالية تصور أن مايقوم به الشباب والشابات في مثل هذه المناسبة هو سلوك يعبر عن حياة العواطف والمشاعر ووجودها كما أنه يجسد عمق صلة الإنسان بالواقع الجديد ومواقبة متغيراته... وعليه فإن بعضنا، ومن جديد، قد حول الاختراعات والابداعات الإنسانية الجميلة إلى مناسبات تظاهرية تخدش الفطرة والحياء وتشوه حاجة الإنسان الحقيقية لها من خلال تناولها بشكل مقلوب والتفاعل والتعامل معها بقيم تخلو من الحب والجمال.

محمد طالب الأديب

Aladeeb2004@msn.com

اعلانات

ضمان اڪيد

بمقام اڪيد

اڪيد

اعلانات

معنا لنجاح أفضل