

قد يساعد الايس كريم في زيادة خصوبة الانجاب لدى البعض

بقلم مارلين مارشون
ترجمة نعم فؤاد

يدير عبادة لمعالجة العقم، " ان الاختلاف الشديد في الوزن سواء كان في النحافة المفرطة او السمنة، تزيد من خطورة اي نوع من العقم ". ويقول دكتور زيف روزن واكس، وهو مدير مركز جامعة كورنل ونيويورك لمعالجة خصوبة المتقدمين بالاعمار: "ليس السبب في زيادة الخصوبة هو تناول الاطعمة الدسمة، ولكن قد تكون نتائج الحمية سيئة على الانجاب".

واظهرت الدراسات التي قامت بها جامعة هارفارد والدراسات الفدرالية الطويلة التي شملت 18000 امرأة تتراوح اعمارهن بين 24-42، واللواتي حصل لديهن الحمل او يحاولن ذلك ما بين عامي 1991-1999، ان بينهن 2430 يعانون من العقم يراجع 438 امرأة منهم الاطباء. وقد ارجعت 438 امرأة منهن سبب العقم الى ضعف المبيض.

لقد طلبت هذه الدراسة من النساء اللواتي شملتهن ان يملن استمارة استبيان كل سنتين تذكر فيها نوعية الغذاء المتناول وعدد اوقات تناوله. وقد ظهر ان اللواتي يتناولن منتجات الالبان ذات النسب الدهنية العالية، هن اكثر احتمالاً لتناول الكحول ايضا. لكن بعد ان اجبن طفلا وهن ايضا اقل احتمالاً للممارسات البدنية من اللواتي يتناولن منتجات ذات نسب دهنية واطشة. ويعتقد الباحثون ان هذا هو السبب في عجز المبيض عن افراز البويضات.

فإذا كان على المرأة تناول منتجات الالبان ذات النسب الدهنية العالية، لمحاولة تقوية قابليتهن على الانجاب، فان من الضروري ان تنخفض نسبة الكالوريهات في باقي الاغذية لتجنب الزيادة في الوزن. ويتوجب عليهن ايضا العودة الى تناول منتجات الالبان ذات النسب المنخفضة الدهنية عند ولادة الطفل للحد من تشبع الجسم بالدهون.



عن نوعية الغذاء الذي يتناولن على مدى سنوات. وان لا تكون هذه النتائج معزولة عن التجارب العلمية التي تقوم بدراسة تاثيرات الغذاء على هذا الموضوع.

يقول دكتور جورج شفارو، وهو زميل باحث من جامعة هارفارد ومسؤول هذه الابحاث: "يجب ان لا تدفع فكرة طرح هذه النتائج، النساء على تناول منتجات الالبان بصورة جنونية، لكنه بالتأكيد هنالك احتمال بان تناول وجبة طعام صحية تحوي على نسبة قليلة من الدهون مع تناول وجبة واحدة من منتجات الالبان ذات نسبة عالية من الدهون قد يفي بالغرض. اما الاخصائيون الآخرون ومنهم باتريك رمنغتون، وهو الاخصائي في جاعة ويسكاوسون، فيحذرون قائلين: "ان جرعة واحدة من التشيك من النتائج قد تكون ضرورية للناس" خاصة عندما تكون هذه النتائج غير مؤكدة.

ويعد كل هذا وجدت الدراسة التي قامت بها مدرسة رعاية الرضاعة، ان هرمون سن الياس (مينيوز) يمكن ان يمنع حصول امراض القلب. وظل الاطباء على هذا الاعتقاد الى ان اثبتت دراسات علمية جرت قبل بضعة سنوات عدم صحة هذا الرأي. لا تنطبق نتائج الدراسات الحديثة في معظم حالاتها على العقم الذي يصيب النساء، و ثبت حتى الان ان

قد يساعدك الباحثان بين وجيري على الانجاب و لكن ليس بالطريقة المعتادة، فقد وجد ان تناول الايس كريم بكثرة وباقى منتجات الالبان ذات النسبة العالية من الدهون قد يقلل من خطر حصول احد انواع امراض العقم، وهذا ما اظهرته احدى الدراسات.

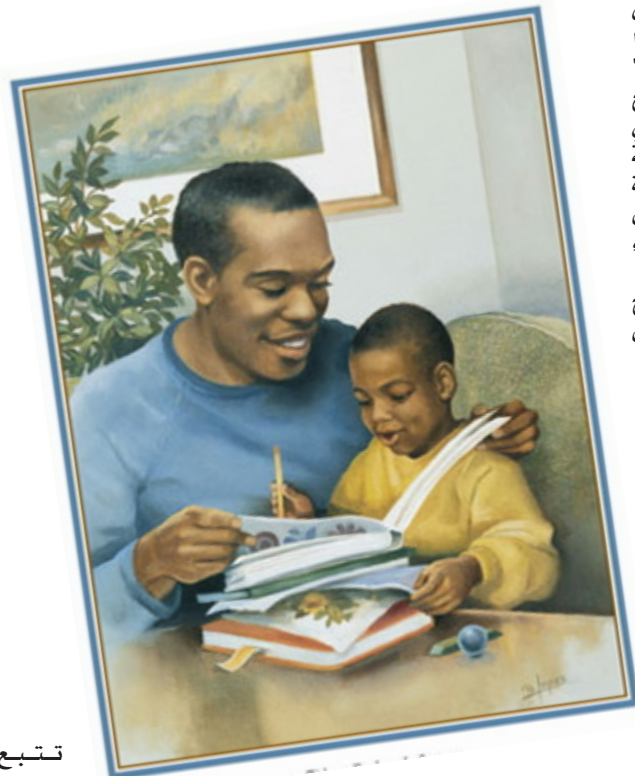
ويقول بعض الاطباء: "نتمنى ان يكون ذلك صحيحا وربما يكون كذلك. لكن هذه النتائج تستوجب الانتباه لانها جاءت من دراسة عن العناية بالرضاعة اجرتها مدرسة الصحة العامة التابعة لجامعة هارفارد التي نشرت في المجلة الأوروبية للتناسل البشري.

لقد وجد الباحثون بان النساء اللواتي يتناولن منتجات الالبان ذات النسبة الدهنية المنخفضة مرتين في اليوم او اكثر، هن اكثر احتمالاً للتعرض لمشاكل الحمل، بسبب قلة انتاج البويضات من اللواتي لا يتناولن هذه المنتجات مرة او اقل في الاسبوع.

وعلى عكس ذلك، فالتنساء اللواتي يتناولن وجبة واحدة في اليوم من منتجات الالبان ذات النسبة العالية من الدهن، كن اقل احتمالاً للتعرض لمشاكل الحمل بنسبة 27% من باقي النساء. وينصح الباحثون النساء بان لا يعولن كثيرا على هذه النتائج المعتمدة على تقارير ادلت بها النساء

الآباء من الطبقة الوسطى ينالون اوقاتاً أكثر لقضائها مع أولادهم

روزماري بينيت
ترجمة: عبد علي سلمان



اشار تقرير صدر اخيراً الى ان الآباء من الموظفين المنتمين الى الطبقة الوسطى باتوا يحصلون على "منح زمنية" كفوادة اضافية لقضائها مع أطفالهم، وهذه المنح التي تهدف الى تحقيق مرونة في العمل اصبحت محصورة بالموظفين من اصحاب المهن الراقية مثل الاطباء والمحامين.

ويقال ان انقساماً طبقياً راح يظهر بين العوائل المسورة من جهة حيث يتناح للآباء الحصول على اجازة ابوة كاملة واوقاتاً منتظمة لرؤية عوائلهم، وبين العمال اليدويين من جهة اخرى الذين الزموا باسبوع عمل تقليدي.

وافادت لجنة الفرص المتساوية ان 80% من الآباء الذين لديهم صبياناً صغاراً من الموظفين اصحاب المهن الراقية او المناصب الادارية العليا

يحصلون على كامل الفرص التي تتيحها ترتيبات العمل المرنة مقارنة بـ 46% من الآباء الموظفين ذوي الخبرة المتوسطة او من العمل اليدويين.

واضافت هذه اللجنة ان اكثر من ثلاثة ارباع الآباء من ذوي الدخل الحسن يحصلون على اسبوعين اجازة ابوة عند ولادة اطفالهم مقابل ثلثين من الآباء ذوي الدخل الواطئ.

وذكر هذا التقرير الذي استند في اوقاسات المخاطر المحتملة اصبح حكراً على الطبقة الوسطى.

وقالت جيني واتسون رئيسة لجنة الفرص المتساوية انه يتوجب على الحكومة التأكيد على ان الاطفال من الطبقة الفقيرة لن يحمو من ترتيبات مرونة العمل وان العوائل ذات الدخل المنخفض لاتزال تكافح للحصول على الرعاية الحكومية للاطفال مثل دور الحضانة ودور رعاية الاطفال على الرغم من ان البحوث اظهرت منافعتها للاطفال.

واضافت ان الآباء من الفقراء اقل قدرة في الحصول على اجازة اسبوعي الابوة عند ولادة اطفالهم رغم رغبتهم بالحضور والمشاركة وستطور موضوعة العائلة لتكون قضية رئيسة في الانتخابات العامة القادمة.

تتبع
مجموع
عنة
اطفال

بلغ عددهم 19000 طفل ولدوا في عام 2000 ان تنامي المشكلات يصبح شائعاً في عمر ثلاث سنوات عندما لا يحصل الآباء على اجازة من العمل عند الولادة، ثم يواصلون العمل بدوام كامل خلال سنوات الطفولة الاولى.

وذكر التقرير الذي كان عنوانه "حالة العائلة الحديثة" ان الامهات من الجامعات العالية الدخل اصبحن المستفيد الرئيس من اجازة الامومة الاضافية ومن ترتيبات المرونة في العمل ومن الاموال المستثمرة في العناية بالاطفال.

وقالت جيني واتسون رئيسة لجنة الفرص المتساوية انه يتوجب على الحكومة التأكيد على ان الاطفال من الطبقة الفقيرة لن يحمو من ترتيبات مرونة العمل وان العوائل ذات الدخل المنخفض لاتزال تكافح للحصول على الرعاية الحكومية للاطفال مثل دور الحضانة ودور رعاية الاطفال على الرغم من ان البحوث اظهرت منافعتها للاطفال.

واضافت ان الآباء من الفقراء اقل قدرة في الحصول على اجازة اسبوعي الابوة عند ولادة اطفالهم رغم رغبتهم بالحضور والمشاركة وستطور موضوعة العائلة لتكون قضية رئيسة في الانتخابات العامة القادمة.

المهاجرون في انكلترا يشغلون 90% من الوظائف المنخفضة الاجور

بقلم ماري جوزيف
ترجمة: فؤاد عبد الجبار

بلد كثافة في السكان بين الدول المنظمة حديثاً الى الاتحاد الاوربي. وتظهر الاحصائيات الرسمية للحكومة البريطانية بان مايقرب من 490 الف مهاجر وصلوا الى بريطانيا منذ عام 2004 يبلغ عدد البولنديين بينهم 300 الف. اما الحكومة البولندية فتقدر عدد المهاجرين البولنديين في بريطانيا باكثر من ذلك اذ يتجاوزون حسب تقديراتها 600 الف مهاجر، وهو ضعف العدد الذي يظهر في الارقام الرسمية. ويستمر الالف محطات حافلات الركاب في لندن والطارات كل اسبوع.

وتتدفق الحشود على الكنيسة في القداسات الثلاث اليومية التي تقام باللغة البولندية اثناء ايام الاسبوع، ويضيف تاديوس: " اني اتمنى ان تستمر هذه الحشود في التزايد رغم يشغلون القساوسة الخمسة الذين يحاولون ان يؤدوا واجباتهم كمراشيم الزواج والتعميد والزيارات المنزلية للمرضى ". وفي قداس الأحد في الساعة 3:00 وقفت مارتا الكوفسكا في الخارج تستمع الى الصلوات من خلال مكبرات الصوت ومعا طفلهما ذو الاسبوع التسعة وابيها القادم في زيارة من بولندا. وتقول مارتا الكوفسكا انها تتحدث الانكليزية والبولندية ولكنها تفضل سماع القداس باللغة البولندية. بعد ذلك انظمت الى زوار الكنيسة في القيو لتناول الشاي والمعجنات البولندية ومنها شرائح شائعة جدا كبيرة من الكيك المحشو بالتفاح.

عن الواشطلون بوست

المنخفضة الاجور، اذ يعملون منظمين وعمال بناء وعمال مطاعم، ويتقديره يشكلون ثلث القوة العاملة للمدينة تقريبا. ويقول ايضا: " ان نسبة كبيرة من اوربا يمارسون الكاثوليكية ". ويقول ميريه كونور: " لقد واجهت الكثيره تحدي في سد حاجات المهاجرين فالبعض منهم اصبح بدون ماري ومستغل ". وفي ايار الماضي قال كونور وهو يعتلي المنبر انه يدعم العضو الذي اصدرته الحكومة على اولئك المهاجرين ممن امضوا فترة طويلة في انكلترا بصورة غير شرعية وقد انفجر المهاجرون الذين كانوا حاضرين في الكنيسة في تصفيق عاصف.

لقد رفع المهاجرون من مكانة الكاثوليك في شمال ايرلندا حيث الخصومات بين الاقلية الكاثوليكية والاكثرية البروتستانتية. فعلى مدى ثلاثة عقود من النزاع المسلح الذي اثار الاشواق على الكاثوليك ضد البروتستانت وترك 3600 قتيل قبل ان يتوقف اطلاق النار بعد المفاوضات. وظهرت التوقعات ان الهجرة المتزايدة مع الزيادة في معدلات الولادات بين الكاثوليك ربما ستجعل سكان ايرلندا الشمالية ينقسمون مناصفة بين الطائفتين.

ويعود هذا التدفق للمهاجرين بشكل عام الى سنة 2004 عندما توسع الاتحاد الاوربي من 15 بلد الى 25. وهذا يعني تدفق العمال من الدول الاعضاء الجدد ثمانية منها من دول اوربا الشرقية الذين يحق لهم العمل في المملكة المتحدة. وتبلغ نسبة الكاثوليك في بولندا 90% وهو اكثر

الاسبوعية. فمنذ ان تخلى الملك هنري الثامن عن الكاثوليكية في القرن السادس عشر، واجهت العلاقة بين الانجليكان والكاثوليك صعوبات شديدة. وتعتبر الملكة اليزابيث الثانية رئيسة الكنيسة في انكلترا ولاتزال القاعدة سارية بان اي فرد من العائلة المالكة سيسقط حقو المتعاقب في العرش اذا ما تزوج من كاثوليكية.

وبانخفاض عدد المترددن على الكنيسة، تحولت بعض الكنائس القديمة والمزخرفة الى شقق وصالات العاب ومقاهي. و كان عدد الذين يحضرون القداسات الاسبوعية في السنوات الماضية من الانجليكان والكاثوليك يقدر بمليون شخص لكل من الطائفتين استنادا على ما ذكره متحدثون باسم الكنيستين. اما الان فقد زادت اعداد المصلين في القوميات الاخرى كما يقول فرانسيس ديفز مؤلف التقرير الجيد الذي اصدره معهد فون هوكل في جامعة كامبرج عن ظاهرة تدفق المهاجرين الكاثوليك.

يقول ديفز ان مايقرب من 500 الف مهاجر كاثوليكي، معظمهم من المتدينين، قد اوجدوا حضوراً هائلاً في الكنيسة، ففي احد كنائس لندن انخفض عدد المترددن عليها الى عشرين شخصاً وكانت تقدم طقوسها باللغة البرتغالية، و فجأة اصبح عدد الحاضرين في قداس يوم الأحد 1400 كما ذكره ديفز.

ويقول الكاردينال كورماك مريه او كونور راعي الكنيسة الكاثوليكية في انكلترا وويلز عندما يناقش هذا الموضوع: " لقد تغير وجه لندن ومعها الكنيسة " وورد ان المهاجرين يشغلون 90% من الوظائف

لندن / يحضرك يوم احد الحيا كنيسة سيدتنا الام والاف كاثوليكي للقداس المقام هناك ، ويجعلون بالكنيسة من جميع اطرافها التي شيدت من الحجارة القديمة حتى انهم نصبوا لاحقا مكبرات صوت خارجها لتمتكن الحشود المندفعة من الاستماع . وتقول دومنيكا مارسا كوفسكا ، الباحثة السابعة والعشرون : انجا حضر قداس كل يوم احد وفي بعض الاحيان اثناء ايام الاسبوع " ودومنيكا مهندسة قدمت من بولندا وكانت من بين الحشود التي تستمع الحيا قداس الساعة 3:00 في الاحد الماضي في يوم زهور من ايام شهر شباط .

تقول مارسا كوفسكا انها تكسب من عملها في مطعم في لندن اكثر مما كانت تكسبه في بلدها بولندا كهندسة معمارية وهي واحدة من الالف المهاجرين الجدد الذين ينتمون الى الكنيسة الكاثوليكية في انكلترا. ان الحماس لدى هؤلاء القادمون الجدد الملتزمين بالعبادة قوي الى الحد الذي دفع بعض المحليين الى القول ان الكاثوليك الان يتفوقون على الانكليكان في ممارسة شعائهم

اعلان

وزارة الموارد المائية
المديرية العامة لتشغيل وصيانة مشاريع الري/ بغداد- الكرادة -
ساحة الفتح/ قرب المسرح الوطني

المنافسة رقم (22) لسنة 2007

(معالجة تآكل شط العرب بمسافة 800 متر من كم 19+200-19+600) ومن كم (21+200-21+600) في منطقة سيحان/ البصرة)

1- تدعو هذه المديرية المناقصين المصنفين الدرجة الرابعة لاعمال الهندسة المدنية لتقديم عطاءاتكم للمناقصة اعلاه.

2- يمكن الحصول على مستندات المناقصة من القسم القانوني في المديرية لقاء مبلغ قدره (50000) خمسون الف دينار) غير قابل للرد.

3- يرفق مع العطاء كضالة مصرفية او صك مصدق بنسبة (3%) من مبلغ العطاء المقدم باسم صاحب العطاء صادر من احد المصارف الموجودة في مركز المحافظة وفي حالة عدم تقديم الكضالة المذكورة يهمل العطاء.

4- يتم تقديم العطاءات بظرفين مغلقين احدهما مرفق فيه صك مصدق او خطاب ضمان نافذ لمدة لا تقل عن ثلاثة اشهر، مع هوية تصنيف الماولين، واعمال مماثلة مع وصل الشراء مع تأييد براءة ذمة من ضريبة الدخل الثاني مرفق فيه جدول الكميات المسعر يوضع داخل صندوق ايداع العطاءات لدى القسم القانوني في او قبل الساعة الثانية عشرة من يوم الاحد الموافق 22/4/2007.

5- على الشركة تقديم عقد وشهادة التأسيس والعنوان الصريح لها.

6- المديرية غير ملزمة بقبول أو طاً العطاءات سعراً ويتحمل من ترسو عليه المناقصة اجور نشر الاعلان.

المدير العام