



Log on for all news and reviews: www.azzaman.com

20-28 Dalling Road, Hammersmith, London, W6 0JB, UK

write to: writers@azzaman.com



السلطانة هيام تحتفل بإطلاق فيلمها الجديد



كيفانج تانليجوج مهمة الإشراف على أزياء نجوم العمل، وقد تم طرح الفيلم بدور العرض السينمائي بتاريخ 13 أكتوبر الماضي.

نو تطريزات ذهبية براقية. يُذكر أن فيلم (جكنيز رجاني) يشارك سليم وكينان بطولته، سرعان كاسكين، جوناى كاراجا أوغلو، الجي آكا، كما تتولى باشاك ديزر زوجة النجم

الكثيرين، مسدلة شعرها الذهبي بشكل زاها انونة وجاذبية، في الوقت الذي نسفت فيه إطلالتها مع طلة كينان في حفل هولندا، حيث ارتدت فستاناً قصيراً من القטיפه

هناك بإطلاق الفيلم أيضاً. صريم اختارت للحلّيل اللون الأسود، حيث تاقت في حفل ألمانيا بطلة جريئة، ارتدت فيها فستان أسود شفاف مكشوف

شريكيها في البطولة، الفنان كينان أميرزالي الشهير (إيزيل)، بالإضافة لعدد من فريق العمل، ومن طارات النجمان إلى هولندا، حيث احتفلا

برلين - الزمان احتفلت الفنانة التركية صريم أوزيرلي الشهيرة (السلطانة هيام) بإطلاق فيلمها الجديد (جكنيز رجاني) في ألمانيا مع

زمان جديد

إعتلال عضلة القلب بسبب سوء التغذية

قبل أن نخوض بالحديث عن اعتلال عضلة القلب بسبب سوء التغذية لابد لنا من تعريفا بسيطاً لها، عضلة القلب هي النسيج الرئيسي المكون للقلب وهي أحد أنواع الخلايا العضلية الثلاثة (عضلات هيكلية - عضلات لمساء والعضلات القلبية) وتقوم العضلة بالانقباض المتكرر بانتظام مدى الحياة، تتمثل الوظيفة الأساسية لعضلة القلب بضخ الدم في الدورة الدموية لتزويد جميع أعضاء الجسم، وتغاني عضلة القلب من أمراض عدة تؤثر في عملها منها نقص التروية ومنها قصور القلب أو اضطراب النظم، ولذا يمكن أن يلحق الضرر بعضلة القلب كثيراً من عادات الحياة السيئة، وسبب سوء التغذية منها ما يكون نقص الحصول في الفيتامين أو الاملاح المعدنية أو ما تقل كفايتها بفعل التسمم أو بفعل الحمية القاسية التي يقوم بها بين الجسم أو بفعل الامان المفرط بتناول الكحول لذلك فان هذا الاعتلال ويكون واضحاً لدى المصاب بسبب نقصان فيتامين B أو نقص الحصول في عنصر البوتاسيوم في مجرى الدم عند بعض الأشخاص الذين يصابون تكراراً بالاسهال المستمر أو الذين يخضعون لعلاج طويل الأمد يعتمد على الادوية المثيرة للبول.

ولهذا تختلف اعراض اعتلال عضلة القلب بسبب سوء التغذية اختلافاً كبيراً جداً، فقد تتمثل بمجرد خفقان القلب بسرعة أو نشاهد على المريض بانتفاخ اليدين والرجلين أو قد يصاب المريض باعراض الاعتلالات التي تصيب ايقاع نبضات القلب كالتخايل العضلي الأديني.

لذلك توجد بعض الأمراض التي من الممكن أن تؤدي أيضاً إلى الإصابة بأمراض القلب عند الإهمال في علاجها كالإصابة بارتفاع ضغط الدم، الداء السكري بنوعيه الأول والثاني واختلال هرموني في بعض الغدد منها الغدة الدرقية. ومن هنا أوصي من خلال جريدتكم الموقرة للوقاية من الإصابة بأمراض القلب بتناول الغذاء الصحي كالخضروات والفاكهة، وتناول الحبوب الكاملة، والابتعاد عن الدهون المشبعة، والابتعاد عن الضغوط النفسية والتدخين، وممارسة الرياضة بشكل يومي جيداً تكون رياضة المشي يوميا لمدة ربع ساعة.



مناف الطائي

باحث علمي عضو المجلة الصحية الدولية

هبوط اضطراري لطائرة بسبب شكوك بدخان لا وجود له



ستوكهولم - الزمان هبطت طائرة سويدية في مطار أرنلندا في العاصمة ستوكهولم بعد إندار بوجود دخان في قمرة القيادة، فيما ذكرت الشرطة أن الطيار كان الشخص الوحيد الذي اعتقد بوجود رائحة دخان. وقال الضابط في شرطة

ستوكهولم أندرش برينغلسون للتلفزيون السويدي: (شعر الطيار بأن هناك رائحة دخان، ولكن لم يكن هناك من خطر). وكانت الطائرة في طريقها من مالو إلى أرنلندا. وقد هبطت من دون أي مشكلة وتم إجلاء جميع الركاب الـ 157 الذين كانوا على متنها، أي شيء).

ارتفاعاً بنسبة 18 بالمئة. وحل الرئيس ترامب في المرتبة 248، وتقدر ثروته التي تراوحت بين 600 مليون، بـ 1.3 مليار دولار. ويقدر ثروته 3.49 ملياراً. ولا توجد نساء في المراتب العشرة الأولى. وتنتقل أثير امرأة المرتبة الـ 13، وهي اليس والتون، ابنة مؤسس شبكة متاجر وول مارت، سام والتون الذي يعني خصوصاً بالفن ويتكرد لانشاقه إدارة أعماله، وتقدر ثروتها بـ 2,38 مليار دولار، وتشمل مجموعة فنية خاصة بتقديراتها المليارات. فيما هاجم مسرب فريق سان انتونيو سبيرز لكرة السلة غريغ بوبوفيتش الرئيس الأميركي دونالد ترامب ووصفه بنجسان بلا روح، الانثين، وذلك بعدما اعتبر الأخير أن سلفه في البيت الأبيض براك اوباما وغيره من الرؤساء السابقين لم يقدموا التمازي إلى عائلات الجنود الأميركيين الذين قتلوا في الحروب.

سميرة سعيد تتألق في حفل الجامعة الألمانية

القاهرة - الزمان أحييت الفنانة المغربية سميرة سعيد حفل الجامعة الألمانية، بمناسبة مرور 15 عاماً على تأسيسها، وسط حضور عدد كبير من الطلاب واصدقاتهم، كما حضر المذيع فادي إبراهيم والعديد من صناع آخر البوماتها (عابرة أعيش). واجمع المراقبون الفنيون على تألق الفنانة المغربية في الحفل بإطلالة سوداء أنيقة، لغت انظار الجميع، وظهرت بقصة شعر مميزة بلمسات رافيلو توما، ووضعت ماكياجاً زاد من جمالها بلمسات علاء التونسي. وافتتحت سميرة سعيد الحفل بأغنية (هوا هوا)، ثم قدمت باقة من أجمل أغانيها وسط هتافات الجمهور، الذين تفاعلوا مع أغانيها بالرقص والتصفيق ثم التقطوا مجموعة صور تذكارية معها في نهاية الحفل.



الأثرياء الأمريكيون يزدادون ثراءً ما عدا ترامب

وصدر هذا الموقف عن ترامب خلال اهاثة الآخرين... والكذب بشأن طريقة تعامل الرؤساء السابقين مع مقتل الجنود، يشكل انحداراً عسيراً مسبقاً، وتابع خريج أكاديمية القوات الجوية لانسون الذي خدم خمس سنوات في سلاح الجو (امامنا رجل في البيت الأبيض كاذب بالفطرة غير مؤهل ذهنياً وعاطفياً ونفسياً لتولي هذا المنصب والعالم باجمعه يعرف ذلك، لاسيما الأشخاص الذين يحيطون به كل يوم).



السنة. وسجل هذا الرقم وهي المرة الأولى منذ 2007 لا يحتل اليسون واحدة من المراتب الثلاث الأولى، كما تشير فوريس، فيما ازدادت ثروته 1.8 مليار دولار وبلغت 3,49 ملياراً. ولا توجد نساء في المراتب العشرة الأولى. وتنتقل أثير امرأة المرتبة الـ 13، وهي اليس والتون، ابنة مؤسس شبكة متاجر وول مارت، سام والتون الذي يعني خصوصاً بالفن ويتكرد لانشاقه إدارة أعماله، وتقدر ثروتها بـ 2,38 مليار دولار، وتشمل مجموعة فنية خاصة بتقديراتها المليارات. فيما هاجم مسرب فريق سان انتونيو سبيرز لكرة السلة غريغ بوبوفيتش الرئيس الأميركي دونالد ترامب ووصفه بنجسان بلا روح، الانثين، وذلك بعدما اعتبر الأخير أن سلفه في البيت الأبيض براك اوباما وغيره من الرؤساء السابقين لم يقدموا التمازي إلى عائلات الجنود الأميركيين الذين قتلوا في الحروب.

توقع

عقوبة جماعية رخيصة

استخدام مصالح الشعب للضغط السياسي، مهما كانت صغيرة أو كبيرة، هو كلمة حق يراد بها الباطل بعينه، وتجسد ذلك في القرار الحكومي بخلق مطارات إقليم كردستان التي كانت تلبى حاجات أكثر من ستة ملايين من العراقيين الكرد وسواهم ولاسيما العرب النازحين في الاقليم. النقل وحريه التحرك مثل الغذاء والماء والكهرباء والصحة، أساسيات حقوق الانسان، لا يمكن أن تدخل كعقوبات جماعية رخيصة بين القوى السياسية. هذه عقوبات جماعية مهما نفقت الحكومة من التصريف، لأن السياسيين لن يتأثروا منها. عقلية الصراع السياسي في العراق تختلف عن اية عقليات في بلدان أخرى، حيث يذهب السياسيون الى قرارات لا يفكرون بها بمصلحة الناس الذين يحسبونهم قطعياً تحت تصرف اهانهم وامزجتهم، لكن السبب في حدوث ذلك التردى هو عدم وجود قوة اجتماعية أو قانونية تقف أمام استهتار السياسيين بمصائر الناس ومصالحهم واعمالهم عند نشوب الخلافات السياسية.

الدول المحيطة بالعراق تدرع عار أن تقوم بخطوة حصار شعب مجاور، لذلك تراها تصرح بين يوم وأخر أن غلق المجال الجوي وخنق الشعب في إقليم كردستان كان مطلب من الحكومة العراقية. أمس اتصل بي مواطن كردي يتعالج في الأردن منذ شهرين وقال إن من العسير عليه أن ينتقل بين أكثر من مطار لكي يعود الى اهله في اربيل، وهو على كرسي متحرك ويعاني جراء عملية جراحية كما ان لا يستطيع أن ينتظر حتى عودة الرحلات الجوية بين عمان واربيل، لأن فلوسه تكاد تنفذ للاقامة، وقال بغفوة: نحن مواطنون يجب أن تفكر بنا الحكومة قبل أن تتخذ قراراتها في غلق المطارات. ثم استدرج: ربما هي فرصة للانتقام منا، وطلب أن نقل شكواه، قلت له: لن نقل شكواك، لا أحد يسمع أحداً اليوم، لا صوت فوق صوت العرقة.

ضحك من شدة ألمه وقال: أنا أيضاً لا أعرف. ثم تابع: قبل يومين عاد صديق كان يتعالج معي في الأردن، وبالغني، انه تعرض للاستهزاء من موظفين في مطار بغداد، قالوا له: من كل علكم تريدون أن تصيروا دولة؟ سكت المتحدث لحظات وقال: صديقي أبلغهم انه كان في غيبوبة بالمستشفى ولم يعرف ما حدث. قلت، هذه تصرفات فردية لأشخاص يطوفون على سطح بحيرة العنصرية الفذرة، وانتم في الاقليم لديكم مثل هؤلاء أرادوا طرد بعض الاهالي العرب من العمارات السكنية في دهوك بعد أحداث كركوك، لكن قوى الامن الكردية انقذت العرب ولاحتفت الكرد المسيئين بشهادة وصلحتني اليوم من اصدقاء عايشوا الحدث. قال الكردي: طول عمرنا نحن أبناء بلد واحد، أسلاك بالله، لماذا قاتلت جندياً في الجيش العراقي عام 1987 في معركة تحرير الفاو اذا كنت كردياً منبذاً... لم يكن ذلك نفس العراق ونفس التراب؟ لم أستطع أن أشرح له كثيراً، سوى أن أقول له، أنت عراقي أصيل، وكردني رانع.

فاتح عبد السلام

fatihabdulsalam@hotmail.com