العرب
الإثنين 2021/09/27
السنة 44 العدد 12192

التدخين السلبي يهدّد صحة الأطفال

كولن (ألمانيا) - حذر المركز الاتحادي للتوعية الصحية من خطورة التدخين السلبي على صحة الأطفال؛ حيث يستنشق الأطفال مواد ضارة مثل أول أكسيد الكربون وسيانيد الهيدروجين.

وأوضح المركز أنه بالنسبة لوزن جسم الطفل فإنه يستنشق المزيد من الهواء، ومن ثم المزيد من السموم، فضلا عن أن الجسم يتخلص من السموم بشكل سيء.

وأضاف المركز أن الاستنشاق المتكرر لدخان السجائر يرفع من خطر إصابة الأطفال بمشكلات الجهاز التنفسي والربو وأمراض القلب والأوعية الدموية. وفي أسوأ الحالات قد يصل الأمر إلى حدّ الإصابة بسكتة دماغية.

الاستنشاق المتكرر لدخان السجائر يرفع من خطر إصابة الأطفال بمشكلات الجهاز التنفسي والربو وأمراض القلب

ولتجنب هذه المخاطر الصحية الجسيمة ينبغي أن تظل الأماكن، التي يتواجد فيها الأطفال، خالية من دخان السجائر، وينطبق هذا بشكل خاص على المنزل والسيارة.

وقال هيرمان جوزيف كال طبيب الأطفال الألماني محذرا من خطورة التدخين السلبي على صحة الصغار، "إنه يرفع خطر إصابتهم بالتهاب الشعب الهوائية أو الالتهاب الرئوي والربو والتهاب الأذن الوسطى الحاد أو المزمن".

وأضاف كال أن التدخين السلبي يرفع أيضا خطر الإصابة بمتلازمة الموت المفاجئ لدى الرضع، ويتسبب في إضعاف جهاز المناعة، ومن ثم يصبح الطفل أكثر عُرضة للمرض بشكل عام.

كما يتسبب التدخين السلبي في بعض المتاعب لدى الطفل مثل اضطرابات النوم والسعال والدوار والصداع وضعف التركيز.

وأظهرت دراسة حديثة أن التدخين السلبي يلحق أضرارا دائمة بشرايين الأطفال ويؤدي إلى إضافة أكثر من ثلاث سنوات مبكرا إلى عمر الأوعية الدموية.

وتزيد هذه الأضرار، والتي تتمثل في تضخم سمك جدران الأوعية الدموية، من احتمال الإصابة بالسكتات القلبية والدماغية في مراحل متقدمة من حياتهم.

وأثبتت الدراسة، التي أجريت على أكثر من ألفي شخص، تتراوح أعمارهم بين ثلاث سنوات و18 سنة، أن الأضرار التي لحقت بهم كانت نتيجة لتدخين كلا الأبوين.

ويقول خبراء إنه لا يوجد مستوى "آمن" للتعرض للتدخين السلبي.

وأظهرت أشعة بالموجات فوق الصوتية كيف أن الأطفال الذين يدخن والداهم تحدث لهم تغييرات في الجدار الخاص بشريان رئيسي يمرّ من أعلى الرقبة إلى الرأس.

ورغم أن الاختلافات في مستوى تصلب الأوعية الدموية للشريان السباتي كانت بسيطة، فإنها أصبحت مؤثرة بعد نحو عشرين عاما حينما وصل الأطفال إلى سن البلوغ، بحسب الباحثين.

ولتجنب هذه المخاطر، ينبغي عدم التدخين في المنزل نهائيا، وليس فقط في ظل وجود الأطفال.

استنشاق الأطفال لمواد ضارة يصيبهم بالأمراض التنفسية

مصر توثق زواج القاصرات لوقف إسقاط حقوق الأبناء

مخاطر عدم توثيق زواج الصغيرات تؤدي لأطفال بلا هوية

يندرج مشروع "حياة كريمة" الذي أطلقته الحكومة المصرية في إطار حملة موسعة لتوثيق الزواج العرفي للقاصرات. ويستهدف هذا المشروع المناطق الأكثر احتياجا حيث وجدت الحكومة أن هناك الكثير من أطفال زيجات القاصرات لا يستفيدون من إجراءات جيدة تنفذها الدولة، وهؤلاء قد يكونون مستقبلا قنبلة مجتمعية موقوتة. ويؤدي عدم توثيق زواج الصغيرات إلى ظهور أطفال بلا هوية.

توثيق زواج القاصرات خطوة نحو ضمان حقوق الأطفال

أحمد حافظ
كاتب مصري

القاهرة - أدركت الحكومة المصرية أخيرا أنه يصعب احتواء أبناء زواج القاصرات عرفيا وحصولهم على حقوقهم القانونية والاجتماعية دون أن تبادر المؤسسات الرسمية بخطوة توثيق هذه النوعية من الزيجات حتى لو تمت خارج إطار القانون وبشكل مخالف للتشريعات، لتحجيم زواج الصغيرات وحرمانهن من استكمال التعليم.

وقد قررت الحكومة إطلاق حملة موسعة لتوثيق الزواج العرفي للقاصرات ضمن مشروع "حياة كريمة" الذي يستهدف القضاء على المشكلات الاقتصادية والاجتماعية والصحية والتعليمية في المناطق الأكثر احتياجا بعدما وجدت أن هناك الكثير من الأطفال لا يستفيدون من إجراءات جيدة تنفذها الدولة، وهؤلاء قد يكونون مستقبلا قنبلة مجتمعية موقوتة.

بدأت الحملة في المناطق الحدودية والقبلية التي تنتشر فيها ظاهرة تزويج القاصرات عرفيا بحكم العادات والتقاليد خشية وصول الأوضاع الأسرية في هذه الأماكن إلى مرحلة يصعب السيطرة عليها، لأن الكثير من الأبناء صاروا محرومين من أغلب الخدمات الحكومية، على مستوى الصحة والتعليم والضمان الاجتماعي، وأغلبهم لا تعترف بهم الجهات الرسمية لعدم توثيق عقود الزواج.

تحمل الخطوة -وفق تصريحات مسؤولين عن المشروع- أبعادا إنسانية واجتماعية، وإن كان القانون يجرم تزويج القاصرات قبل بلوغهن السن القانوني وهو ثمانية عشر عاما، لكنّ الحكومة بدأت تتعامل مع القضية من منظور أن أسر هذه المناطق لا تعترف بفكرة التوثيق ولا تهتم بتعليم أولادها وصحتهم.

ويخشى حقوقيون أن يُفهم التحرك الحكومي على أنه تجميد غير معلن للعقوبة التي سبق وأن تم إقرارها على تزويج القاصرات، فالمجلس القومي للسكان المعني بتوثيق العقود وتسجيل الأبناء تعهد بعدم محاسبة أي رب أسرة أقدم على تزويج ابنته قبل السن القانوني ودعا إلى التعاون مع المجلس لأنه لن يستطيع الوصول إلى أبناء هذه الزيجات بسهولة.

يُحسب على الحكومة أنها عندما قررت توثيق عقود زواج القاصرات وتسجيل الأبناء من هذه الزيجات لم تتحرك في مسارات أخرى موازية لتغيير قناعات الأهالي في المناطق التي تزيد فيها ظاهرة تزويج الصغيرات، ونفي علاقة الدين والسُترة بأن تتزوج الفتاة في مرحلة الطفولة، ولم تقم بحملة توعوية وثقافية واسعة.

يهيمن شيوخ السلفيين على الخطاب الديني في المناطق التي تنتشر فيها ظاهرة الزواج العرفي للقاصرات ويشجعون الأسر على هذه الخطوة بترويج مبررات واهية، من بينها أن الفتاة مكانها المنزل وليس التعليم، وأن تأخر سن زواجها قد يدفعها إلى ارتكاب الخطيئة وأن الدين دعا إلى تقديم مواعيد زواج الإناث دون ارتباط بمرحلة عمرية.

صارت هذه المفاهيم راسخة عند أسر كثيرة، لا تعير عقوبةَ القانون اهتمامًا ولا تعترف بمسألة التوثيق، بل إن أغلب الزيجات يتم الاتفاق عليها شفاهيًا، باعتبار أن الكثير من أرباب الأسر أنفسهم لم يتلقوا أي نوع من التعليم ويعيشون على الفطرة في كل ما يخص تعاملاتهم الاجتماعية، والتوثيق بالنسبة إليهم رفاهية.

وقال عمرو حسن مقرر المجلس القومي للسكان بمصر سابقا إن توثيق عقود زواج القاصرات لا يهدف إلى التشجيع على الظاهرة بقدر ما يعالج مشكلة أسرية متعمقة في المجتمع، ولا يمكن معاقبة الأبناء على أخطاء عائلاتهم، لأن الكثير منهم لم يتم تسجيلهم في أوراق الحكومة، ولا تعترف بهم المدارس والمستشفيات ما يشكل خطورة على حياتهم المستقبلية على أصعدة مختلفة.

وأضاف لـ"العرب" أن "معالجة ظاهرة زواج القاصرات تتطلب تغييرا في الأفكار الأسرية الراسخة عن مزايا التبكير بتزويج الفتاة، وإقناع الأسر بأن المخاطر أكبر بكثير، مثل غياب حقوق الأبناء وعدم وجود مستندات تحفظ حق الابنة أو الابن لو حدث الطلاق، ومهما كان العرف هو السائد فلا بديل عن الالتزام بالقانون، وأن ما يتم حاليا هو معالجة إنسانية لمشكلة خاصة بالأبناء تعاني منها أسر كثيرة".

ويعتقد مراقبون أن المشكلة الأكبر في المناطق التي لا تعترف بفكرة توثيق الزواج في المطلق، وأن العرف سلطته أقوى من القانون في هذه المناطق، والمعضلة أن الحكومة يصعب أن تصطدم بالعائلات في هذه الأماكن، لحسابات سياسية وأمنية واجتماعية، بمعنى أن الحل لا يمكن أن يكون بعيدا عن التوعية ونسف المفاهيم المتوارثة عن الزواج.

ويصعب أن تعالج التشريعات وحدها الأزمات المرتبطة بتوابع زواج القاصرات، بحكم السرية التي تفرضها العائلات على هذه الزيجات، وصعوبة إبلاغ الجيران عنها، وهو ما يتسبب بالتبعية في أن تعاني الحكومة أثناء محاولة الوصول إلى أبناء الزواج العرفي لتسجيلهم، ولا بديل عن بث الطمأنينة في نفوس الأسر كي تبادر من تلقاء نفسها بطلب التوثيق دون خوف.

ويبدو أن الحكومة رأت أن مخاطر عدم توثيق زواج القاصرات كعقوبة للأسر سوف تكون أكبر بعد إنجاب آلاف الأبناء دون إلحاقهم بالمؤسسات التعليمية أو تلقيهم الفحوصات واللقاحات الطبية اللازمة حفاظا على حياتهم، لأنها وحدها من ستتحمل الفاتورة مستقبلا، كما أن عدم التوثيق يضر بالمرأة نفسها ويجعلها بلا حقوق، بغض النظر عن غلظة العرف المطبق.

عمرو حسن
معالجة زواج القاصرات يتطلب تغييرا في الأفكار الأسرية

هالة حماد
المشكلة هي أن المرأة الريفية غالبا ما تكون منزوعة القرار

وقالت هالة حماد استشارية العلاقات الأسرية في القاهرة إن توثيق زواج القاصرات حل مؤقت، لكن المعضلة تكمن في كيفية إقناع الأهالي بأن لجوء الحكومة لتجريمه يستهدف الحفاظ على صحة وحياة ومستقبل المرأة، ما يتطلب حملة قومية موسعة تغير المعتقد الديني الخاطئ وتبحث وراء الأسباب بحيث يتم تحديد خطاب توعوي مرتبط بالمبررات الأسرية نفسها لتعزيز فكرة الإقناع.

وأوضحت لـ"العرب" أن "المشكلة الأكبر في المجتمعات القبلية والريفية هي أن المرأة غالبا ما تكون منزوعة القرار وتستجيب لإرادة أسرتها دون اعتراض خشية المخاطر التي قد تتعرض لها بوصمها بالمتمردة التي تخالف العرف والتقليد والطقوس الأسرية، وهذا يتطلب إعادة تعريف الأهالي أنفسهم بمفاهيم الزواج وضرورة أن يكون قائما على التراضي خشية التصدعات المستقبلية".

موضة

الجينز يكتسي باللون البني هذا الموسم

ميونخ (ألمانيا) - يكتسي السروال الجينز باللون البني في خريف/شتاء 2022/2021 ليضفي على المظهر لمسة جاذبية وتفرّد.

وأوضحت مجلة "Elle" أن الجينز البني يتسم هذا الموسم بمظهر عصري بفضل قصته الانسيابية ذات الوسط العالي، مشيرة إلى أن بعض الموديلات تزدان بنقوش جلود الحيوانات مثل جلد النمر أو الزيبرا لتضفي على المظهر طابعا جريئا يخطف الأنظار.

وأضافت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن الجينز البني يمتاز بتنوع إمكانيات تنسيقه؛ حيث يمكن تنسيقه مع قطعة فوقية بنفس اللون للحصول على إطلالة أحادية هادئة.

ويمكن أيضا الحصول على إطلالة جذابة من خلال تنسيق السروال الجينز البني مع قطعة فوقية تزهو باللون الأخضر؛ حيث تخلق هذه التوليفة تباينا مثيرا يخطف الأنظار.

كما يمكن أيضا تنسيق السروال الجينز البني مع قطعة فوقية تكتسي بالأسود للحصول على إطلالة غاية في الأناقة.

ويعدّ الجينز سيّد الأقمشة من دون أي منازع، فالسروال التقليدي لإطلالات كاجوال يومية هو قطعة أساسية لا تستغني عنها أي فتاة، أما الجينز الواسع فله أكثر من شكل، مثل الضيّق عند الخصر والواسع ثم الضيق قليلا عند الساقين.

وهناك سروال الجينز "الوايد" الواسع من الأعلى للأسفل بشكل مدرّج، وأيضا سروال الجينز الواسع الذي تصدّر منصات الأزياء العالمية، وأصبح الأكثر رواجا في خيارات النساء العملية.

وينصح خبراء الموضة بدرجات لون البني المختلفة، وبالنسبة إلى فصل الصيف، يمكن أن تكون البنطلونات النسائية أو الجينز ذات الظلال الفاتحة من اللون البني أكثر ملاءمة، وبالنسبة إلى الشتاء والخريف، فينصح بالدرجات المتوسطة والمظلمة.

وإذا كانت المرأة قصيرة القامة، فستناسبها البنطلونات أو الجينزات ذات القطع المستقيمة، ومن الأفضل استبعاد الخيارات الفضفاضة تماما لأنها لا تلائمها.

نصائح

نصائح للعناية بالبشرة والشعر في الخريف

دارمشتات (ألمانيا) - يمثل فصلا الخريف والشتاء كابوسا مزعجا للبشرة والشعر؛ حيث تتسبب برودة الطقس في جفاف وشحوب البشرة وفقدان الشعر لبريقه، مما يتطلب عناية خاصة بهما.

وأوضحت بوابة الجمال "هاوت. دي" أنه يمكن مواجهة جفاف وشحوب بشرة الوجه بواسطة مستحضرات العناية الغنية بالدهون كزيوت البشرة والكريمات، التي تقوم على قاعدة "ماء في زيت"؛ حيث تعمل هذه المستحضرات على تكوين طبقة عازلة تحمي البشرة من البرودة من ناحية وتحافظ على الرطوبة من ناحية أخرى، وبالتالي تتمتع البشرة بملمس ناعم كالحرير وتشع نضارة وحيوية.

وأضافت البوابة الألمانية أن الشفاه تفتقر إلى الدهون؛ لذا سرعان ما تتعرض للجفاف والتشقق، ما يفسد مظهرها الجمالي. ويمكن مواجهة الجفاف والتشقق باستعمال مستحضرات العناية، كبلسم الشفاه، المحتوية على مواد فعالة تعمل على ترطيب الشفاه وتمنحها ملمسا مخمليا، مثل عسل النحل وشمع النحل وزبدة الشيا وزيت الزيتون وحمض الهيالورونيك.

ومن المهم أيضا أن تخلو مستحضرات العناية من المواد، التي تتسبب في تهيج بشرة الشفاه، مثل المواد الحافظة والمواد العطرية والزيوت المعدنية والسيليكون.

وينبغي أيضا العناية ببشرة اليد بواسطة كريم يد غني بمواد الترطيب كاليوريا وحمض الهيالورونيك والجليسرين قبل الذهاب إلى الفراش، مع مراعاة وضع طبقة سميكة وارتداء قفازات قطنية وترك الكريم يؤتي مفعوله طوال الليل للحصول على بشرة يد ناعمة كالحرير.

وبدلا من الكريم يمكن تدليك اليد الرطبة بزيت الزيتون أو دهن جوز الهند للحصول على بشرة يد مخملية.

وينبغي أيضا العناية بالأظافر باستعمال زيت أظافر "Nail Oil" يحتوي على مواد فعالة مغذية مثل زيت الأرجان أو زيت اللوز قبل النوم، وذلك للعناية بالجلد المحيط بالأظافر.

ومن المهم أيضا استعمال طلاء مقوّ للأظافر يحتوي على زيت الورد مثلا، وذلك لحماية الأظافر من التقصف.

وللحفاظ على جمال الشعر، تنصح "هاوت.دي" بعدم غسل الشعر بشكل متكرر أو بواسطة ماء ساخن للغاية؛ حيث يتسبب ذلك في فقدان الشعر للرطوبة والنداوة، ومن ثم يصير أكثر جفافا.

ومن المهم أيضا استعمال شامبو يخلو من المواد الاصطناعية مثل السيليكون والكبريتات؛ نظرا لأنها تحرم الشعر من الرطوبة والنداوة.

ويساعد تدليك فروة الرأس والشعر بزيت الزيتون وتركه على الشعر لمدة 3 ساعات في الحصول على شعر مفعم بالصحة ولامع.

ومن المهم أيضا الإقلال من استعمال أجهزة تصفيف الشعر مثل مجفف الشعر ومكواة الفرد ومكواة التجعيد؛ نظرا لأن هذه الأجهزة تجهد الشعر وتتسبب في جفافه وفقدانه لبريقه.