

مكالمة ودية بين كونتي ورئيس إنتر ميلان

كشفت تقرير صحفي، أمس الثلاثاء، عن تطور جديد بشأن مستقبل الإيطالي أنطونيو كونتي، المدير الفني لإنتر، خلال الموسم المقبل. وكان كونتي خرج بتصريحات غاضبة ضد إدارة إنتر عقب انتهاء الدوري الإيطالي، ما أثار الكثير من التساؤلات حول مصيره. ووفقًا لشبكة «سكاى سيورت إيطاليا»، فإن كونتي تحدث مع ستيفن تشانج، رئيس إنتر، أمس الإثنين عبر اتصال بالفيديو خلال مكالمة ودية. وأشارت إلى أن إدارة إنتر ميلان لن تتخذ أي قرار بشأن مستقبل كونتي حتى نهاية مسيرة الفريق في بطولة الدوري الأوروبي.

وكان كونتي صرح عقب مباراة أتلانتا بالدوري الإيطالي: «حصلنا جميعا على القليل جدا من الحماية من النادي، وستناقش ذلك في نهاية الموسم، يجب أن أقابل الرئيس وهو في الصين حاليا».

وأضاف: «لا يعجبني انضمام الناس للانتقادات، يجب أن يكونوا موجودين في الأوقات الجيدة

وأيضاً في الأوقات السيئة وهنا في إنتر لم يكن الأمر كذلك».

أول تصريح من مالك نادي روما حول العرض الكويتي

كشفت جيمس بالوتا مالك روما الإيطالي، وجود عرض من رجل الأعمال الكويتي فهد الباكر لشراء النادي.

وأعلن فهد الباكر على حسابه الشخصي على «تويتر»، أنه تقدم بعرض رسمي لشراء روما. وقال بالوتا، خلال تصريحاته لصحيفة «RomaPress»: «العرض الكويتي؟ هذا ليس صحيحًا، وسيكون لدي كتاب رائع سأصدره عندما ينتهي كل هذا».

وأشارت الصحيفة إلى أن روما سيدخل أسبوعًا حاسمًا، حيث من المتوقع بيع النادي وتبدو مجموعة فريديكين هي الأقرب للاستحواذ عليه.

وكان البكر قد كشف في تصريح سابق أن قيمة شراء النادي الإيطالي تقارب ٤٠ مليون يورو، سيتم توفيرها عبر مجموعة من رجال الأعمال والمستثمرين.

باليرمو تنفخ الروح في تنس السيدات

استؤنفت فعاليات تنس السيدات مجددا، الاثنين، عبر انطلاق منافسات بطولة باليرمو الإيطالية. وبدأت تصفيات بطولة باليرمو، السبت، تزامنا مع الإعلان عن إصابة لاعبة بكورونا، دون الكشف عن هويتها، وذلك لدى وصولها إلى صقلية، مما أجبرها على الانسحاب.

وجرت المنافسات الاثنين، وسط درجة حرارة عالية بلغت ٢٣ درجة مئوية، ودون حضور جماهير، حيث تبادلت اللاعبات المصافحة بواسطة المضرب، ودون حدوث تلامس بالأيدي.

ويعد بطولة باليرمو، سيستمر موسم الرابطة العالمية للاعبات التنس المحترفات، عبر بطولة التنس الأسبوع الثاني من أغسطس، ثم تنطلق فعاليات بطولة أمريكا المفتوحة، دون جمهور، يوم ٢٦ من الشهر الجاري. أما منافسات الرجال فستعود يوم ١٢ أغسطس/أب من خلال بطولة سينسناتي، التي ستقام بعد نقلها إلى نيويورك.

تهمة مرسيدس الوردية تجرح كبرياء ريسنج بوينت

وصف البعض سيارة ريسنج بوينت بأنها «مرسيدس الوردية» لأنها تشبه سيارة الفريق الفائز باللقب العام الماضي، لكن الفريق الذي يتخذ من سيلفرستون مقرا له رد بقوة قائلًا إن هذا الاعتقاد خاطئ تماما. وقال مسؤولو ريسنج بوينت إن هناك بالفعل بعض التشابه لكنها أكدوا على أحقيتهم في الحصول على المزيد من الاحترام.

ولم يكشف مشرفو بطولة العالم فورمولا ١ بعد عن موقفهم بخصوص سيارة ريسنج بوينت، لكن فريق رينو المنافس تقدم بثالث احتجاج ضد شرعية السيارة الوردية بعد سباق جائزة بريطانيا الكبرى يوم الأحد.

وقدمت رينو باحتجاج ضد ريسنج بوينت في آخر ٢ سباقات، اعتراضا على فتحات تهوية المكابح التي أصبحت من «الأجزاء» التي ينبغي على الفرق تصنيعها في ٢٠٢٠. واتهمت فرق مؤيدة لرينو، مثل مكلارين، ريسنج بوينت بالتعدي على الروح الرياضية وترغب في وجود لوائح مستقبلية لاستبعاد تصميم سيارات مشابهة. ومن المرجح اتخاذ قرار بخصوص شرعية السيارة في غضون أسبوع.

ولم يكن تصنيع فتحات تهوية المكابح مسؤولية كل فريق العام الماضي، عندما صمم فريق ريسنج بوينت سيارته على طريقة مرسيدس بدلا من رد بول.

وتزود مرسيدس ريسنج بوينت بالمحركات وصندوق التروس في الوقت الحالي.

وأظهرت سيارة ريسنج بوينت سرعتها الفائقة خلال الموسم الجاري، وشغلت السيارتان الصف الثاني في سباق المجر، ويعتقد جرين أن البعض بات ينظر إلى فريقه كتهديد للفرق الكبرى والأكثر ثراء. وتعود ملكية ريسنج بوينت، الذي سيرعف باسم أستون مارتن العام المقبل، بكونسورتيوم كندي بقيادة الملياردير لورانس ستروال، الذي ضح مبالغ لتدعيم الفريق الذي قدم مستويات مذهلة عندما كان ينافس باسم فورس إنديا.

كورونا يعمق أزمة دوري البيسبول الأمريكي

أعلن فريق سانت لويس كاردينالز الأمريكي للبيسبول، إصابة سبعة من لاعبيه بعدوى فيروس كورونا المستجد (كوفيد١٩-)، وبالتالي تأجلت مواجهة من أربع مباريات للفريق أمام بيترويت تايجرز.

وجاء ذلك استمرارا للكبوات التي يواجهها دوري البيسبول الأمريكي للمحترفين (إم.إل.بي)، بعد أن واجهت المسابقة صعوبة كبيرة في استئناف المنافسات بسبب انتشار حالات العدوى بين اللاعبين وألقم الفرق . وكشفت الفحوص أيضا عن انتقال العدوى لسنة من إداريي فريق كاردينالز.

وكان من المفترض أن يبدأ كاردينالز مبارياته أمام بيترويت اعتبارا من امس الثلاثاء، لكن تقرر التأجيل ولم يجر الإعلان عن موعد جديد للمواجهة.

وأعلنت رابطة الدوري أن فريق كاردينالز يخضع للعزل منذ يوم الخميس الماضي وسيظل في ميلواكي حيث يخضع لاعبوه للفحوص بشكل يومي.

ليكرز يضمن صدارة القسم الغربي بدوري السلة الأمريكي

قدم أنطوني ديفيز عرضا مذهلا ليفوز لوس أنجلوس ليكرز ١١٦-١٠٨ على يوتا جاز، ويضمن صدارة تصنيف القسم الغربي في الأدوار الإقصائية بدوري كرة السلة الأمريكي.

وسجل ديفيز ٤٢ نقطة واستحوذ على ١٢ كرة مرتدة، وأضاف ليبرون جيمس ٢٢ نقطة ومرر تسع كرات حاسمة، فيما أحرز دوايت هاوارد ١١ نقطة، ليحقق ليكرز فوزه الثاني مقابل هزيمة واحدة منذ

استئناف الموسم بعد توقف طويل بسبب جائحة كوفيد ١٩، وجاءت الهزيمة الوحيدة لفريق ليكرز، المرشح للمنافسة على اللقب أمام تورونتو رابتورز المدافع عن اللقب يوم السبت الماضي. وسجل دونوفان ميتشيل ٢٢ نقطة، منها ٢١ نقطة في النصف الأول، وأضاف مايك كونلي ٢٤ نقطة لكن جاز خسر للمرة

الثاني على التوالي بعدما فاز في مباراته الأولى بعد استئناف الموسم يوم الخميس. واستفاد ليكرز (٥-١٥) من ٤ نقطة متتالية قرب نهاية الربع الثالث ليعوض تأخره إلى تقدم ٨١-٧١ وانتهى هذا الربع بتسجيل ليكرز ١٩ نقطة مقابل خمس نقاط للمنافس.

وخاض ليكرز ثلاث مباريات قوية منذ استئناف الموسم بعد التوقف منذ مارس آذار، حيث فاز على غريمه لوس أنجلوس كليبرز المصنف الثاني بالقسم الغربي يوم الخميس قبل أن يخسر أمام رابتورز المصنف الثاني في القسم الشرقي.

ودخل جاز مواجهة ليكرز بينما كان يتقاسم المركز الرابع في القسم الغربي، لكن الهزيمة جعلته يتراجع إلى المركز الخامس خلف هيوستون روكتس.

جراحة جديدة تهدد مشاركة ماركيز في سباق التشيك

خضع مارك ماركيز بطل العالم للدرجات النارية لجراحة جديدة الاثنين لاستبدال شريحة معدنية عقب إصابته بكسر في الذراع في السباق الافتتاحي للموسم في ١٩ يوليو/ تموز مما يثير الشكوك حول مشاركته في جائزة التشيك الكبرى يوم الأحد.

وقال فريقه هوندا إن المتسابق الإسباني سيبقى في مستشفى في برشلونة لمدة ٤٨ ساعة قبل الخروج.

وقال الطبيب تشابيير مير في بيان «خضع مارك ماركيز لجراحة قبل ١٢ يوما واليوم عاد لغرفة العمليات».

وزاد «الجراحة الأولى كانت ناجحة ولكن الأمر غير المتوقع أن الشريحة لم تكن كافية».

وأضاف «الضغط الزائد على منطقة الجراحة تسبب في بعض الضرر لذا تم اليوم إزالة الشريحة واستبدالها بأخرى ثابتة ولم يشعر المتسابق بألم خلال هذه العملية».

وتقام جائزة التشيك الكبرى في برنو حيث سيسعى الفرنسي فابيو كوارتارو ومتسابق ياماها لتحقيق فوزه الثالث في ثلاثة سباقات.

وحاول ماركيز العودة في السباق الثاني بالموسم في خيريس يوم ٢٦ يوليو/ تموز الماضي لكنه انسحب دون خوض التجارب التأهيلية يوم السبت.

مانشستر يونايتد يمنح سانشير مجانا لإنتر ميلان

كشفت تقرير صحفي، الاثنين، عن اقتراب إنتر ميلان من التعاقد مع التشيلي أليكسيس سانشير، مهاجم مانشستر يونايتد، بشكل نهائي مجانًا. فقد ذكرت شبكة «سكاى سيورثس» الإيطالية، أن البراتزوري اتفق مع سانشير الذي لعب له على سبيل الإعارة على توقيع عقد لمدة ٢ مواسم، براتب سنوي يبلغ ٧ ملايين يورو. وأشارت الشبكة إلى أن سانشير، فسُخ عقده مع مانشستر يونايتد بالتراضي. وأوضحت أن هذا الاتفاق سيوفر للشياطين الحمر ٦٠ مليون يورو، بينما لن يضطر إنتر ميلان لدفع ١٥ مليون يورو كقيمة للصفقة.

وكان سانشير قد انضم لإنتر على سبيل الإعارة، الصيف الماضي، وشارك في ٢٢ مباراة بالكالتشيو، حيث سجل ٤ أهداف وقدم ٩ تمريرات حاسمة، وذلك رغم غيابه لفترة طويلة بسبب الإصابة.

أسباب حموضة المعدة وطرق العلاج

يعاني كثيرون بعد تناول وجبات الطعام من حموضة المعدة ما يفسد عليهم باقي اليوم؛ حيث إنها من الأمراض الشائعة، وتظهر في شكل حرقة تصيب منطقة المعدة والبطن وصولا إلى الصدر. ويصاب الإنسان بحموضة المعدة، نتيجة ارتجاع أحماض المعدة إلى المريء؛ لعدم قدرة العضلة العاصرة للمريء على الانقباض والإغلاق فور مرور الطعام، كما يتسبب فتح الحجاب الحاجز أيضاً في الإصابة بحموضة المعدة، نتيجة ارتداد الحمض.

ويشخص مرض الإنسان بحموضة المعدة في حال إصابته بها مرتين أو أكثر في الأسبوع الواحد أو عدم الاستجابة لعلاج حموضة المعدة من مضادات حموضة وغيرها من الأدوية التي تهدف إلى التقليل من الأعراض في المقام الأول.

وتساعد العديد من الاختبارات والفحوصات الطبية على تشخيص حموضة المعدة التي منها اختبار مراقبة الحموضة. إضافة إلى منازير المعدة والأشعة السينية التي تكشف عن وجود أي قرح أو إصابة المريء بالضيق.

أعراض حموضة المعدة: لحموضة المعدة أعراض واضحة عدة تميزها عن غيرها من الأمراض الباطنية، واليك أشهرها:

- حرقة المعدة، يُصاب المريض بألم حارق ومزعج يبدأ من منطقة المعدة مروراً بالبطن والصدر، وينتهي إلى منطقة الحلق.

- يعاني المرضى من مذاق حامض وممر في منطقة الحلق والقم. إضافة إلى عسر البلع والإحساس كأن الطعام عالق في منطقة الحلق، فضلاً عن الإصابة بالفواق أو "الزغطة".

- الانتفاخ والتجشؤ، إضافة إلى ظهور قطرات دموية في أثناء التبرز أو القيء.

- قد يصل الأمر في بعض الحالات إلى الإصابة بالغثيان وفقدان الوزن الشديد.

أسباب حموضة المعدة: بخلاف ضعف عضلة المريء، والإصابة بفتق الحجاب الحاجز؛ هناك العديد من الأسباب التي تقف وراء الإصابة بحموضة المعدة التي تتمحور معظمها في اتباع عادات غذائية أو صحية خاطئة اليك أشهرها:

- استهلاك كميات كبيرة من السجائر والكافيين والكحوليات التي تنعكس سلباً على عضلة المريء مسببة ارتجاعها.

- تناول كميات كبيرة من الطعام دفعة واحدة والاستلقاء وعدم الحركة بعدها مباشرة.

- الإجهاد والعضوط النفسية المتكررة تلعب دوراً كبيراً في مضاعفة خطر الإصابة بحموضة المعدة.

- زيادة الوزن أو السمنة المفرطة، التي تسبب في تراكم الدهون في الجسم، خاصة منطقة البطن تسبب في الضغط الشديد على المعدة وأضعاف العضلة القابضة للمريء (صمام الفؤاد) مع مرور الوقت، تناول الأطعمة اللدسة الغنية بالسعرات الحرارية والدهون التي تحتاج إلى وقت طويل لإتمام عملية الهضم.

- تتسبب بعض أدوية الاكتئاب، بواسطة العضلات، أدوية ضغط الدم، والربو، إضافة إلى

الإيبوبروفين والإسبرين بالإصابة بحموضة المعدة.

- الإصابة بعدوى بكتيرية، خاصة بكتيريا 'هليكوباكتر بيلوري'، أو 'H بيلوري' التي تتسبب في إنتاج حمض المعدة بسرعة كبيرة وكميات مضاعفة لتتسبب في النهاية بالإصابة بحموضة المعدة. طرق علاج حموضة المعدة: تتنوع طرق علاج حموضة المعدة باختلاف شدتها؛ فالكثير من الحالات تتطلب تناول الأدوية للتحكم في أعراض المرض، بينما يناسب البعض الآخر اتباع وصفات منزلية مع تغير في نمط الحياة واتباع نظام غذائي صحي.

علاج حموضة المعدة بالأدوية: تتنوع طرق علاج حموضة المعدة بالأدوية التي تساعد جميعها على التخلص من أعراض المرض، وينصح الأطباء بعدم الجمع بين أكثر من نوع من مضادات الحموضة أو الأدوية الأخرى.

مضادات الحموضة: من أشهر الأدوية لعلاج حموضة المعدة التي تتخذ العديد من الأشكال، كالحبوب القابلة للمضغ والشرب، والتي يحتوي معظمها على مادة هيدروكسيد المغنيسيوم وهيدروكسيد الألومنيوم التي تساعد في التخلص من أعراض حموضة المعدة.

وتُعد Riopan ، Alka-Seltzer ، Maalox ، Mylanta ، Rolaidس من أشهر مضادات الحموضة التي يمكن تناولها دون أي وصفات طبية.

وينصح الأطباء بعدم الإفراط في تناول مضادات الحموضة؛ لكونها قد تتسبب في الإصابة باضطرابات المعدة التي تتمثل في الإسهال، الإمساك، الانتفاخ، والتجشؤ.

يضاف إلى ذلك العديد من الأدوية الأخرى التي تتطلب وصفة طبية التي تعمل في الأساس على تقليل كمية الأحماض التي تنتجها المعدة، والحد من ارتداد الحمض، وتفرغ المعدة بشكل أسرع؛ وتشمل قائمة الأدوية على: Tagamet.Pepcid. Reglan Aciphex.Prevacid. Gaviscon.

علاج حموضة المعدة بالوصفات المنزلية: وتبعب الوصفات والعلاجات المنزلية في حالة إذا كانت أعراض المرض تتراوح بين المتوسطة والقليلة. اليك أشهر الطرق المجرية للتخلص من الأعراض المزعجة لحموضة المعدة:

علاج حموضة المعدة بالأعشاب: يحتوي العديد من الأعشاب على عناصر طبيعية تساعد في تهدئة المعدة والتخلص من الحرقة وانتفاخ البطن والتجشؤ؛ وتُعد أوراق الريحان من أشهر الأعشاب التي تساعد في علاج الحموضة، وذلك عبر مضغ أوراقه أو استخدامها كشراب بعد نقعها في الماء الساخن. مضغ العلك: يساعد العلك على إفراز اللعاب الذي يلعب دوراً كبيراً في معادلة حموضة المعدة؛ وينصح بتناول العلك الخالي من السكر لتتأخض مضمونة.

علاج حموضة المعدة بالزنجبيل: يقوم الزنجبيل على تحفيز الجسم لتسريع عملية الهضم وامتصاص الغذاء وحماية جدار المعدة ومنع حدوث القرح؛ وينصح بمضغ قطعة صغيرة من الزنجبيل أو بشربه وإضافة الماء الساخن.

علاج حموضة المعدة بصودا الخبز: تتميز صودا الخبز بخواصها القاعدية التي تساعد على معادلة حموضة المعدة والتخلص من أعراضها المزعجة، وذلك عبر خلط مقدار ملعقة صغيرة منها مع كوب من ماء الصنوبر وتناوله سريعاً.

علاج حموضة المعدة بالقرنفل والقرفة: تلعب قرون القرنفل الدور نفسه الذي تقوم به العلكة في تحفيز إفراز اللعاب لتعادل حموضة المعدة، ولا مانع من مضغ من قرنين إلى ثلاثة قرون من القرنفل بعد تناول الطعام، كما يمكن إدخال القرنفل بوصفه جزءاً في النظام الغذائي اليومي. أما القرفة فتساعد على التخلص من انتفاخ البطن ومعادلة أحماض المعدة، وخاصة في حال المداومة على تناولها كالشاي ثلاث مرات يومياً.

علاج حموضة المعدة بالموز: يساعد الموز في مضاعفة إنتاج مخاط المعدة للمساهمة في حماية بطانتها، إضافة إلى كونه من الفواكه القلوية التي تساعد على معادلة حمض المعدة؛ كما يحتوي الموز على مادة البوتاسيوم التي تسرع من عملية الهضم.

ليس هذا فحسب، بل يضم الموز مجموعة من المركبات التي تساعد في القضاء على العديد من بكتيريا المعدة التي تتسبب في مضاعفة إفراز الحمض والإصابة بالقرح.

وللحصول على أقصى استفادة، تناول الموز بعد الوجبات مباشرة، كما يمكن إدخاله في العديد من المأكولات المغذية كفتيرة الموز بالقرفة والسكر وكعك الموز.

هل يحتاج علاج حموضة المعدة إلى تدخل جراحي؟

قد ينصح الأطباء مرضى حموضة المعدة بالخضوع للجراحات الطبية غير المعقدة لعلاج حموضة المعدة، وذلك في الحالات القصوى التي تفشل الأدوية في تخفيف أعراض المرض. يعتمد العلاج الجراحي لحموضة المعدة على المناظير في المقام الأول التي تعمل على تخفيف ارتجاع المريء أو منعه نهائياً، وذلك بوضع حلقة من مادة التيتانيوم، حول الطرف الخارجي السفلي من المريء؛ لمنع ارتداد محتويات المعدة.

أما الحل الجراحي الآخر؛ فهو خلق صمام اصطناعي يلتصق حول الجزء العلوي من منطقة المعدة؛ لتقويتها ومنع ارتداد الحمض. بالإضافة إلى إصلاح الفتق المفضلِ إن وُجد.

الوقاية من حموضة المعدة: هناك العديد من الطرق الفعالة للوقاية من حموضة المعدة التي تعتمد معظمها على تغير نمط الحياة في المقام الأول اليك بعضها:

- تجنب المشروبات الغازية والكحولية، والأطعمة المبهِّرة أو الغنية بالمواد الدهنية التي تضاعف من إفراز العصارة الهضمية وتتسبب في حموضة المعدة.

- الإقلاع عن التدخين؛ حيث يزيد من ابتلاع الهواء وارتداد الحمض، بالإضافة إلى مضاعفة خطر الإصابة بسرطان المريء.

- تقسيم الطعام له وجبات صغيرة يومياً.

- التوقف عن تناول الطعام بشكل كامل قبل ساعتين من النوم.

- ارفع رأس السرير ٢٠ سم، عبر وضع كتلة أسفل تلك المنطقة؛ وذلك لتفادي ارتداد حمض المعدة، مع تجنب النوم على منطقة البطن؛ لكونها تضاعف الضغط على تلك المنطقة بالتحديد.

- أكثر من شرب الماء للتخلص من الحموضة.

- تساعد مجموعة من الأطعمة في التخلص من حموضة المعدة التي ينصح الأطباء بإراجها ضمن النظام الغذائي اليومي لقدرتها الكبيرة على تهدئة حموضة المعدة، ويُعد: الحليب البارد، الشوفان، الأعشاب، خل التفاح، السلطة الخضراء، الدجاج المشوي، وزيت الزيتون؛ من أشهر تلك الأطعمة.

- التخلص من السممة واتباع نظام غذائي صحي