

مشيدا بأدائه... موقع اعلامي اماراتي: اللاعب الايراني الدولي آزمون ينقذ فريقه بمفرده

أشاد موقع إماراتي ببدء اللاعب الايراني في نادي شباب الاهلي. سردار آزمون، ووصفه بأنه منقذ فريقه.

وأفادت وكالة مهر للأنباء، انه في الأسبوع الثاني من الدوري الاماراتي للمحترفين، واجه فريق شباب الأهلي الإماراتي لكرة القدم فريق عجمان، وانتهت المباراة بنتيجة ١-٢ لصالح شباب الأهلي. وسجل المهاجم الإيراني سردار آزمون لاعب شباب



الأهلي هدفين في هذه المباراة. أحدهما تم رفضه بواسطة نظام حكم الفيديو VAR وتم قبول الهدف الآخر. وكتب في هذا السياق موقع «ميركاتو»، واصل المهاجم الدولي الإيراني سردار آزمون تألقه للمباراة الثانية على التوالي مع فريق شباب الأهلي دبي بقيادته لتحقيق الفوز على نادي عجمان بنتيجة ١/٢ في ختام مباريات الجولة الثانية من الدوري الاماراتي للمحترفين، يوم الجمعة ٣٠ أغسطس ٢٠٢٤.

وأضاف: أنهى شباب الأهلي دبي الشوط الأول بهدف دون رد سجله بوغدان بلانيتش في الدقيقة ٢٦ بعد تلقيه تمريرة من غاستون ألفاريز سواريز، وفي بادسة الشوط الثاني ألفت تقنية الفار الهدف الثاني لشباب الأهلي دبي بداعي تسلسل سردار آزمون في الدقيقة ٥٤.

وتابع: نجح آزمون في تسجيل الهدف الثاني في الدقيقة ٦٨، والذي كان بمثابة هدف الإنقاذ من السقوط في فخ التعادل، حيث سجل عجمان هدف تقليص الفارق بعد نحو أربع دقائق فقط في الدقيقة ٧٢ عن طريق اللاعب الجاميكي جونيور فليمينغس.

المنتخب الوطني الايراني للسيدات وصيف العالم في بطولة العالم للإنقاذ بأستراليا

طهران/ ارنا- فاز منتخب الانقاذ الوطني الايراني للسيدات بالميدالية الفضية في سباق ٩٠



مترا شاطئيا في بطولة العالم للإنقاذ بأستراليا. وفي بطولة العالم للإنقاذ التي أقيمت على ساحل غولد كوست (Australian Gold Coast) في أستراليا، حصلت سيدات المنتخب الإيراني للإنقاذ على المركز الثاني والميدالية الفضية في منافسات سباق التتابع الشاطئي ٩٠×٤ متر

بعد منافستهن مع منتخبات قوية من إسبانيا وأستراليا ومصر وبريطانيا ونيوزيلندا وفرنسا وكندا. وجاء منتخب مصر للسيدات في المركز الأول ، بينما حل منتخب استراليا للسيدات البلد المضيف في المركز الثالث. وشارك في هذه البطولة المنتخب الإيراني بتشكيلة تضم مريم محبي ،كجان رستمي ،فايزة عاشوربور وبردیس عبد الحمدي.

إعلان موعد موقعة برشلونة وبايرن ميونخ

أعلن الاتحاد الأوروبي لكرة القدم، مواعيد مباريات برشلونة في بطولة دوري الأبطال للموسم الحالي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

وأجريت قرعة الدور الأول من دوري أبطال أوروبا. الخميس الماضي، بمشاركة ٣٦ فريقا للمرة الأولى في تاريخ المسابقة.

ويواجه برشلونة على أرضه، أندية بايرن ميونخ وأتلانتا ويونج بويز وستاد بريست فيما يرحل خارج الديار لمواجهة بورتوموند وبنفيكا والنجم الأحمر وموناكو. وسيفتتح برشلونة مشواره في البطولة بمواجهة موناكو خارج أرضه يوم ١٩/أيلول/سبتمبر المقبل.



المباراة الثانية ضد يونج بويز في معقل البلوجرانا «الملعب الأولمبي» يوم ١ تشرين الأول/أكتوبر المقبل. أما الثالثة سيستضيف البلوجرانا بايرن ميونخ يوم ٢٣ تشرين الأول/أكتوبر المقبل.

الجولة الرابعة ستكون ضد النجم الأحمر الصربي خارج أرضه، يوم ٦ تشرين الثاني/نوفمبر المقبل.

وفي الجولة الخامسة سيستضيف ستاد بريست الفرنسي يوم ٢٦ تشرين الثاني/نوفمبر المقبل.

وأيضا الجولة السادسة ستكون ضد بوروسيا دورتموند خارج أرضه يوم ١١ كانون الأول/ديسمبر المقبل.

وفي الجولة السابعة سيخرج برشلونة لمواجهة بنفيكا، يوم ٢١ كانون الثاني/يناير ٢٠٢٥.

أما الجولة الختامية، ضد أتلانتا في الملعب الأولمبي، ستكون يوم ٢٩ كانون الثاني/يناير ٢٠٢٥.

وسيخوض برشلونة جميع مبارياته الساعة ٩ مساء بتوقيت إسبانيا.

باريس يبدأ مشواره في مجموعة الموت بمواجهة جيرونا

عرف فريق باريس سان جيرمان الفرنسي، مساره في الدور الأول من بطولة دوري أبطال أوروبا بنظامها الجديد بمشاركة ٣٦ فريقا.

سيبدأ الفريق الباريسي مشواره باستضافة جيرونا الإسباني يوم ١٨ أيلول/سبتمبر المقبل على ملعب حديقة الأمراء، ثم يحل ضيفا على أرسنال الإنجليزي في الأول من تشرين الأول/أكتوبر المقبل بعدها يلعب ضد أيندهوفن الهولندي في فرنسا يوم ٢٣ تشرين الأول/أكتوبر المقبل.

وسيلعب بي إس جي ضد أنتليكو مدريد في ملعب حديقة الأمراء يوم ٦ تشرين الثاني/نوفمبر المقبل، بعدها سيلتقي بايرن ميونخ في ألماني يوم ٢٦ من نفس الشهر.

وفي ١ كانون الأول/ديسمبر المقبل سيحل الفريق الباريسي ضيفا على سالزبورج النمساوي، ثم سيلعب سان جيرمان مباراته السابعة ضد مانشستر سيتي في ملعب حديقة الأمراء يوم ٢٢ كانون الثاني/يناير ٢٠٢٥، بعدها بأسبوع يحل ضيفا على شتوتجارت الألماني.

لاعب ايراني يتقلد الميدالية الفضية في رمي الأثقال بدورة الألعاب البارالمبية في باريس

طهران/ ارنا- حصل اللاعب الإيراني « ظفر ذاکر» على الميدالية الفضية في سباقات المضمار والميدان عن فئة رمي الأثقال بدورة الألعاب البارالمبية ٢٠٢٤ في باريس.

ويعد احتجاح فريق سباقات المضمار والميدان الإيراني على أداء الرياضيين من صربيا وبولندا الذين فازوا بالميدالية الفضية



والبرونزية.تم قبول هذا الاعتراض و أعلن بطلان جميع سجلات الرياضي الصربي وكذلك السجل الأصلي للرياضي البولندي. وبذلك حصل اللاعب الإيراني « ظفر ذاکر» ، الذي كان قد حل رابعا قبل تقديم الاحتجاج، على الميدالية الفضية في

سباقات المضمار والميدان عن فئة رمي الأثقال (رمي الجلة) بدورة الألعاب البارالمبية ٢٠٢٤ في باريس.

في اليوم الثاني من دورة الألعاب البارالمبية ٢٠٢٤ بباريس أقيمت منافسات رمي الأثقال (رمي الجلة) عن فئة F٥٥ واحتل اللاعب الايراني ظفر ذاکر المركز الثاني بمسافة ١١,٨٨ متر.

ايرانية تفوز بالميدالية البرونزية لرمي المطرقة في بارالمبياد باريس

باريس/ ارنا- حصلت لاعبة الإيرانية في ألعاب القوى لذوي الاحتياجات الخاصة برستو حبيبي على المركز الثالث والميدالية البرونزية في مسابقة رمي المطرقة في دورة الألعاب البارالمبية ٢٠٢٤ في باريس.

حبيبي، التي فازت بميداليتين ذهبية وفضية في رمي المطرقة ورمي الثقل في دورة الألعاب



الآسيوية في هانغتشو العام الماضي، سجلت في منافسة رمي المطرقة فئة «اف ٢٢» يوم الجمعة، ٢٤،٣١ متر، ٢٣،٧٢ متر، ٢٦،٢٩ متر و ٢٢،٣٧ متر و ٢٥،٥٤ متر و ٢٦،٠٦ متر. وبذلك حلت حبيبي في المركز الثالث محرزة الميدالية البرونزية بأفضل

رقم قياسي لها وهو ٢٦,٢٩ مترا، والذي حطمت به الرقم القياسي الآسيوي الذي كان باسمها. وهذه هي ثاني ميدالية للبعثة الرياضية الإيرانية المشاركة في دورة الألعاب البارالمبية، وكانت زهراء رحيمي قد فازت بالميدالية الفضية في رياضة الباراتايكواندو في اليوم الأول من الدورة.

ضربة مؤلمة.. نجم برشلونة على أعتاب جراحة صعبة

بات أحد نجوم برشلونة على أعتاب إجراء جراحة خلال الموسم الحالي، من أجل العودة للملاعب. ووفقا لصحيفة "موندو ديپورتيفو" الإسبانية، يغيب الدولي الهولندي فرينكي دي يونج عن صفوف برشلونة منذ ٤ أشهر، بسبب الإصابة، لكنه حتى الآن يشعر بالألم في كاحله.

كان دي يونج تعرض للإصابة في كلاسيكو الدور الثاني بالليجا خلال الموسم الماضي، ورفض اللاعب الخضوع لجراحة وفضل اللجوء للعلاج المحافظ.



وأشارت إلى أن دي يونج لا يرغب في اللعب إلا إذا كان متعافيا تماما. لكن النادي يحتاج إليه بشكل ضروري، وطلبوا منه محاولة اللعب مع الفريق حتى لو كان يشعر بالألم، كما يفعل العديد من اللاعبين المحترفين.

وأوضحت الصحيفة أن دي يونج يرفض اقتراح برشلونة، لأنه يرغب في التعافي بشكل كامل، ولا يريد العودة إلا في أفضل حالاته.

وذكرت أن إدارة برشلونة، منحت دي يونج مهلة ١٥ يوماً لرؤية كيفية تطور حالته وإذا كان يمكنه العودة للعب. وإذا لم يشعر اللاعب بتحسّن، فإن مسؤولي برشلونة سيخضونه بالخضوع لجراحة لحل مشكلة الكاحل نهائيا.

وفي حالة خضوع دي يونج للجراحة فلن يمكنه العودة للملاعب إلا في الدور الثاني من الموسم الحالي.

مستشهدا بحكيمى.. إنريكي يهرب من أزمة باريس في سوق الانتقالات

أبدى الإسباني لويس إنريكي المدير الفني لباريس سان جيرمان، رضاه عن تحركات النادي في سوق الانتقالات الصيفية.

قال إنريكي في مؤتمر صحفي أمس السبت: «أنا راض للغاية عن فترة الانتقالات، دعمنا كل مركز بلاعب جديد، ولدنيا فريق جيد للغاية».

وشدد: «كان لي قرار في كل خيار أو قرار في فترة الانتقالات عند تولي المسؤولية في الموسم الماضي، لأنه من الطبيعي في ناد كبير بحجم سان جيرمان أن تتم الاستجابة لرغبات المدرب، فالنادي لم يضم أي لاعب لا أريده».

واستطرد: «أما بخصوص مستقبلي، فأنا مثلكم، أقصد أتمنى ألا يحدث أمرا سيئا، فأنا جزء من المشروع، والأمور حاليا مثالية، ومن الواضح أن القرار يخص أطراف أخرى، فالقرار لا يخصني فقط، والوقت سيحكم».

ويسأله عن سبب عدم نجاح باريس في ضم مهاجم هدف وأرأس حربة صريح، وهل بسبب قلة الخيارات المتاحة أم لرغبته، أجاب: «فلسفة النادي تغيرت، فالفريق أهم من أي لاعب، وإذا كانت لدينا فرصة متاحة لضم لاعب يسجل ٥٠ هدفا لفلننا، ولكن ما حدث قد حدث».

وأشار: «في أول مباراتين أشرطنا أكثر من لاعب في مركز رأس الحربة مثل ياركولا وعثمان ديمبلي وجونسالو راموس وأسينسيو، كما شارك زاير إيمري وأشرف حكيمي ونيغيز في مهام هجومية، ما يميز سان جيرمان أنه يضم لاعبين يجيدون اللعب في أكثر من مركز».

أسباب الطعم المر في الفم وطرق العلاج

كثيراً ما يعاني الأشخاص من الطعم المر في الفم، وقد يجدون صعوبة في التخلص منه رغم المحاولات المتكررة. لمعالجة هذه المشكلة بفعالية، من الضروري أولاً فهم الأسباب المحتملة للطعم المر. سنستعرض في هذا المقال الأسباب الشائعة لهذه المشكلة وطرق العلاج الممكنة وفقاً لما توضحه اختصاصية التغذية رولا كمال لموقع "سيدتي".

أسباب الطعم المر في الفم: مشاكل الأسنان: قد يكون الطعم المر ناتجاً عن مشاكل في الأسنان مثل التهاب اللثة. إذا كانت اللثة ملتهبة، يمكن أن يؤدي ذلك إلى طعم مر في الفم.



مشاكل الجهاز الهضمي: مثل الارتجاع المعدي المريئي، حيث يسبب ارتجاع العصارة المعدية إلى الفم تغييرات في المذاق.

أدوية معينة: بعض الأدوية، بما في ذلك فيتامينات ما قبل الولادة والمضادات الحيوية، يمكن أن تؤدي إلى طعم مر في الفم.

اختلالات هرمونية: اضطرابات هرمونية، خاصة خلال الحمل أو الدورة الشهرية، قد تؤثر على مذاق الفم.

أمراض معينة: مثل مرض السكري، أمراض الكبد، وأمراض الجهاز التنفسي، بالإضافة إلى السرطان. سوء التغذية: نقص العناصر الغذائية الأساسية، مثل فيتامين B١٢، يمكن أن يتسبب في الطعم المر.

الحساسية: بعض الأطعمة التي تسبب حساسية قد تؤدي إلى مرارة الفم. جفاف الفم: قلة شرب الماء أو بعض الأمراض قد تسبب جفاف الفم وبالتالي مرارته.

سوء نظافة الفم: عدم تنظيف الأسنان واللسان بشكل جيد يمكن أن يؤدي إلى تراكم البكتيريا وتسبب مرارة الفم.

التدخين: يؤدي التدخين إلى تغييرات في مذاق الفم ورائحته.

التسمم: التسمم بالمعادن الثقيلة مثل الرصاص والزئبق يمكن أن يسبب طعماً مرّاً.

طرق للتخلص من الطعم المر في الفم: تنظيف الأسنان بشكل جيد: يجب غسل الأسنان واللسان مرتين يوميّاً باستخدام فرشاة الأسنان. غسول الفم: وخيط الأسنان. تنظيف اللسان يساعد أيضاً في إزالة البكتيريا.

تناول الفواكه الحمضية: مثل البرتقال، الليمون، والجريب فروت، فهي تحفز إنتاج اللعاب وتساعد في إزالة الطعم المر.

استخدام الملح والبيكنغ صودا: تطبيق خليط من الملح والبيكنغ صودا على فرشاة الأسنان يساعد في تنظيف الفم وتخفيف التهابات اللثة.

شرب الماء: يساعد الماء في إزالة السموم من الفم وتقليل الأحماض الموجودة في المعدة.

مضغ القرنفل أو القرفة: يمكن أن يساعد مضغ هذه التوابل في تقليل الطعم المر.

تجنب الأطعمة المسببة للارتجاع: من الأفضل تجنب الأطعمة الدهنية والتوابل القوية، والاختيار بدلاً منها لوجبات خفيفة وصحية.

استخدام حلوى النعناع: تساعد حلوى النعناع أو الحمضيات في تحسين مذاق الفم.

إذا لم تنجح هذه الخطوات في التخلص من الطعم المر، فمن المهم استشارة طبيب الأسنان أو أخصائي صحي لتحديد السبب الدقيق والعلاج المناسب.

أسباب رجفان اليد وأنواعه

تُعد الرجفة أو الرعشة من الحركات غير الطوعية التي تنجم عن التقلص المتكرر وغير الإرادي للعضلات. قد تكون الرجفة خفيفة أو قوية، وغالباً ما تحدث في حالات البرد، الخوف، أو التوتر. لكن، عندما تظهر الرجفة أثناء الراحة، قد تكون دليلاً على مشكلة صحية تحتاج إلى فحص دقيق. فيما يلي نظرة شاملة على أسباب وأنواع الرجفان في اليد وكيفية التعامل معها:

أنواع الرجفان: رجفان الراحة: يظهر رجفان الراحة عندما يكون الشخص في حالة استرخاء، ويختفي عادة أثناء الانقباض العضلي أو أثناء النوم. قد يبدأ هذا النوع من الرجفان ببطء ويؤثر بشكل أساسي على الأطراف العلوية، مثل اليدين. يمكن أن يترافق مع ارتعاش في الشفاه، الذقن، أو اللسان، ولكنه لا يؤثر عادة على الرأس. غالباً ما يلاحظ هذا النوع من الرجفان أثناء الجهد الفكري أو العواطف.

قد يكون رجفان الراحة علامة على مرض باركنسون، الذي يترافق مع أعراض أخرى مثل: تصلب الأطراف.

بطء في بدء الحركات.

في بعض الحالات، قد يكون الرجفان ناتجاً عن تناول الأدوية المضادة للذهان، والتي قد تتطلب تعديلاً في العلاج بناءً على توصيات الطبيب.

رجفان الموقف: يحدث هذا النوع من الرجفان عند تعرض الشخص لموقف معين ويختفي تماماً عند الراحة. يتميز برعشة سريعة ومنتظمة تؤثر على الأصابع أو اليدين بشكل كامل. قد تزداد الرجفة بسبب:

القلق.

فرط نشاط الغدة الدرقية.

انسحاب النيك.

تناول الكافيين أو الأميفيتامينات.

بعض الأدوية مثل الكورتيكوستيرويدات ومضادات الاكتئاب.

الرجفان الأساسي: يُعرف أيضاً بالرجفان مجهول السبب، حيث يظهر سريعاً أثناء الحفاظ على شكل الجسم أو أثناء الحركة. يتم تشخيصه بناءً على المعايير السريرية والفحص العصبي. بالرغم من عدم وجود اختبار بيولوجي محدد لهذا النوع، فإن الرجفان الأساسي يمكن أن يتسبب في إعاقة شديدة للحركات الدقيقة، مثل الكتابة والأكل، وقد يظهر أيضاً في الرقبة والصوت.

رجفان العمل: يُطلق عليه أيضاً "الرجفان المتعمد"، ويحدث فقط أثناء الحركات الإرادية مثل حمل كوب من الماء. يتميز بتركيز الرجفان في بداية ونهاية الحركة، وقد يرتبط بتلف المخيخ. يمكن أن يترافق مع أعراض أخرى مثل مشاكل في المشي وصعوبة في النطق.

يرتبط رجفان العمل بأمراض وحالات مختلفة مثل:

التصلب المتعدد.

السكتة الدماغية.

الأورام.

الصددمات.

العدوى.

التعامل مع الرجفان: إذا كنت تعاني من الرجفان، من المهم تحديد نوعه وأسبابه لتلقي العلاج المناسب. في حالات الرجفان الأساسية أو المرتبطة بحالات مرضية محددة، قد يتطلب الأمر استشارة طبيب مختص لإجراء الفحوصات اللازمة وتحديد العلاج الأمثل.

في الختام، تعتبر الرجفة حالة يمكن أن تكون ناتجة عن مجموعة متنوعة من الأسباب، وقد تؤثر بشكل كبير على الحياة اليومية. إذا كنت تعاني من رجفان مستمر أو متزايد، يجب عليك استشارة طبيب للحصول على تشخيص دقيق والعلاج المناسب.