

التاريخ
2019-5-20

جامعة البتراء

التقرير الصحفي اليومي

الجامعة المتميزة بشهادات محلية و عالمية



الاعتماد الأمريكي في تخصصي نظم المعلومات الحاسوبية، وعلم الحاسوب.



جائزة الحسن للتميز العلمي.



أول جامعة أردنية تحصل على شهادة ضمان الجودة من هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي الاردنية.



شهادة الأيزو 9001:2015.



شهادة ضمان الجودة من هيئة اعتماد مؤسسات التعليم العالي الاردنية المستوى الفضي لكلية الصيدلة و العلوم الطبية.



الاعتماد البريطاني لتخصص اللغة الإنجليزية وأدائها.



الاعتماد الأمريكي في تخصص الصيدلة.



التسلسل	الخبر	الصفحة	الصحيفة
	50 ألف طالب يستفيدون من قرار تأجيل سداد القروض	5	الراي
1.	المعاني: سنتوسع بمبادرة القراءة والحساب	6	الراي
2.	الشرق الأوسط تنفذ حملة كلنا من طين لنبذ العنصرية	3	الدستور
3.	فيلادلفيا تقيم حفل إفطار لأيتام مخيم غزة	10	الدستور
4.	المتقاعدين العسكريون يؤكدون إجراءات البلقاء التطبيقية مع طلبة الجسيم	11	الدستور
5.	أبورمان: اجراء جامعة البلقاء مخالف لنص قانوني	11	الدستور
6.	كتلة هوائية أفريقية تؤثر على المملكة اعتبارا من الأربعاء	5	الدستور
7.	أكاديمي أردني ينضم لخبراء معهد الإدارة الأمريكي	38	الدستور
8.	المحلق الثقافي الألماني يزور اليرموك	10	الغد
9.	الزيتونة تحصل على جائزة أفضل ورقة بحثية بمؤتمر كلوت في دنفر	ب5	الغد
10.	ماذا يحدث للكبد عند تناول الثوم يوميا	ب14	الغد

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

مدير العلاقات العامة والدولية

علاء الدين عربيات

الاثنين ١٥ رمضان ١٤٤٠ هـ - الموافق ٢٠ أيار ٢٠١٩ م - العدد ١٧٦٩٠
السنة الثامنة والأربعون - عمان - الأردن



www.alrai.com

٥٠ ألف طالب يستفيدون من قرار تأجيل سداد القروض

عمان - بترا

قدر وزير التعليم العالي والبحث العلمي الدكتور وليد المعاني عدد الطلبة الذين استفادوا من قرار مجلس الوزراء بتأجيل تسديد قروضهم لحين التحاقهم بالعمل بنحو ٥٠ ألف طالب وطالبة.

وقال الدكتور المعاني أمس ان مجلس الوزراء قرر تحويل الدعم الحكومي لصندوق دعم الطالب التابع لوزارة التعليم العالي ليصبح جميعه مخصصا لمنح غير مستردة للطلبة.

واوضح ان الدعم الذي تقدمه الحكومة للصندوق يبلغ ٢٠ مليون دينار سنويا سيحول بالكامل كمنح غير مستردة لطلبة الجامعات الرسمية مشيرا الى ان عدد المستفيدين من هذه المنح نحو ٢٠ ألف طالب وطالبة

خلال العام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠.

واوضح ان الصندوق اشترط على الطلبة الذين سيتنافسون على المنح ان يكونوا من المتميزين في تحصيلهم العلمي وممن يتلقون الدعم من صندوق المعونة الوطنية وان لا يكون الطالب مستفيدا من اي دعم او منحة اخرى.

واشار الى ان المنح ستوزع على الطلبة في البرنامج العادي وعلى جميع التخصصات والبرامج الجامعية وعلى الطلبة في جميع المحافظات لتحقيق العدالة.

وبخصوص الطلبة الذين حصلوا على قروض في المرحلة السابقة اوضح الدكتور المعاني ان هؤلاء الطلبة قسما، الاول الطلبة الذين حصلوا على قروض في المرحلة السابقة

واستحق عليهم سدادها بعد حصولهم على عمل ولهم ارقام اشتراكات في مؤسسة الضمان الاجتماعي.

اما القسم الثاني فهم الطلبة الذين ما زالوا على مقاعد الدراسة او الطلبة الذين تخرجوا وليس لديهم عمل فقد تقرر تأجيل سداد قروضهم لحين حصولهم على عمل.

وكشف الدكتور المعاني ان الوزارة تجري مفاوضات مع مؤسسات دولية ومحلية لايجاد آلية جديدة لتقديم قروض ميسرة جدا الى باقي الطلبة من اجل اكمال دراساتهم الجامعية.

وبيّن ان وزارة التعليم العالي قدمت النظام الجديد لصندوق دعم الطالب، الى مجلس الوزراء من اجل اقراره مشيرا الى ان النظام يتضمن المنح الجديدة وكيفية توزيعها على الطلبة.

أكد أن المؤشرات تُظهر مدى الاستجابة لتحديات ضعف الطلبة

المعاني: سنتوسع بمبادرة القراءة والحساب



صمان - سري الضمور

أكد وزير التربية والتعليم الدكتور وليد المعاني اهتمام الوزارة بتعزيز المهارات الأساسية في العملية التعليمية، مبيّناً أهمية تطبيق مشروع مبادرة القراءة والحساب (RAMP)، في تحسين أداء الطلبة في هذه المهارات. وقال الدكتور المعاني خلال لقائه اللجنة التوجيهية العليا لمشروع المبادرة إن تنفيذ هذا المشروع الوطني ينسجم والأهداف الرامية للارتقاء بالعملية التعليمية وتحسين مخرجاتها.

وأكد المعاني أن جميع المؤشرات تظهر مدى استجابة الوزارة لتحديات ضعف الطلبة في مهارات القراءة والحساب: لاسيما في المرحلة المبكرة، والتي بدأت تظهر آثار جهودها في تحسين قدراتهم وتحصيلهم، أملاً أن تكون نتائج هذه الاختبارات حافزاً لمواصلة الجهود لتحسين أداء الطلبة في هذه المرحلة. وبين أن الوزارة أجرت يوم الأربعاء الماضي وللعام الثاني الاختبار التشخيصي السنوي، الذي تعده لجميع طلبة الصف الثالث الأساسي، سعياً منها لتوفير البيانات اللازمة لتحديد ومعالجة التحديات التي تواجه عملية التعلم في المرحلة الأساسية الأولى.

ولفت إلى أن الوزارة ستواصل توجيه معلمينها لتنويع أساليب التدريس واستراتيجياته، للارتقاء بمخرجات التعلم

لتوفر الكوادر المدربة والمؤهلة التي يزخر بها.

وأشاروا خلال اللقاء إلى أهمية الاستثمار في التعليم للمراحل الدراسية الأولى، والذي يسهم بشكل أساسي في تطور المجتمعات والدول، مؤكداً دور المبادرة في تعزيز المهارات الأساسية في القراءة والحساب لدى الطلبة في المراحل المستهدفة.

يذكر أن مبادرة القراءة والحساب للصفوف المبكرة تم تصميمها لترسيخ منهجيات وسياسات وممارسات تعلم القراءة والحساب التي تدعم تطوير وتنمية القراءة باستيعاب والحساب بفهم، بشراكة فاعلة على المستوى المدرسي والمجتمعي والحكومي.

التي قد تعترض سير تنفيذها، وبما يضمن نجاحها. وتم خلال اللقاء تقديم عرض حول إنجازات مشروع المبادرة والتوجهات المستقبلية التي سيتم تنفيذ المرحلة الثانية ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ خلالها.

بدورهم أشاد المانحون والجهة المنفذة، بالتزام الوزارة واهتمامها بتنفيذ مبادرة القراءة والحساب وتطلعاتها لتعميم مخرجاتها: لتشمل المزيد من المراحل الدراسية لتحسين العملية التعليمية في مراحل متقدمة.

وأكدوا قدرة الوزارة على امتلاك هذه المبادرة: سواء من حيث التخطيط أو التنفيذ، مشيرين إلى أن الميدان التربوي من معلمين ومشرّفين وكوادر إدارية يعتبر حاضنة ملائمة لإدارة المبادرات الريادية:

في القراءة والحساب للصفوف المبكرة، مؤكداً دور أولياء الأمور والمجتمع المحلي في تشجيع الطلبة لبناء ثقافة المطالعة وحب القراءة لديهم.

وأكد أهمية على دور الوكالتين الأميركية والبريطانية للتعاون الدولي في دعم هذه المبادرة، وبخاصة في الجانب الفني، مشيداً كذلك بدور المعلمين والمشرّفين ومديري المدارس والخبراء لمساهمتهم الفاعلة في تحقيق هذه النتائج الإيجابية. وأكد أن الوزارة ستستمر في إقامة هذا النوع من المبادرات والتوسع في منهجية هذه المبادرة لتشمل صفوفاً أعلى ومباحث مختلفة، مشيراً إلى ضرورة الاستفادة من التجارب والبناء على الإيجابيات ووضع الإجراءات اللازمة في مواجهة التحديات

«الشرق الأوسط» تنفذ حملة «كلنا من طين» لنبذ العنصرية



احترام اختلاف الدين واللون والجنس والعرق فكلنا من طين» وتم عرضه أمام الطلبة الذين تفاعلوا مع فعاليات المبادرة في أجواء رمضانية بديعة. وتأتي المبادرة ضمن سلسلة مبادرات ربادية ينفذها طلبة مساق العلاقات العامة والإعلان في كلية الإعلام تحمل معاني سامية وقيمة نبيلة تزامنا مع شهر رمضان المبارك.



AddustourNewspaper

عمان

نفذ طلبة كلية الإعلام في جامعة الشرق الأوسط حملة بعنوان «كلنا من طين» بهدف نبذ العنصرية والتفرقة وتقبل الآخر والتسامح. وتقوم المبادرة على عدة فعاليات ونشاطات جسدت مفهوم الحملة وأهدافها كان أبرزها عرض مسرحي لطلبة الكلية يحمل رسالة مفادها «ضرورة

« فيلادلفيا » تقيم حفل إفطار لأيتام مخيم غزة



Husni Otoom

جرش - حسني العتوم

انطلاقاً من حرص الجامعة على التواصل الدائم مع المجتمع المحلي في كل مناسباته الخاصة والرسمية والخيرية نظمت دائرة الخدمات والنشاطات الثقافية في عمادة شؤون الطلبة حفل إفطار للأطفال الأيتام في الكافتيريا الرئيسة داخل الحرم الجامعي برعاية عميد شؤون الطلبة الدكتور عمر الكفاوين وحضور مدير الخدمات الطلابية السيد صبحي الخطيب ومشرف الخدمات الطلابية السيد صلاح الخوالدة . وتأتي هذه الدعوة الرمضانية ضمن سلسلة حملات خيرية موجهة للأطفال الأيتام في المراكز والجمعيات الخيرية التي هي ضمن الأعمال التي تقوم بها جامعة فيلادلفيا في تعزيز الاتصال والتعاون مع المجتمع مؤكداً أهمية إيمان الأطفال الأيتام بالمجتمع وعدم إشعارهم بالنقص الناتج عن غياب أحد الأبوين ، بل على العكس من ذلك فهم قادرون على مواجهة حياتهم بكفاءة أكبر جراء الصعوبات التي يعانون منها في طفولتهم والمشقات التي ترافقهم في حياتهم .

خلال لقاء لهم مع رئيس الجامعة

المتقاعدون العسكريون يؤكدون قانونية إجراءات «البلقاء التطبيقية» مع طلبة «الجسيم»



السلط-إبتسام العطيات

fb ibtisam alatiat

التقى وفد من الضباط المتقاعدين العسكريين من كافة مناطق المملكة مع رئيس جامعة البلقاء التطبيقية الأستاذ الدكتور عبيد الله سرور الزعبي، وضم الوفد اللواء الركن المتقاعد محمد رسول العميرة رئيس تجمع البلقاء للمتقاعدين العسكريين والنائب اللواء المتقاعد رياض العزام والنائب اللواء المتقاعد محمد الزعبي واللواء المتقاعد عبيد الله زعل الخريسات والعميد الركن المتقاعد محمد عبيد الله حبيس الرماضنة والعميد الركن المتقاعد محمد ناجي المناجرة رئيس تجمع المتقاعدين العسكريين / اربد والعقيد المتقاعد عمر العموش والعقيد المتقاعد فلاح الدعجة والعقيد المتقاعد فيصل الخليفات والمقدم المتقاعد محمود الخطيب، للحديث حول ما أثير أخيراً حول حرمان طلبة من الجسيم في البلقاء التطبيقية بحضور المدير القانوني في الجامعة.

تتحمله من أعباء مالية لتغطية النفقات التي تتحملها من الدراسة على مكربة الجسيم مؤكداً ان ما تم إثارته في الإعلام وعلى مواقع التواصل الاجتماعي لأسباب شعبية ودعائية أو لمصالح شخصية لا تخدم المصلحة الوطنية ومصالح أبنائنا الطلبة. كما أكد الوفد ان رئيس الجامعة سيقوم باتخاذ كافة الإجراءات بالطرق القانونية للحصول على الإعفاء المطلوب من الجهات صاحبة الاختصاص لهؤلاء الطلبة.

وبينوا ان رئيس الجامعة سيعيد النظر في تعديل التعليمات المالية عن طريق مجلس الجامعة التي تسمح بإعادة التامين المالي للطلبة للتخفيف عن ذويهم في هذه الظروف الصعبة.

فسرته محكمة التمييز. وأكد الوفد انه لا احد احرص منهم ومن إدارة الجامعة على طلبة الجامعة ومصالحهم خاصة طلبة المكربة الملكية لأبناء القوات المسلحة والأجهزة الأمنية إلا إننا لا يمكن أن نطالب بمخالفة القوانين والأنظمة والتشريعات التي تحكم العمل في مؤسساتنا الرسمية لتحقيق مصالح أو منافع غير قانونية وإننا نطالب كافة المؤسسات بتطبيق القانون والنظام على الجميع ولا يمكن ان نخالف هذه الدعوة لمجرد وجود تعارض مصالح.

وبين الوفد ان الجامعة التي تحتضن حوالي (9612) طالباً وطالبة من أبناء قوائنا المسلحة وأجهزتنا الأمنية العاملين والمتقاعدين منهم (1854) على مكربة الجسيم لا يمكن إلا أن نوجه لها الشكر على ما تقدمه لأبنائنا وما

وشدد المتقاعدون العسكريون على ان جامعة البلقاء التطبيقية التي تعد الحاضن الأكبر لأبناء القوات المسلحة والأجهزة الأمنية، كما أنها تحتضن العدد الأكبر من الطلبة الذين يدرسون على المادة 21 «ط» من قانون التقاعد العسكري ودون أن تضع أية عراقيل أمام قبولهم في تخصصات الجامعة التي تدرسها وفي كافة كلياتها المنتشرة على مساحة الوطن.

وقال الوفد إننا ندعم جامعة البلقاء التطبيقية في تطبيق القانون والتشريعات التي تحكم سير العمل في الجامعة وإن ما قامت به الجامعة تجاه تدقيق قبولات الجسيم هو في محض عملها ومهامها الرقابية وإن كافة الحالات التي وجدت وبلغت 18 حالة لا تنطبق عليها شروط الجسيم حسب ما

5.

أبو رمان : إجراء جامعة البلقاء مخالف لنص قانوني

تقاضي او انها واجبة التطبيق لأي حالة أخرى حتى و ان اعتبرتها الجامعة مشابهة . .

وقال أبو رمان ان الجامعة ايضا خالفت في بيانها قرار ديوان التشريع والرأي والذي فسر القانون بعدم جواز حرمان الطالبات حال زواجهن من حقهم بالجسيم .

و رد على الجامعة بأن الحرمان شمل فقط 18 طالبة من اصل 1900 طالب نتيجة ان زواجهن هو قبل الحصول على المقعد الجامعي ، بأنه مستمر في مطالبته حتى ولو أن طالبة واحدة تعرضت للظلم .

الشهداء والمصابين العسكريين بالتعليم المجاني بعد ان لحقتهم اضرار جسيمة او وفاة اثناء تأدية الخدمة العسكرية. وفند أبو رمان تبرير الجامعة بصحة اجراءاتها بما مفاده انها اخذت بمضمون قرار محكمة التمييز عام 2016 لقضية مشابهة .

واضاف في رده القانوني ان بيان الجامعة خالف قاعدة جوهرية مطبقة في اصول المحاكمات الأردنية وتضمنتها وتحميها معايير العدالة ، وهي « عدم جواز الأخذ بالسوابق القضائية بأنها احكام مسلم بها دون

fb rami asfoor

السلط - رامي عصفور

رد النائب معتز أبو رمان على بيان جامعة البلقاء التطبيقية ازاء مطالبتها لها بعدم حرمان 18 طالبة من حقهن من «الجسيم» بمقتضى قانون التقاعد العسكري، بأن البيان جاء مخالف لنص قانوني صريح في المادة (22 / ط) من قانون التقاعد العسكري، وتفسير ديوان التشريع والرأي له، وكما انه يخالف روح القانون ومضامينه والغاية التي ارادها المشرع في دعم ابناء

6.

ذروتها الجمعة بـ 45 درجة مئوية في الأغوار والعقبة

كتلة هوائية أفريقية تؤثر على المملكة اعتباراً من الأربعاء

ننصح المواطنين بعدم التعرض المباشر لأشعة الشمس خاصة في فترة الظهيرة، وأوضح المومني، أن من المتوقع أن تنحسر هذه الكتلة الحارة عن المملكة اعتباراً من السبت 25 أيار الحالي حيث من المتوقع أن تنخفض درجات الحرارة بمشيئة الله، داعياً المواطنين إلى متابعة التحديثات عن الحالة الجوية على موقع دائرة الأرصاد الجوية على شبكة الإنترنت www.jmd.gov.jo أو الاتصال بمديرية التنبؤات الجوية على رقم 4916190 وعلى رقم 4916191 أو على موقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك، أو عبر تطبيق الهواتف الذكية JMDWEATHER.

وتحذر دائرة الأرصاد الجوية طيلة تأثير الكتلة الحارة من التعرض المباشر لأشعة الشمس المباشرة خاصة في ساعات الظهيرة والاستماع إلى إرشادات الجهات المختصة والدفاع المدني. (بترا)

عمان - تشير آخر التحليلات العددية المتوفرة في دائرة الأرصاد الجوية إلى تأثير المملكة اعتباراً من الأربعاء المقبل بكتلة هوائية حارة وجافة قائمة من أواسط أفريقيا تمتد عبر مصر حيث من المتوقع أن ترتفع درجات الحرارة تدريجياً لتسجل في العاصمة عمان يوم الأربعاء حوالي 35 درجة مئوية وهي أعلى من معدلاتها الاعتيادية بحوالي (6-7) درجات مئوية ويتوقع أن تسجل مناطق الأغوار والعقبة والبحر الميت ما بين 41-43 درجة مئوية.

وبين مدير عام دائرة الأرصاد الجوية المهندس حسين المومني في تصريح لوكالة الأنباء الأردنية (بترا)، أن التحليلات للكتل الهوائية وحركتها تشير إلى أن هذه الكتلة الحارة قد تصل ذروتها يوم الجمعة، حيث من المتوقع أن تسجل العاصمة عمان حوالي 38 درجة مئوية بينما العقبة والأغوار والبحر الميت ما بين 44-45 درجة مئوية، لذا

أكاديمي أردني ينضم لخبراء معهد الإدارة الأمريكي



عمان - نضال لطفي اللويسني Nidal Lutfi Alwisi

انضم الأكاديمي الأردني الدكتور بلال محمود الوادي إلى هيئة خبراء معهد الإدارة الأمريكي بالولايات المتحدة الأمريكية، حيث تم تصنيفه خبيراً في ريادة الأعمال والابتكار إضافة إلى إدراجه عضواً بالهيئة الاستشارية للمعهد والذي يمتد تاريخه العلمي عقوداً من الزمن. يذكر بأن الوادي مؤسس ونائب رئيس الجمعية الأردنية لريادة الأعمال وعمل خبيراً في ريادة الأعمال بالعديد من الدول العربية والآسيوية وأشرف كموجه لعشرات المشاريع الريادية بالمنطقة، كما أنه حاصل على جوائز وأوسمة دولية رفيعة المستوى، وعضو بالعديد من المجالات العلمية والمنظمات التي تعمل في حقل ريادة الأعمال والابتكار. ويشار الى ان الوادي الأردني عمل محاضراً لرواد الأعمال حاضنة الأعمال/ كلية القدس ومدرّباً مع برنامج إرادة / وزارة التخطيط وباحثاً متعاوناً مع المؤسسة في الأردنية لتطوير المشاريع الاقتصادية ومدرّباً مع مؤسسة إنجاز.

8.

الملحق الثقافي الألماني يزور "اليرموك"



من زيارة الملحق الثقافي الألماني لجامعة اليرموك أمس - (من المصدر)

إربد- الغد- التقى رئيس جامعة اليرموك الدكتور زيدان كفافي، امس، الملحق الثقافي في السفارة الألمانية نوبيلس كاريس، والسكربتير الثاني في المحفظة توماس شايث حيث تم بحث سبل تعزيز التعاون بين "اليرموك" والسفارة الألمانية في عمان في مجال تطوير البحث العلمي ودعم الباحثين وأعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة في مختلف التخصصات الأكاديمية في الجامعة. كما تم خلال اللقاء بحث إمكانية إقامة المعرض الدولي المتنقل "عوالم الثقافة" الذي يعنى بالتركيز على الجوانب التربوية في صون التراث الحضاري. وأكد كفافي، عمق علاقات التعاون التي تربط "اليرموك" بمختلف المؤسسات البحثية والأكاديمية الألمانية، معرباً عن أمله بفتح آفاق جديدة للتعاون مع السفارة الألمانية في عمان من جهة، ومع المؤسسات التعليمية الألمانية من جهة أخرى، الأمر الذي يساهم في تبادل الخبرات والمعارف، والإطلاع على الأساليب الحديثة في التدريس والبحث العلمي، والاستفادة من التجارب الناجحة في تطوير العملية التعليمية.

وشدد على استعداد "اليرموك" لاستضافة معرض "عوالم الثقافة" الذي سيتناول عدداً من المواقع التراثية في العالم، ومن ضمنها أهم المواقع التراثية في الأردن، لافتاً إلى أن كلية الآثار والآثارولوجيا في الجامعة تحتضن كفاءات مميزة من أعضاء الهيئة التدريسية الذين يحرصون من خلال مشاريعهم العلمية على ترسيخ ثقافة صون التراث الحضاري وحمايته لدى المجتمع، وتسخير معارفهم من أجل دراسة وتحليل وصيانة المواقع الأثرية المختلفة، لا سيما وأن الأردن يزخر بمثل هذه المواقع التي تعد شاهداً على الحضارات الإنسانية المتعاقبة على أرضه.

وتوطيد صلات التعاون التي تربطها مع جامعة اليرموك، وفتح آفاق جديدة للتعاون بما يساهم في خدمة جامعة اليرموك والارتقاء بها وتحقيق الأهداف التنموية والتعليمية للجامعة.

وبدوره، أوضح كاريس أن السفارة الألمانية اختارت جامعة اليرموك، لإقامة معرض "عوالم الثقافة"، نظراً لسمعتها العلمية الرائدة ودورها الفاعل في مجال صون التراث الحضاري، مؤكداً حرص السفارة على

9.

"الزيتونة" تحصل على جائزة أفضل ورقة بحثية بمؤتمر كلوت في دنفر

عمان - حصل الدكتور مروان الزعبي من قسم العلوم المالية والمصرفية في كلية الأعمال في جامعة الزيتونة الأردنية على جائزة أفضل ورقة بحثية في مؤتمر كلوت الدولي الأكاديمي للأعمال المقام في دنفر/ كولورادو في الولايات المتحدة الأمريكية. وحاز البحث على هذه الجائزة من بين 73 بحثاً مشاركاً في المؤتمر، وحمل عنوان "كفاية رأس المال في البنوك: أثر العوامل الأساسية والتنظيمية في دولة نامية" - "Bank Capital Adequacy: The Impact of Fundamental and Regulatory Factors in a Developing Country".

10.

ماذا يحدث للكبد عند تناول الثوم يوميا؟

ولكن على الرغم من هذه الفوائد لا ينصح الجميع بتناول الثوم. صحيح هو مفيد ولكن فقط عندما يكون الكبد سليماً. لأن الأشخاص الذين يعانون من أمراض الكبد يتضررون جداً من تناول الثوم، وذلك لأنه عند انشطار "الميثونين" و"الأليسين" تتكون مواد سامة، يستطيع الكبد السليم التعامل معها، في حين لا يمكن للكبد المصاب بالتصدي لها وتزداد حالته سوءاً. استناداً إلى هذا، يجب استشارة الطبيب قبل إدراج الثوم في النظام الغذائي اليومي.

عمان - الغد - من الصعب تقييم فوائد الثوم، فهو يعطي نكهة خاصة للأطعمة، ويحتوي على مواد مفيدة عديدة، ويعزز مناعة الجسم ويسهل عملية الهضم ويسرع عملية التمثيل الغذائي ويخفض ضغط الدم وينشط عمل الكبد. ويحمي الحمض الأميني "الميثونين"، الذي يدخل في تركيب الثوم خلايا الكبد، كما يمنع "الأليسين" الذي يتكون عند تدمير ألياف الثوم من تدمير خلايا الكبد. علاوة على هذا يحسن الثوم عمل كيس الصفراء ويمنع تكون الحصى.

11.