

ولكن مصدر القلق ليس فقط في الشعور الحسي بالتغيرات المناخية، التي يحذر منها الخبراء، والتي تضرب مناطق كثيرة في العالم والاقليم، بل ايضا في الشعور الحسي بانهم باتوا «مياومين»، يعيشون كل يوم بيومه من دون اي هظلة، من اي نوع، تقيهم من المخاطر

فوق الجبال من 29 الى 33 درجة، في الارز من 23 الى 29 درجة، وفي البقاع من 25 الى 40 درجة. الرطوبة النسبية على الساحل بين 65 الى 90 %، وهذه النسبة المرتفعة للرطوبة هي التي تجعل الناس يشعرون بالضيق، ويقلقون من خسارة طقسهم «المعتدل» الذي ما انفكوا يتغنون به.

من المعدل الطبيعي

شديدة»، مشيراً الى «اننا حالياً نرى أننا تأخرنا عن السنة الماضية في ما يتعلق بانقطاع المياه». يرى الخبراء أنه على الدولة ان تبدأ بالاستعداد لمواجهة حالات متطرفة كهذه، ويلفت رياشي إلى ضرورة الاستعداد لمواجهة الحرائق عبر تجهيز الدفاع المدني، كذلك التنبيه الى مسألة انقطاع المياه، مشيراً إلى ان سياسة السدود لا تجدي في ظل طقس متطرف، إذ ستبخّر المياه المجمعة إضافة الى ذلك يجب تجهيز المستشفيات من أجل التعامل مع المشاكل الصحية التي قد تطرأ نتيجة ارتفاع درجات الحرارة. والأهم من ذلك اتباع اجراءات فردية، إذ يجب على الناس ان يغيروا عاداتهم اليومية من ناحية التنقل واستهلاك الطاقة ونوعية المزروعات...

العالمي، واحدة من أعلى موجات الحرارة منذ أكثر من 100 سنة». يؤكد رياشي أن «لبنان يتأثر بهذه التغيرات المناخية»، ويحذر أنه «حتى اليوم لم نشعر فعلياً بانقطاع المياه لأنه لا يزال هناك مياه جوفية، لكن اذا بقيت الحرارة هكذا لمدة اسبوع او اسبوعين فسيلمس الناس نقصاً كبيراً بالمياه جراء ازدياد التبخر، وخصوصاً ان الحرارة على المرتفعات

فجائي ودخلنا سريعاً في موجة الحر». يقول إن «ما نشهده في السنوات الأخيرة هو حالات مناخية متطرفة ومفاجئة، فإما تحدث فيضانات وعواصف ثلجية قاسية مثلما حصل في الشتاء، أو موجة حر شديدة مثلما يحصل الآن»، لافتاً إلى أن «أوروبا واجهت في بداية تموز موجة حر أيضاً، وهذه مشكلة عالمية إذ سجلت هذه السنة، على المستوى

الآن وما زلنا في مرحلة المراقبة- لا دخل لموجة الحر الحالية بالتغير المناخي». يُنهي فرج الله حديثه بأنه «حتى نهاية شهر تموز كنا نشهد طقساً معتدلاً»، ومن هنا تُطرح خيوط إشكالية التغير المناخي. يبيّن الباحث في معهد عصام فارس في الجامعة الأميركية في بيروت رولان رياشي، إلى أن «ما يجب ملاحظته هو التالي: صحيح أن درجات الحرارة لم تتجاوز معدلها الطبيعي، إلا أن ارتفاع الحرارة فجأة بهذا الشكل هو ما يجب الوقوف عنده، إذ أننا نواجه ظواهر مناخية فجائية بسبب التغير المناخي». يشرح رياشي أنه «عوض ان ترتفع درجات الحرارة تدريجياً لتصل الى المعدلات التي شهدناها خلال الـ 4 الماضيين، نلاحظ انها ارتفعت بشكل

والبيئة في معهد عصام فارس في الجامعة الأميركية في بيروت نديم فرج الله، أن «سبب ارتفاع درجات الحرارة هو أننا في فصل الصيف، وعادة تحصل موجات حر. لم ندرس بعد قاعدة البيانات الموجودة لدينا لنقارن درجات الحرارة مع السنوات السابقة، لكن أعتقد أن ما يحصل ليس أمراً غير طبيعي انما مجرد تقلبات عادية ولا تزال الحرارة ضمن معدلها المعتاد، أما إذا امتدت هذه الموجة لفترة طويلة وتكررت مراراً، فعندها نبحث في الأسباب والعلاقة بتأثيرات التغير المناخي». يضيف فرج الله أن «جميع الدراسات التي أجريتها خلصت الى أن درجات الحرارة في بيروت سترتفع في السنوات المقبلة بين درجتين الى 4 درجات مئوية كحد أقصى، لكن حتى



ما نشهده في السنوات الأخيرة هو حالات مناخية متطرفة ومفاجئة (مروان طحطح)

احذروا إشعال النار والتعرض للشمس

فانت الحاج

تناول اللحوم والدهون والمقلبات، التي تعد من المصادر الغنية بالطاقة وتساعد على إفران الكثير من العرق ورفع حرارة الجسم. ومع أن للشمس دوراً مهماً في تزويد الجسم بجزء من حاجته من «فيتامين د» وتمنع الكابة، إلا أن بطرس تنصح المازة في الشارع ورواد البحر خصوصاً بعدم التعرض لها نهائياً بين الثانية عشرة ظهراً والرابعة بعد الظهر، تحسباً لضربة شمس أو حروق في الجلد. والمفارقة ما تقوله لجهة أنه يمكن الإصابة بضربة الشمس حتى عند الوقوف في مكان ظل، لذا من الضروري الانتباه في حالة الإحساس بالإغماء أو الشعور بالصداع أو هبوط الضغط بتناول بعض الأدوية الخاصة بعلاج ضربة الشمس. عدم النوم تحت الشمس، تغطية الرأس بقبعة واسعة وغسل الوجه بكمادات باردة ووضع النظارات الشمسية والواقي الشمسي ومضاغفة الكمية للأطفال هي أيضاً من الإجراءات الوقائية التي تتحدث عنها بطرس. ليس هذا فحسب، فرواد البحر

الارتفاع المفاجئ لدرجات الحرارة في الساعات الماضية حبس أنفاس اللبنانيين في مواجهة مخاطر الإصابة بمشكلات الإجهاد الحراري وضربة الشمس وبكتيريا السالمونيلا التي تشمل أعراضها بصورة خاصة الإسهال والحمى والتقيؤ وتقلصات المعدة. فموجة الحر الاستثنائية المترافقة مع الرطوبة العالية تجعل تنظيم درجة حرارة الجسم أمراً صعباً، هذا ما تقوله جورجينا بطرس، الممرضة المتخصصة في الصحة المجتمعية والعائلية في الجامعة اليسوعية. التعامل مع الحرارة يقتضي، بحسب بطرس، الإكثار من شرب الماء (ليترين في حد أدنى) والعصائر الطبيعية حتى عند عدم الإحساس بالعطش، تناول الموالح التي تحافظ على الماء في الجسم، زيادة الاعتماد على الخضروات والفاكهة في كل الوجبات الغذائية، الإقلال من تناول السكريات والقهوة والمشروبات الغازية والكحولية والامتناع عن

البلدان العربية المجاورة على الأقل. هذا بالنسبة إلى المشكلات الصحية. أما الحرائق، فقد ازدادت بصورة غير مسبوقة، إذ أعلن رئيس العمليات في جهاز الدفاع المدني اللبناني، جورج أبو موسى، إخماد 100 حريق شبت في مختلف المناطق اللبنانية خلال يوم واحد، وخصوصاً في المناطق الحرجية.

ويشرح لـ «الإخبار» المهندس فادي أسمر، الخبير اللبناني في علم النظم الإيكولوجية والغابات، أن الحرارة المرتفعة وسرعة الهواء تزيدان الحذر من الحرائق. في هذه الأيام، ينصح أسمر بتجنب إشعال النار في كل الأحوال كونها تمتد بسرعة قياسية، ويشمل ذلك المخيمات الكشفية وحرق البقايا الزراعية ورمي أعقاب السجائر من السيارة على أطراف الطرق أو عند التنزه في الغابات وفي محيط المناطق الحرجية، واستخدام المفرقات. يحذر أسمر أيضاً البلديات التي أخذت على عاتقها حرق النفايات من تأثير ذلك على الأجرح المجاورة حتى ولو على بعد 50 متراً.

من جهتها، دعت المديرية العامة للدفاع المدني المواطنين إلى ضرورة التزام الحيطة والحذر، والتقييد بإرشاداتها حول التوعية من مخاطر حرائق الغابات وعدم استعمال الأسهم النارية والمفرقات، ما قد يسبب خسائر فادحة في الأجرح وأضراراً في الممتلكات.

ونصحت المديرية المتنزهيين في الغابات بأن يحفروا حفرة صغيرة بعيدة عن الأعشاب أو الأغصان اليابسة تستعمل لإشعال النار للشوي وتردم عند الانتهاء بالتراب ويسكب عليها الماء لتبريدها. وأكدت أهمية مراقبة النار باستمرار، وخصوصاً عندما يكون الهواء قوياً، ما يسبب تطاير الشرارات وانتشارها، فضلاً عن إبعاد المواد سريعة الاشتعال عن مكان النار وجمع النفايات باكياس لوضعها في صناديق القمامة، وخصوصاً الزجاجية.

«إخماد 100 حريق، شبت في مختلف المناطق اللبنانية خلال يوم واحد»

وظائف «ترموسات الجسم» المسؤول عن تنظيم درجة حرارته. اللافت أن وزارة الصحة لم تصدر أي تقرير بشأن الحالات الصحية الناتجة من الحرارة المرتفعة أو حتى بيان تحذيري للمواطنين، على غرار ما فعلت وزارات الصحة في