

## SAĞLIK

### **Mamografi hakkında bilmeniz gereken her şey**

Ekim, Meme Kanseri Farkındalık Ayı olarak biliniyor. Kadınlarda en sık görülen bu tür, erken teşhis edildiğinde yüzde 98 oranda tedavi edilebilir. Yani mamografi (meme röntgeni) hayatınızı kurtarabilir.

Ne zaman çekirtmeye başlamalıyım?

Amerikan Kanseri Derneği, kadınlara 40-44 yaşları arasında mamografi çekirtme seçeneğinin verilmesi gerektiğini öneriyor. Yani mutlaka 45'inci yaş gününüzden önce ilk mamografınızı çekirtmiş olmalısınız. Meme kanserine yakalanma riski ortalama olan bir kadının 45-54 yaşları arasında düzenli olarak her yıl mamografi çekirtmesi gerekiyor. 55 yaş ve sonrası mamografi görüntülemesine 2 yılda bir girebilir.

### **Aile öyküsü nasıl bir role sahiptir?**

Bazı meme kanseri vakaları, BRCA1 ve BRCA2 gibi kalıtsal mutasyona uğramış genlerin sonucu olarak ortaya çıkar. Eğer meme kanseri teşhisi konmuş birinci derece akrabanız (kız kardeş, anne, kız çocuk gibi) varsa riskiniz ortalama bir insandan daha yüksektir.

### **İlk mamografimden ne beklemeliyim?**

Memeniz plastik bir plakayla sıkıştırılır ve meme dokunuz genişletilerek dokulardaki olası anormallikleri saptayacak fotoğraflar çekilir. En son kullanılan mamografi teknolojisi çok az dozda radyasyona sahiptir.

### **Mamografi ağrılı mıdır?**

Mamografi her kadın için farklı bir tecrübedir ancak görüntüleme esnasında hafif bir rahatsızlık hissetmeniz normaldir. Genellikle yalnızca bir dakika sürer. Eğer hassas veya kuru cilde sahipseniz acı hissiyatı biraz daha uzun sürebilir. Mamogram randevunuz sonrası ağrı hissetmeye devam ediyorsanız, 'Ibuprofen' gibi reçetesiz satılan ve steroit yapısında olmayan anti-enflamatuar ilaçlardan kullanabilirsiniz. Tahriş olmuş cildin acısını dindirmek için soğuk banyo lifi ve biraz krem sürmeyi deneyin.

### **Meme kanseri riskini minimuma indirebilmek için şu an ne yapmalıyım?**

Yaş ve aile öyküsü gibi faktörler değiştirilemez olsa da sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemek önlem almak adına mühim bir adımdır. Sağlıklı bir kiloda kalarak, egzersiz yaparak, sigara kullanımından uzak durarak ve alkol kullanımınızı günde bir bardakla limitleyerek veya hiç kullanmayarak meme kanseri riskinizi azaltabilirsiniz. Egzersiz yapmak önemlidir; yaşı ne olursa olsun her kadının haftada en az 150 dakika boyunca orta derecede aerobik egzersizi yapması gerekmektedir. Son olarak mutlaka her yıl check-up için bir jinekoloğa

görüldüğünüzden emin olmalısınız. Doktorunuzla bu randevularınız sırasında mamografi çekirtmeye başlamanız için doğru zamanı görüşebilirsiniz.

### **Yanlış ayakkabı çocuğun ayak sağlığını bozabilir"**

Aynı ayakkabıyı üst üste giymek ayak sağlığını tehdit ediyor. Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Op. Dr. Selim Muğrabi, okul çağındaki çocukların aynı ayakkabıyı iki gün üst üste giymemesi gerektiğini belirtti.

Öğrencilerin çok uzun saatlerini aynı ayakkabıyla geçirdiklerini ve üst üste aynı ayakkabıyı giydiklerinde ayak sorunları ortaya çıktığını belirten Op. Dr. Muğrabi şunları söyledi: "Okula giden çocuğun minimum 2 tane ayakkabısı olması gerekiyor. Çünkü ayakkabının üst üste giyilmesi doğru değil. Üst üste ayakkabı giyme, ayakta havasızlığa, o da ayakkabının içinde oluşan bakteri ve mantarı enfeksiyonların sayısının çoğalmasına yol açar ve ayakkabı içinde ayak şiştiği için aynı ayakkabı giyildiğinde, ayakkabı şeklini kaybeder. Şekli bozulan ayakkabı ile beraber ayağın içinde durmasını destekleyen nokta da bozulur. Bu da çeşitli ayak sorunlarına yol açar."

#### **TOPUK DESTEĞİ OLAN AYAKKABI SEÇİN**

Çocuğunu giydiği ayakkabının yerle birebir temas etmemesi gerektiğini, topuk desteğinin şart olduğunu söyleyen Op. Dr. Muğrabi, "Klasik olarak 5 santim veya 2,5 cm topuk olması gerekir. Bu yükseklik içinde bir desteğin de olması şart. Desteğin yuvarlak ve geniş olması ideal. İç destek çocuğun sağa sola dönmesini engellemek için, ayağının altındaki topuk yüksekliği yaylanmayı sağlamak için gerekli. Ön taraftaki genişlikte ayak parmaklarının şekilsel probleme yol açmayacak biçimde olmalı" dedi.

#### **"İKİ GÜNLÜK ROTASYONLA AYAKKABI KULLANILIR"**

Ayakkabının 2 günlük bir rotasyonla dönmesi gerektiğini ifade eden Op. Dr. Muğrabi, "Ayakkabı sayısına göre gün aşırı da olabilir. Bir gün birini diğer günü öbürünü giymek gerekiyor. Yine eğer mümkünse bir spor ayakkabı olması çok önemli. Çocuklar sabahdan öğlene kadar ya da akşama kadar aynı ayakkabıyla olduğu için çocuk eve geldiğinde muhakkak ayakkabıyı çıkartıp dışarı çıkmalı. Mümkünse o an dış alması çok önemli. Çocuğun ayağı havalandırması gerekli. Ayakkabının da havalandırmak üzere dışarda tutulması çok gerekir" dedi.

#### **"AYAKKABIYI ÇOCUĞUNUZA DENETTİKTEN SONRA ALIN"**

Ayakkabı satın alırken çocuğun mutlaka denemesi gerektiğini söyleyen Op. Dr. Muğrabi, "Çocuğun her iki ayağı aynı eşitlikte olmayabilir. Aynı beden giymeyebilir. Her iki ayağın ayakkabıyı denemesi gerekir. Ayakkabıların tek tek denenip hangi basma noktasında sıkıntı olup olmadığı görülmeli. Ayakkabı alındığında ayakkabının önünde yaklaşık bir parmak boşluğun olmasına muhakkak dikkat edilmeli" dedi.

## **İlaçlar, marka değil etken maddesiyle reçete edilmeli"**

Ankara Eczacı Odası Başkanı Süleyman Güneş, eczacılık alanında yaşanan sorunların engellenebilmesi için ilaçların, markası ile değil etken maddesiyle reçete edilmesi, eczacılık fakültelerinin kontenjanlarının azaltılması ve zayıflatma gibi etkisi olduğu belirtilen ürünlerin Sağlık Bakanlığından izin alınarak satışa arz edilmesi gerektiğini söyledi.

Güneş, Odanın Konferans Salonu'nda düzenlenen basın toplantısında eczacılık alanında gündeme ilişkin değerlendirmelerde bulundu. Emekli hekimlere ilave ödeme yapılması ve hekimlere fiili hizmet zammı verilmesini içeren torba kanunda eczacılarla ilgili düzenlemenin yer almadığını belirten Güneş, "Sağlık çalışanlarının emekli maaşını artıran 4. maddede hekim ve diş hekimlerine yer verilirken, kamu eczacılarımız bu kapsama alınmadı. Karara saygı duyuyoruz fakat kamu eczacılarımızın hak ettikleri emeklilik düzenlemesi için çalışmalarımıza devam edeceğiz." diye konuştu. Eczacılık alanındaki en önemli sorunlardan birinin de eczacılık fakültesi kontenjanları ve sayılarındaki artış olduğunu ifade eden Güneş, ÖSYM verilerine göre bu yıl 2 bin 618 öğrencinin fakültelerden mezun olduğunu ve mezunların işsizlik problemiyle karşı karşıya kaldığını belirtti. Fakülte sayısının artmasıyla eğitim kalitesinin düştüğü eleştirisinde bulunan Güneş, mezunlara "yardımcı eczacılık" yapma zorunluluğu getirildiğini anımsattı. Bu uygulamaya göre, yeni mezunların eczane açabilmek için bir yıl süreyle yardımcı eczacılık yapmak zorunda kaldığını ancak bunun yapılabilmesi için eczane bulmakta sıkıntı yaşandığını söyledi.

"Mezun olan ve yardımcı eczacılık yapmak zorunda olan öğrenci sayısı ile yardımcı eczacı çalıştırma zorunluluğu bulunan eczane sayısı örtüşmüyor." diyen Güneş, ilgili kanunda tanımlanmış ücret ve sigorta bedelinin yüksek olduğunu ve bu nedenle çalışacak eczane bulunmasının güçleştiğini savundu.

Bir yıllık süreci tamamlayanların eczane açabilecek yer bulmakta da sıkıntı yaşadığını anlatan Güneş, "2012'de yürürlüğe giren yasaya göre, ilçelerde 3 bin 500 kişilik nüfusa 1 eczane açılabilmesi zorunluluğu getirildi. Bu durum, yeni eczane açılmasının önüne geçmektedir. Bunun çözümü için, eczacılık fakültelerine öğrenci alınmamasını, kontenjanların düşürülmesini ve üniversitelerin taban puanlarının yükseltilmesini öneriyoruz." dedi.

## **"İLAÇLAR MARKASI İLE DEĞİL ETKEN MADDESİYLE REÇETE EDİLMELİ"**

Güneş, eczanelerde yaşanan şiddet olaylarının en çok hasta ve hasta yakınlarının reçetesiz ilaç talep etmesi ya da hastaya eşdeğer ilaç verilmesi nedeniyle çıktığını söyledi. Eşdeğer ilacın ne olduğunun vatandaşlara iyi anlatılması ve bu konuda farkındalıklarının artırılması gerektiğini dile getiren Güneş, şunları kaydetti: "Eşdeğer ilaçlar piyasaya çıkmadan önce resmi makamlarca denetimden geçmektedir. Etken maddelerin birden fazla üretici tarafından üretilmesi ülke ekonomisine katkı

sağlamaktadır. Etkin miktarda etken maddeye sahip ilaçlar aynı tedavi etkinliğine sahip olmak koşuluyla üretilmektedir. Bunların ışığında hem ilaçta yaşanabilecek yolsuzluk hem de gereksiz ilaç kullanımının önüne geçilebilmesi için ilaçlar, markası ile değil etken maddesiyle reçete edilmeli."

#### MOBİL "NÖBETÇİ ECZANE" UYGULAMASI

Güneş, ayrıca Ankara Eczacı Odası olarak vatandaşların nöbetçi eczanelere daha kolay ulaşabilmesi için mobil bir uygulama hazırladıklarını belirterek, "Vatandaşlar, Ankara'daki tüm ilçeler ve Kırıkkale'de hizmet veren tüm eczacılara ve o gün nöbetçi olan eczanelere ulaşabilecek. IOS ve Android'e uyumlu olacak bu ücretsiz uygulamayı, ağustos ayı içerisinde hizmete sunmayı planlıyoruz." dedi.

#### UZAKDOĞU MENŞEİLİ ÜRETİLEN TABLETLERE DİKKAT

Öte yandan Güneş, zayıflatıcı, saç çıkarıcı ya da cinsel gücü artırıcı şeklinde tanıtımları yapılan ürünlere karşı uyarılarda bulundu.

Bu tip ürünlerin Tarım ve Orman Bakanlığınca ruhsat alarak piyasaya çıkarıldığını belirten Güneş, "Biz meslek örgütü olarak bu tip ürünlerin Sağlık Bakanlığından izin alarak satışa arz edilmesinin önemli olduğunu düşünüyoruz." dedi.

Ankara Eczacı Odası Genel Sekreteri Mustafa Aslan da bu tür ürünlerde, ilaçlarda kullanılan bazı etken maddelere yer verilmesi durumunda sağlık sorunlarının ortaya çıkabildiğine işaret etti. Bu ürünlerin etkisinin hemen ortaya çıkabilmesi için, ilaç etken maddelerinin olması gerekenin çok üstünde kullanıldığını anlatan Aslan, "Bu ürünlerin de genellikle satışı internet üzerinden yapılıyor. Özellikle Uzakdoğu menşeli üretilen tabletlerin çok büyük bir kısmında maalesef ilaç etkin maddesine rastlıyoruz." dedi. Aslan, sağlıkla ilgili ürünlerin kesinlikle internetten alınmaması, mutlaka eczaneye başvurulması gerektiğini vurguladı.

#### يقتل طفلا كل 39 ثانية.. ماذا تعرف عن "الوباء المنسي"؟

حذرت وكالات صحية عالمية من مخاطر ما وصفته بالـ"وباء المنسي"، مشيرة إلى أنه يقتل طفلا كل 39 ثانية. ووفقا لما نشره الموقع الرسمي لمنظمة "اليونيسيف"، تسبب الالتهاب الرئوي في قتل نحو 800 ألف طفل العام الماضي؛ على الرغم من إمكانية الشفاء والوقاية منه.

وفي تقرير بشأن ما وصفوه بأنه "الوباء المنسي"، حثت منظمة الأمم المتحدة للطفولة "اليونيسيف" ومنظمة إنقاذ الطفولة الخيرية وأربع وكالات صحية أخرى الحكومات على زيادة الاستثمار في اللقاحات للوقاية من المرض، وفي الخدمات الصحية والأدوية لعلاج، وفقا لسبوتنيك. وقال سيث بيركلي، الرئيس التنفيذي لتحالف "جافي" للقاحات: "حقيقة أن هذا المرض الذي يمكن الوقاية منه وعلاجه وتشخيصه بسهولة، لا يزال أكبر قاتل للأطفال الصغار في العالم؛ تبعث على الصدمة".

يذكر أن الالتهاب الرئوي أحد أمراض الرئة الناجمة عن البكتيريا أو الفيروسات أو الفطريات.

اليونيسيف تطلق مبادرة "أنا نتعلم" لتعزيز الحماية المقدمة للطفل والأسر الأكثر حرمانا

أطلقت إحدى شركات التأمين، مبادرة بعنوان "أنا نتعلم"، بالتعاون مع منظمة الأمم المتحدة للطفولة "يونيسيف"، لتعزيز الدمج الاجتماعي وبرامج الحماية المقدمة للأطفال الأكثر حرمانا وأسرهم في مصر.

تأتي المبادرة تماشياً مع جهود الدولة للنهوض بالتعليم، وتخصيص العام الحالي عامًا للتعليم، ورصدت شركة التأمين 6 ملايين وخمسمائة ألف جنيه مصري، تتفق على مدار ثلاث سنوات.

وقال برونو مايس، ممثل يونيسف في مصر، خلال مؤتمر صحفي، إن تضافر جهود الحكومة، والمجتمع المدني، والقطاع الخاص، من أجل العمل على الوفاء بما فيه صالح الأطفال هو من صميم عمل يونيسف، مضيفاً أنه تقع علينا جميعاً مسؤولية مشتركة لضمان أن يعيش كل طفل حياة صحية وآمنة.

وتم إطلاق المرحلة الأولى من البرنامج، التي تركز على المسؤولية المشتركة في توفير فرص أفضل لكل طفل، مع التركيز على أحقية كل طفل في فرصة للتعليم، كما سيساعد التمويل المقدم ليونيسف في دعم العمل الذي تقوده الحكومة من أجل توفير سياسات متكاملة وعاجلة معنية بالتصدي لقضايا فقر الأطفال. لاسيما، تحسين الدمج الاجتماعي، مع التركيز على الأطفال الأكثر حرماناً، وتحسين إمكان الوصول إلى الخدمات التعليمية والقدرة على تحمل نفقاتها، وذلك من خلال إجراء البحوث اللازمة لضمان استهداف الفئات الأكثر احتياجاً.

وقال ممثل اليونيسف: إن المنظمة تنفذ المبادرات من خلال الحكومة المصرية ممثلة في وزارة التضامن الاجتماعي، مشيراً إلى أن المنظمة رصدت 100 مليون دولار لمصر خلال خمس سنوات، وتم استهلاك نحو 80 مليون دولار خلال العامين الماضيين.

وأشار إلى أن مصر قد أحرزت تقدماً كبيراً فيما يتعلق بتحقيق رفاهية الأطفال ونمائهم على مدار الخمس عشرة سنة الماضية، غير أنه لا تزال تواجه الدولة العديد من التحديات في توفير فرصة عادلة لكل طفل في الحياة، والنماء، وتحقيق كامل إمكاناته. فوفقاً لبحوث يونيسف، يعاني ما يقرب من عشرة ملايين طفل في مصر من الفقر متعدد الأبعاد، ويقاس فقر الأطفال بثمانية أبعاد، هي: الحصول على المياه النظيفة، والوصول إلى الصرف الصحي، والوصول إلى المعلومات، وظروف السكن، والصحة، والتغذية، والتعليم، والحماية.

#### تعرف على اللقاح الجديد الذي يخفض الإصابة بالمalaria بنسبة 40%

بعد أكثر من 30 عاماً من الأبحاث في كيفية مكافحة مرض الملاريا، طور العلماء لقاحاً جديداً لمكافحة هذا المرض الذي ينتشر بصورة كبيرة في إفريقيا. اللقاح» طور بواسطة شركة بريطانية متخصصة وتمويل من التحالف العالمي للقاحات والتحصين و منظمة اليونيسيف، ويعمل اللقاح على خفض الإصابة بالمalaria بنسبة 40%. وقد أشارت منظمة الصحة العالمية إلى أن 219 مليون شخص حول العالم أصيبوا ب مرض الملاريا عام 2017 منهم 90% في إفريقيا.

وطور علماء لقاحاً جديداً لمكافحة مرض الملاريا، الذي ينتشر في الدول الإفريقية بصورة كبيرة.

#### لا يتأثر بالمبيدات .. ما سر الانتشار الكثيف للذباب بالقاهرة والمحافظات؟ خبراء يجيبون

انتشر الذباب ظهر مؤخراً بشكل غير طبيعي في عدة محافظات، وهي ظاهرة تبدو متكررة في هذا الوقت من كل عام، ولكن ظهرت خلال الأيام الماضية أنواع جديدة من الذباب أطلق عليه "الزل" حيث لا يغادر المنزل بسهولة ولا يتأثر أحياناً برش المبيدات، وهي أنواع جديدة قادمة من السودان.

ويعتبر الذباب من الحشرات التي تسبب إزعاجاً في المنزل، وقد تبحث ربات المنزل عن الطرق التي تجعلها تطرد الذباب.

**"بوابة الأهرام" ترصد آراء الخبراء لوضع روشة لكيفية القضاء على هذه الظاهرة**

### **درجات الحرارة**

في البداية يقول الدكتور عبد الرحمن جمال الدين أستاذ كيميائي مبيدات بمركز بحوث الصحراء، إن الذباب ينتشر في هذه الفترة، نظراً لتغير درجات الحرارة فإنه يبحث عن أماكن الدفء لأنها غير متوفرة في الشوارع ومتوفرة في المنازل، مؤكداً أن القمامة المنتشرة بالشوارع والتي يساعد على نمو و انتشار الذباب بشكل مكثف.

واستكمل الدكتور عبد الرحمن جمال الدين، أن المناطق الدافئة وأماكن الرطوبة من أكثر البيئات المناسبة لتكاثر الذباب، مشيراً إلى أن الذبابة الواحدة تلد قرابة 4 ملايين بيضة في الأسبوع، والذبابة الواحدة قادرة على نقل العدوى لعشرات الأشخاص في آن واحد.

### **منافذ تهوية**

واستطرد الدكتور عبد الرحمن، أنه للتخلص من الذباب يجب فتح منافذ التهوية وتشغيل المراوح في المنازل وطرد الذباب منها أولاً بأول، لأن الأماكن المغلقة تساعد الذباب على التكاثر، مستكملاً أن يتم عمل أسلاك علي النوافذ واستخدام المصائد جاذبة للذباب.

وحذر من أماكن التجمعات في حالات الإصابة بنزلات معوية لأن الذباب المتطاير ينقلها خاصة بين الأطفال ذوي المناعة المنخفضة.

### **السبب الرئيسي**

ومن جانبه يوضح الدكتور محمد فهمي أستاذ التغيرات المناخية بمركز البحوث الزراعية، أن انتشار الذباب في هذه الفترة من العام يرجع لوجود نشاط عالٍ، وهي الفترات التي لا تكون شديدة الحرارة والبرودة أي أنها تكون بين فصول السنة، مضيفاً أن نشاط الذباب المنزلي بهذه الكثافة يرجع السبب فيه للتغيرات المناخية غير الاعتيادية، وتتمثل في زيادة الفرق بين حرارة الليل والنهار وتذبذب حرارية، هذا بالإضافة إلى الزيادة الكبيرة في الرطوبة الجوية يرجع ذلك إلي وجود أمطار غزيرة وهذه العوامل المناخية عوامل مناسبة جداً لنشاط الحشرات.

### **حشرة حساسة**

وأضاف أن الذباب يعد من طائفة الحشرات التي لديها إحساس بتقلب المناخ أو تغير المناخ، وذلك لأن في هذا الوقت من العام كان يفترض انخفاض درجات الحرارة الصغرى ليلاً وهذا لم يحدث، لافتاً إلى أن المناطق الريفية بها نشاط مضاعف ويرجع ذلك لتجهيز الأرض للمناطق حول البرك.

### **فصل الصيف**

وأوضح الدكتور محمد علي فهمي، أستاذ التغيرات المناخية بمركز البحوث الزراعية، أن المتعارف عليه أن يكون في حركة غير طبيعية للذباب بين المواسم، لكن الكثافة التي يتواجد بها غير طبيعية، وذلك نتيجة تغيير درجات الحرارة، مضيفاً أن الذباب يأتي

بين المواسم، لديه "حساسات عالية"، فالصيف هو الفصل المفضل له والشتاء غير المفضل فيكون ظهوره فيه قليلا.

### التذبذبات الحرارية

وعن سر انتشار الذباب يرجع فهم، ذلك إلى أن مصر في الفترة الحالية، تعاني التذبذبات الحرارية ما بين الليل والنهار بمعدلات عالية، هذا بالإضافة إلى ارتفاع معدلات الرطوبة، وهذا يزيد من نشاط الحشرات في ظروف مناخية معينة، وتابع: "الآن هناك زيادة في النشاط لدى الذباب وانخفاض في التكاثر عكس فصل الصيف، يكون هناك زيادة في التكاثر وانخفاض في النشاط، وحاليا يوجد نشاط عالٍ جدًا يرجع ذلك إلى أن هناك أسبابًا طبيعية وغير طبيعية، يأتي السبب الطبيعي نتيجة الفصل بين المواسم، وغير الطبيعي بسبب تقلبات زيادة في الفرق بين حرارة الليل والنهار وزيادة الرطوبة اللي حدث خلال هذه الفترة من العام، وأن الأمطار المبكرة في الخريف، كانت تبدأ في شهر نوفمبر .

### النظافة أولا

ويؤكد أستاذ التغيرات المناخية إلى أن كل هذه الأسباب تؤدي إلى زيادة في نشاط غير اعتيادي للذباب، فلا بد من الاهتمام بنظافة المنازل، مشيرًا إلى أن من المفترض اهتمام السكان بمنزلهم بشكل كبير سواء من خلال التهوية وخفض نسبة الرطوبة من خلال عدم استخدام مياه كثيرة في المطبخ، وفتح الشفاط دائما، والاهتمام بنظافة البيت ،لأن الذباب يكون نشيطا ويسعى أن يتغذى عن طريق بقايا الطعام، وفقا لوصف "فهم".

### المبيدات الكيماوية

وينصح فهم باتخاذ الحذر وعدم استخدام المبيدات الكيماوية، وعلى الشخص تنظيف الأماكن التي من الممكن أن يتواجد بها ليلا مثل "البلكونة أو النجف أو المراوح وغيرها، موضحًا أن التخلص من الذباب يكون بعدة طرق طبيعية من بينها استخدام الزيوت العطرية ك"زيت القرنفل والليمون وزيت النعناع" بخلط ملعقتين من نوعين في لتر من المياه ورجها جيدا ثم رشها لطرده، هذا بالإضافة إلى استخدام الديتول وزيت البردقوش في دورات المياه وذلك لأن الروائح التي تخرج منها جاذبة للذباب. وأكد فهم إلى أن كافة الزيوت سالفة الذكر طاردة للذباب من المنزل، مشيرًا إلى أن الأمر يتضاعف عشرات المرات وذلك لبداية الموسم الزراعي والتغيير المناخي في هذا الوقت من العام.