

صغيرة الحجم كبيرة العقل. هكذا وصف العلماء سمكة أبو شوكة نظرا لما تبديه من ذكاء شبيه بذكاء الإنسان على نحو مدهش عندما يتعلق الأمر بالبحث عن الغذاء.

و تو صبلت در است أحر اها علماء في بريطانيا الى ان حظوظ سمكة ابو شوكة في الحصول على الغذاء أوفر لدى مقارنة خبراتها مع سلوك اقرانها من الأسماك

يشير اكتشاف هذا النمط الراقي من التعلم الاجتماعي الذي يُسمى "ستراتيجية تسلق التل" إلى أن مثل هذه الحيل المعرفية قد تكون أكثر شبيوعا بين حيوانات غير بشرية مما كان يُعتقد في السابق.

التل" تُلاحظ على نطاق واسبع في المجتمع البشري حيث ترتبط الانجازات التكنولوجية باختيار أفضل التقنيات من خلال التعلم الاجتماعي ثم تحسينها منتجة ثقافة تراكمية، ولكن نتائج الدراسة التي كما تبين الدراسية إنّ الأدمغة الكبيرة أجراها العلماء البريطانيون تشير الى

مثل دماغ الإنسان قد لا تكون الطريقة

يوضيح كندال ان ستراتيجيات "تسلق

الوحيدة لإنتاج ثقافة تراكمية لدى نوع الأمر بالقدرة على التعلم الاجتماعي. من الأنواع. تنقل صحيفة "الغارديان" عن جيريمي كندال من قسم الانثروبولوجي في جامعة درام "أن الاستماك الصنغيرة قد تكون صَّاحْبة أَدمغة صغيرة ولكن تبقى لديها قدرات معرفية مذهلة".

سمكة أبو شوكة من مقاطعة ليسترشاير في وسط انجلترا ثم وضعوها في خزان

البشر يكون الشكل ذاته الذي تمارسه سمكة ابو شوكة". في التجربة التي نُشيرت تفاصيلها في مجَّلة Behavioral Ecology يومّ الأربعاء الماضى اصبطاد العلماء ٢٧٠

ان حجم الدماغ ليس كل شيء حين يتعلق

بكمية من الغذاء أكبر مما يرفد به المصدر كيفن لالاند عالم من جامعة سانت اندروز الثاني، سماه العلماء "المصدر الغني" الاسكتلندية ساهم في الدراسة وهو يقول ثم سُمّح للأسماك التي تعلمت ان تُفضّل المصدر الغنى ان تراقب نظيراتها تتغذى ان سمكة أبو شوكة ذات النخاعات التسعة قد تكون بمثابة انشتاين في عالم الأسماك فى تجربة منفصلة ولكن جرى هذه المرة وان ما يثير الدهشة "أن شكلا من اشكال تبديل المصدرين. وبعد فترة من الوقت سُمح للأسماك التي التعلم الاجتماعي نجد انه الأمثل لدي كانت تراقب بأن تختار هي هذه المرة مصدر الغذاء فتمكن ٧٥ في المُّئة منها أن

ان حيوانات كثيرة تتعلم من نظيراتها الأكثر خبرة وتمرسا لاكتساب مهارات مثل

تعرف من مراقعة الأسيماك الأخرى ان

مصدري الغذاء قد جرى تبديل احدهما

بداخله مصدران للتغذية، احدهما يُزود

القنص أو الغزو أو الإفلات من الأعداء. "ولكن محاكاة الأخرين ليست دائما وصفة للنجاح وكثيرا ما يكون من الأسلم ان تبدي الحيوانات انتقائية في اختيار من تحاكيه"، كما يقول العالم كندال. من الواضيح ان سمكة أبو شوكة لا ترتبط

بعلاقة وثيقة مع الإنسان ولكن لديها هذه القدرة البشرية على ألا تحاكى أحدا إلا إذا كان المردود أفضل مما لو اعتمدت على سلوكها. قد نتوقع مثل هذه القدرة لدى حيوانات تربطها علاقة وثيقة مع الإنسان وفى حالة سمكة ابو شوكة فالأرجح انها اكتسبت هذه القدرة من خلال التكيف مع

بيئتها المباشرة ، كما يقول العلماء. عن/موقع ايلاف

من ۲۰ فإن هذا هو (نقص في الوزن)

عن المستوى الطبيعي وما كان بين ٢٠

إلى ٢٥ فهو نطاق (وزن طبيعي)، وما

كان فوق ۲۰ إلى حد ۳۰ فهو (زيادة

وتّنص الإرشادات الجديدة، بالنسبة

للنساء اللواتي يحملن جنينا واحدا،

- اللواتي لديهن (نقص في الوزن):

المتوقع الطبيعي زيادة ما بين ١٢,٧ كيلوغرام إلى ١٨ كيلوغراما.

- اللواتي لديهن (وزن طبيعي):

المتوقع الطبيعي زيادة ما بين ١١٦٣

- اللواتي لديهن (زيادة في الوزن):

المتوقع الطبيعي زيادة ما بين ٦,٨

- اللواتي لديهن (سمنة): المتوقع

الطبيعي زيادة ما بين ٤,٩ كيلوغرام

وبالنسبة للمرأة الحامل بتوأم، أي

- اللواتي لديهن (نقص في الوزن): لا

توجد نصيحة بشأن المتوقع في زيادة

الوزن خلال فترة الحمل، نظرا لعدم

توفر الأدلـة.- اللواتي لديهن (وزن

طبيعي): المتوقع الطبيعي زيادة

ما بين ١٦,٧ كيلوغرام إلى ٢٤,٥

- اللواتي لديهن (زيادة في الوزن):

المتوقع الطبيعي زيادة ما بين ١٤

- اللواتي لديهن (سمنة): المتوقع

الطبيعي زيادة ما بين ١١,٣

كيلوغرام إلى ١٩ كيلوغراما، وعلقت البروفسورة راسميسين بالقول: كى

تحقق النساء هذه الأهداف، عليهن

تلقى الاهتمام الشخصى قبل وخلال

وماً بعد فترة الحمل، والدعم من

كيلوغراما إلى ٢٢,٦ كيلوغرام.

كيلوغرام إلى ١٥,٨ كيلوغرام.

كيلوغرام إلى ٣,٦ كيلوغرام.

جنينين، تنص الإرشادات على:

إلى ٩ كيلوغرامات.

فى الوزن)



تدخين أكثر من ٥

سجائر يوميا يصيب

بالصداع النصفي

كشفت دراسة استانية حديثة تم نشرها

مؤخراً في مجلة طبية أن تدخين أكثر

من خمس سجائر يوميا ً يمكن أن يجعل

. و. التقارير البحثية التي تم التوصل إليها

قبل إماطة اللثام عن تتائج تلك الدراسة

الجديدة، تشير إلى أن التدخين يمكن أن

يُحسن من حدة مخاطر الإصابة بالصداع

النصَفي من خلال الدور الذي يلعبه في

الحد من القلق، الذي يعد من بين العوامل

وقال خوليو باسكوال، أحد المشاركين في

تلك الدراسة والطبيب بوحدة الأعصاب

الجامعي في مدينة سانتاندير الاسبانية

الرائدة في اسبانيا نظرا ً لوجود عدد

قليل من الأبحاث المتعلقة بهذا الموضوع،

وما تم التوصل إليه من نتائج عبارة عن

تعقد الأمور والحاجة إلى تدريب مسبق

ويقول الباحثون أن من بين مميزات تلك

الدراسة هي أن العينة التي تم الاعتماد

عليها قد شملت ٣٦١ طالبا ً بكلية الطب

دراية تامة بجميع المعلومات المتعلقة

بالصداع النصفي، كما قام الخبراء الذين

استفسروا عن وجود أو غياب الصداع

النصفى (وسماته) وإذا ما كان يدخن

الأشخاص أم لا، بتقديم ضمانات عن

موثوقية النتائج التي تم التوصل إليها،

الهاتف، بصورة عشوائية ودون دراية

وقد أظهرت النتائج أن ١٦٪ من الطلاب

قد استوفوا المعايير الخاصة بالصداع

النصفي، في الوقت الذي كان يدخن

فيه ٢٠٪ فقط، وكانت نسبة المدخنين أعلى بنسبة ٢٩٪ بين هؤلاء الأشخاص

المصابين بالصداع النصفى وتبين أيضا

أن تواتر الصداع النصفي لدى هؤ لاء

الطلاب المدخنين المصابين بالصداع

النصفي كانت أعلى بصورة واضحة

من الطلَّاب غير المدخنين ويعانون من

وفى النهاية، ختّم باسكو ال حديثه

بالقول: يعد التدخين عاملاً يعجل

هذا النوع من الصداع، حيث يرتفع

انتشار المدخنين النشطين بمقدار الثلث

بين المصابين بالصداع النصفي، كما

توجد علاقة مناشرة بين عدد السجائر

المستهلكة وتواتر نوبات الإصابة

الأشخاص بالمرض.

الصداع النصفي.

حيث تم إجراء معظم الدراسات المسحية الخاصة بهذا النوع من الدراسة عبر

في جامعة سالامانكا، وكانوا على

نتائج محايدة للغاية. ويرجع هذا إلى

للمشاركين في الدراسة"

"هذه الدراسة تعد واحدة من الدراسات

فى مستشفى ماركيز دي فالديسيلا

التى تعمل على تحفير حدوث نوبات

الإصابة بالصداع النصفي.

جسم الإنسان أكثر عرضة للإصابة

بنوبات الصداع النصفي، وكانت

اختراع DVD قادر على تحميل ٠٠٠٠ فيلم

في الوقت الذي يعاني فيه الكثير من المستخدمين من عدم قدرة أقراص الفيديو الرقمدة DVD على استيعاب كميات ملائمة من الأفلام التي يحبونها، أعلنت جامعة أسترالية أنها قامت باختراع قرص قادر على استيعاب حوالي ألَّفي فيلم و أفادت جامعة سوينبيرن

للتكنولوجيا في ملبورن، أن القرص الجديد له قدرة على استيعاب ١,٦ 'تيرابايت"، أي حوالي ١٦٠٠ ميغابايت، وهو أول اختراع من نوعه، بحسب خبراء التقنية. وأشار مسؤولون بالجامعة إلى أنه في سبيل صنع هذا القرص ذي المساحة الهائلة، قامو الباضافة بعدين جديدين للقرص البصري العادي، وهو الأمر الذي يمكّن القرص الجديد من قراءة مجموعة مختلفة من الموجات.

ولم يحدد الباحثون بالجامعة الوقت الذي سيطرح فيه القرص الجديد في الأسواق، إذ إن هناك إمكانية أن يتم هذا الأمر ما بين عامين إلى خمسة أعو ام قادمة، ولكن بالمقابل أشار العلماء الى أنه تم توقيع اتفاقية مع شركة سامسونج الكورية الشهيرة، للترويج له تجاريا. ورأى خبراء في التقنية أن هذا

القرص الجديد له مزايا عديدة، إذ إنه يقوم بتوفير الكثير من الجهد و المال لدى المستخدمين العاديين، فهو يحنيهم عناء شراء كميات ضخمة من أقراص الفيديو الرقمية، لتجميع الأفلام والبرامج التي

يحبونها.

وأشار الخبراء إلى أن أسعار الأقراص القادرة على استيعاب كميات ضخمة من المعلومات مثل قرص "بلو-راي"، مرتفعة للغاية، وبالتالى يفترض أن يباع القرص الجديد بثمن أقل، وبالتالي يوفر كميات ضخمة من المال لدى المستهلكين.

ويعتقد الخبراء أن للقرص دلالة كبرى على توجه الناس نحو تحميل الأفلام من الإنترنت، من مواقع إلكترونية مثل "نيت فليكس"، بعد أن كانوا قد دأبوا في السنوات الماضية على شراء أقراص الفيديو الرقمية، والتي يعتبرها العلماء الأن عبارة عن تقنية بدأ نجمها في

عن/سي أن أن

نصائح طبية جديدة بشأن تغيرات الوزن خلال فترة الحمل

أصدر الخبراء في مؤسسة الصحة (Institute of Medicine IOM) الولايات المتحدة الإرشادات الجديدة بشأن التغيرات الطبيعية المتوقعة لوزن جسم الحامل، وضمت لحنة الخبراء أطباء وأخصائي تغذية وباحثين في الصحة العامة، وكانت النسخة القديمة من الإرشادات بشأن هذا الأمر قد صدرت في عام ١٩٩٠، أى قبل ١٩ عاما، حينما لم تكن مشكلة السمنة واسعة الانتشار بين النساء، كما هو عليه الحال اليوم في المجتمع الأميركي والعالمي، والإرشبادات الجديدة، التي صدرت في ٢٨ أيار الماضي، لم تكنّ موجهة فقط نحو النساء البدينات بالأصل قبيل حملهن، بل هي لجميع النساء وبكافة الأوزان، وركزت على مناقشة وضع المرأة البدينة في مرحلة ما قبل الحمل وأهمية بدئها بالاهتمام بالوزن وممارسة الرياضة وتناول الأطعمة الصحية واستخدام حبوب منع الحمل، وذلك في محاولة جادة لخفض الوزن إلى المعدلات الطبيعية قبل حصول الحمل.

وقالت الدكتورة كاثلين راسميسين، رئيسة اللجنة وبروفسورة التغذية بجامعة كورنل: خلال فترة الحمل يزيد وزن الكثير من النساء بشكل يفوق ما يجب. وأضافت، من المهم أن لا يزيد وزنها كثيرا خلال الحمل، ان أمكن، فإن من المهم أن يكون وزن المرأة جيدا قبل حملها.

معلومات تفصيلية

وبنيت عناصر الإرشادات الجديدة على حساب مقدار نسبة مؤشر كتلة الجسم للمرأة قبل حملها.

وعليه أعطيت النصائح حول الزيادة الطبيعية المتوقعة في وزن الجسم خلال مرحلة الحمل. ويتمحساب مقدار نسبة مؤشر كتلة الجسم((BMI

body mass index لإنسان عبر عملية حسابية بسيطة، وهي قسمة الوزن بالكيلوغرام على مربع الطول بالمتر.

ومثلا لو كان وزن الشخص ٦٥ كيلوغراما، وطوله ١,٧ متر، فإن

أطبائهن وأسرهن. نتيجة الحساب هي ٢٢. الزيادة خلال الحمل وتقريبا، فإن كانت قيمة المؤشر أقل

الجنين.

وبشأن الزيادة في وزن المرأة خلال الحمل، كثير من الناس لا يدركون أن

ما تتناوله عادة للحفاظ على وزنها خارج فترة الحمل. ولكن البعض يسيء فهم مقولة إن الحامل عليها أن تتناول طعام شخصين، في إشمارة منها إلى أن

وأن أقل من ١٪ من النساء البدينات يبدين اهتماما جديا بإنقاص وزن أجسامهن إلى الحد الطبيعي قبل بدء

المطلوب، والمهم حصوله، هو تحقيق زيادة في وزن جسم المرأة الحامل، ولكن الزيادة المفرطة، فوق ما هو متوقع كشيء طبيعي، قد تحمل في

وتوضح البروفسورة راسميسين ذلك بقولها ما ملخصه: خطورة هذه الزيادة المفرطة على صحة الجنين والأم، هي ولادة طفل كبير جدا في وزنه وحجمه، مما قد يـؤدي إلى إصبابات في الجنين، أو في الأم، خلال عملية خروجه من الرحم عبر الطريق الطبيعي للولادة، أو قد يؤدي إلى الاضبطرار لإجراء عملية ولادة قيصرية، أو نشوء مشكلة زيادة الوزن

ثمة حدوداً للزيادة الصحية في وزن الجسم خلال الحمل. وما تحتاجه المرأة خلال أيام فترة الحمل، هو تناول حوالي ٣٠٠

وطرحت الدكتورة غويست مشكلة أخرى تحتاج إلى اهتمام جدي لحلها، وهي أن حوالي ١٠٪ فقط من النساء اللواتي يراجعنها في العيادة، يسألنها بالفعل عما يجب عليهن فعله لكي يصبحن في وضع صحي أفضل

طياتها مخاطر على صُحة الأم وصحة

و السمنة لدى المرأة بعد الولادة.

كالورى (سعر حراري) إضافي فوق

الشخص الأُخر، أي الجنين، هو مخلوق ذو حجم صغير بالأصل.

قبل الشروع في الحمل.

يعانى مرضى الربو عديدا من الأعراض؛ مثل الصفير والسّعال والاختناق؛ التي يمكن أن تؤدي إلى الوفاة، وهو ما دفع الأطباء إلى استحداث

البداية كانت صعبة بالنسبة للطفل إيمري، حيث

الهليوم والأكسيجين يمكن أن يساعد الهواء على المرور بشكل أسهل. ويوضح الطبيب جيمس سويفت المتخصص

الطبيعي، منذ ذلك الوقت.

ويوضح الدكتور جيمس سويفت أن الأطفال الذين

بضعة أيام، الأمر الذي أدى إلى استعادته تنفسه

يوضحه بالقول: كنت ألعب مع الكلب فشعرت

بضيق في نفسى، أما والده فيضيف أنه نظر إلى

يؤدى ذلك أحيانا إلى توقف عمل القلب. يشار إلى أن الربو مرض يصيب الجهاز التنفسي، يتميز بحدوث هجمات متقطعة من ضيق النفس الشمديد، ويقدر الأطباء أن نحو٦٠٠مليون شخص في مختلف أنحاء العالم مصابون بالربو، كما تشير إحصائيات علمية إلى أنه عام ٢٠٢٠

عشر عاما يتعرضون لأسوأ نوبات الربو، وقد

زاك فوجد أن شفته زرقاء، فعرف حينها أن هناك في العناية الفائقة أن طبقات الهليوم تتيح مشكلة. وسييلة جديدة تساعد على التنفس، وذلك غير أن الأطباء قاموا بإعطاء زاك غاز الهليوم للأكسيجين وثاني أكسيد الكربون دخول مجاري باستخدام غاز "الهليوم".

- كاميرا مقاومة للمياه (حتّى ١٠ أمتار) والصدمات

(۱,۲۲ مـتر)، والتجمّد (۱۰- درجـات مئوية)،

- نمط تصوير Smart Auto مع تكنولوجيا رصد

رهـق ضيق التنفس قلبه؛ ومن أجل معالجة هذه الحالة استخدم الأطباء غاز الهليوم، بعد اكتشافهم أن تغليف القصبات الهوائية بمزيج من

الهواء والخروج منها بفاعلية أكبر. الأزمة نفسها طالت الطفل زاك هيبرت البالغ من العمر ثلاثة عشر عاما، الذي أصيب بنوبة ربو

والخدوش مع غلاف مرن.

والغبار ١٢,١ميغابيكسل.

المزايا باختصار:

أدت إلى إدخاله المستشفى مرات عدة. وهو ما

سيصبح الربو في زيادة بنسبة ٥٠٪. تتراوح أعمارهم ما بين خمسة أعوام وثمانية



العبن الحمراء. بشاشة Pure Color LCD II قياس ه.٢ بوصة شديدة السطوع مع طبقة حماية بسماكة ٢

- نظام إكسسوارات اختياري يضم أحزمة للكتف والعنق وحلقات التسلّق، ومجموعة أغطية أمامية. مجموعة من أنماط التصوير وأنماط المناظر - أفلام VGA بسرعة ٣٠ لقطة في الثانية.



PowerShot D۱۰ مصمّمة لترافق المستخدم أطلقت كانون كاميرتها الرقمية الأولى المقاومة للماء: في جميع مغامراته، فهي مقاومة حتّى ١٠ أمتار،

Power Shot D۱۰ بدرجة وضوح ۱۲٫۱ ميغا بيكسل المصمِّمة لمحبِّي المغامرة والحياة النشيطة. وتجمع PowerShot D۱۰ متانة تخوّل حملها أينما أردنا مع نوعية صورة ممتازة. ويعطي معالج كانون DIGIC ٤ أداء شديد التجاوب وصوراً غنية زاخرة بالتفاصيل، يحسّنها نمط تصوير Smart Auto الذي يستعين بتكنولوجيا "رصد المناظر' لالتقاط صور رائعة. وتتميّز PowerShot Div بالتلاؤم مع مجموعة

ركوب الأمواج إلى الغطس والتزلّج وتسلّق الجبال،

أكسسوارات واسعة لتسهيل الاستعمال والحمل من

نشاطات مختلفة.

قد تنخفض إلى ١٠- درجات مئوية.

وفي وسع المستخدم تعديل شكل الكاميرا بغطاء أمامى

ارتفاع ١,٢٢ متر، ومقاومة للغبار، وتعمل في حرارة وتتوافر مجموعة من إكسسوارات الحماية للكاميرا في الظروف الصعبة، منها غلاف مرن، وأحزمة للكتف

ويمكنها تحمّل صدمة السقوط على سطح صلب من

- زوم بصري ٣× مع تثبيت صورة بصري. والعنق وحلقات التسلّق، وبفضل نظام وصل جديد - معالج DIGIC ؟ يعطي أوقات تجاوب سريعة، على زوايا الكاميرا، يمكن تعديل الإعداد ليتناسب مع وصوراً عالية النوعية وتقنيات ذكية.

مقاومة الضبابية مع تثبيت الصورة وتكنولوجيا رصد الحركة. خارجي ملوّن اختياري، وحمايتها من الصدمات

النوم ساعة إضافية يقلل مخاطر أمراض القلب

نشر علماء في ألمانيا تفاصيل عن آلات ناي يعتقد انها موسيقية عثر عليها حتى الأن. تعود الى عصر الإنسان الحديث الذي بدأ في غزو واستيطان أوروبا، أي قبل ما يقرب من ٣٥ ألف عام. ويعتقد ان هذه النايات هي أقدم

العثور على أقدم نايات في التاريخ

ويقول الباحثون، في موجز بحثهم الذي نشر في مجلة الطبيعة" Journal Nature ان الموسيقي كانت منتشرة بين البشر على نطاق واسع في عصور ما قبل التاريخ. ويعتقدون أن الموسيقي كانت إحدى السمات السلوكية للإنسان التي تميزه وتجعله

متفوقا على إنسان النياندرتال. ونشر فريق البحث، من جامعة توبينجين الألمانية، تفاصيل عن ثلاثة نايات عثر عليها في كهف كبير جنوب غربي ألمانيا. ويعرف عن هذا الكهف انه كان

موقعا يحمل دلالات على نشاطات الإنسان الأول.ففي أيار الماضي كشف نفس الفريق العلمي عن ما يعتقد انه أول تمثال صنعه الإنسان لإلهة الحب

الإغريقية فينوس.وقد صنعت هذه النايات من عظام جناح طير من القوارض، ويبلغ طولها ٢٠ سم، وبها خمسة ثقوب للعزف. كما عثر العلماء على بقايا نايات أخرى يعتقد انها صنعت من عظام حيوانات الماموث الضخمة المنقرضة. ويقول البروفيسور نيكولاس كونارد من

نفس الجامعة ان العثور علي هذه الألات الموسيقية يعني ان الموسيقي كانت أمراً شائعا بين البشر قبل ما يقرب من ٤٠ ألف عام، عندما بدأ الإنسان الأول في غزو واستيطان أنحاء القارة الأوروبية.

وأضاف: ان الموسيقي، على ما يبدو، كانت جزءا من طقوس الحياة اليومية للإنسان الأول في تلك الحقبة.ويقول انها ربما كانت تستخدم في العديد من المناسبات، ومنها الدينية والترفيهية، كما هو حال الموسيقي في الكثير من نواحي الحياة العصرية

أكدت دراسة نشرت في "جورنال اوف تصلب الشعرايين الدي يعتبر من ذي اميركان مديكال اسوسيشن" ان الأعراض الأولى لتطور أمراض القلب. النوم ساعة إضافية خلال الليل يخفف ولفت أصحاب الدراسة التي جرت في المركز الطبي لجامعة شيكاغو (ايلينوى



كسب ساعة نوم إضافية يوازي خفض ١٧ مللم من ضغط الدم الانقباضي.وبدأ نحو ١٢٪ من المشاركين ال٩٥٤ في هذه الدراسة وهم متطوعون في الأربعين من العمر يعانون من تصلب في الشرايين شمال) ونشرت مؤخرا الى ان خلال فترة خمسة أعوام من المتابعة.

واكتشف تصلب الشرايين لدى ٢٧٪ من المشاركين الذين ينامون اقل من خمس ساعات في الليلة. وهذه النسبة هبطت الى ١١٪ لـدى أولئك الذين ينامون من خمس الى سبع ساعات.وبالنسبة للمشاركين الذين ينامون اكثر من سبع ساعات فقد أصيب ٦٪ فقط منهم بتصلب في الشرايين.ويبدو ان منافع النوم للشرايين اكبر لدى النساء لكنها لا تتغير بين الاعراق.ولفتت دايان

لودردال بروفسورة الصحة العامة في جامعة شيكاغو والمشرفة على هذه الدراسة الى ان "ترابط وحجم الفارق" بين مختلف المشاركين في الدراسة وفقا لمدة نومهم ودرجة تصلب الشرايين أدهشانا". وأضافت: ان هذه الفروق هى لغز وبإمكاننا فقط التكهن بشأن الأسباب التي تجعل اولئك الذين ينامون اقل يتعرضون لخطر تصلب الشرايين التاجية بصورة أكبر". و أشيار أصبحاب هذه الدراسية الي

ان دراسات أخرى حديثة تبعث على الاعتقاد بان الحرمان الجزئي المزمن من النوم قد يكون عامل خطر بالنسبة لمحموعة من المشكلات الطبية منها زيادة الوزن والسكري وارتفاع ضغط الدم.