



إصابة الأم الحامل بالإنفلونزا تزيد خطر الشيزوفرنيا عند جنينها!

منذ ٢٥ عاما حوالي ٦٤ سيدة أصيب أبناؤهن بمرض الشيزوفرنيا، و١٢٥ سيدة لم يصب أبناؤهن بالمرض، أن حالات الشيزوفرنيا عند الأشخاص، الذين أصيبت أمهاتهم بالإنفلونزا، خلال فترة الحمل، يمثل حوالي ١٤ في المائة من مجموع حالات الإصابة، أي أن واحدا من كل ٧ مرضى كانت أمه قد أصيبت بالإنفلونزا في النصف الأول من الحمل. ولم يتوصل الباحثون بعد إلى كيفية تأثير

من الأم، خلال فترة الحمل، مشيرين إلى أن إصابة الأم بالإنفلونزا خلال الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل يزيد خطر الشيزوفرنيا عند طفلها بأكثر من ٧ مرات، مقارنة بالأطفال الذين لم تصب أمهاتهم بالمرض، وينخفض هذا الخطر إلى ٣ مرات إذا أصيبت الأم بالإنفلونزا بين الشهرين الثالث والخامس من الحمل. ووجد الباحثون، بعد مقارنة عينات دم مخزنة

من جامعة كولومبيا الأمريكية، من أن إصابة المرأة بالإنفلونزا، أثناء فترة الحمل، قد يعرض جنينها لمرض إصابة أعلى ببدء الفصام، أو ما يعرف بالشيزوفرنيا. وأوضح الأطباء في الاجتماع السنوي للجمعية الأمريكية للطب النفسي، أن الجنين يتعرض للإصابة ببدء الشيزوفرنيا، بنسبة أكبر، في فترات حياته اللاحقة، إذا انتقل إليه فيروس الإنفلونزا

كوب من الكابتوشينو أو النسكافيه لا يكلفك مالا وحسب، بل يضيف وزنا زائدا أيضا يصعب التخلص منه. فقد حذر باحثون في جمعية التغذية والحمية الأمريكية، من أن كوبا واحدا من القهوة المزوجة بالكريمة أو الفانيلا، في ما يعرف بالكابتوشينو أو فربوتشينو، يحتوي على أكثر من ٥٠٠ سعر حراري،

ادمغان (الكابتوشينو) يسبب السمنة

على ١٥ سرعة مع ٦ غرامات دهون، ويحتوي الحليب المقشود أو اللبيل الدسم على ١٠ سعرات مع ٣ غرامات دهن. وأكد الباحثون ضرورة أن يمتنع الأشخاص الراغبين في إنقاص أوزانهم عن تناول القهوة بالحليب الدسم أو المضاف إليها المبيضات والسكر، وتناول القهوة السادة أو المضاف إليها الحليب المقشود أو قليل الدسم، بدلا من الكريمة.

وأشار الخبراء إلى أن كوب القهوة يحتوي على ٥ سعرات دون دهون، بينما يحتوي كوب الاسرسو على ٩ سعرات دون دهون، وتحتوي ملعقتين من الحليب كامل الدسم على ١٨ سعرة مع غرام واحد من الدهن، وقطعة من السكر على ١١ سعرة دون دهون، أما كوب القههسوة بالحليب فيحتوي على ٢٠ سعرة، والكريمة المبيضة للقهوة سواء مشتقة من الحليب أو الصويا فتحتوي

ويزيد الوزن بمقدار كيلوغرام واحد على الأقل اسبوعيا عند استهلاكه يوميا! وأوضح الباحثون أن كوبا من القهوة السادة أو النسكافيه يزن ١٦ أوز، يحتوي على ١٠ سعرات حرارية فقط دون دهون، ولكن هذه السعرات قد تزداد إلى ٤٠٠ أو ٥٠٠ سعر حسب ما يضاف اليه من مواد كالحليب والكريمة والسكر وشراب النكهة.

وتتشر في العاصمة الفنلندية عادة صحية يقبل عليها الاصحاء والمرضى على حد سواء وهي الجلوس في غرف مغلقة لاستنشاق غبار الملح المتطاير في هواء الغرفة بعد قيام جهاز مخصص بسحقه ونثره في هواء الغرفة. واستنشاق غبار الملح مفيد للأمراض الصدرية والجلدية حيث يعالج الملح الازمات الصدرية ويقلل من اعراض الامراض الصدرية على جميع انواعها. وعن تاريخ فكرة استخدام الملح كمادة للعلاج تقول ماريت شلمان مديرة إحدى المصحات العلاجية الفنلندية التي تستخدم العلاج بالملح الفكرة قديمة وتم اكتشاف تأثير الملح بالصدفة عندما كان يتم اخذ المرضى بامراض صدرية الى الكهوف التي يستخرج منها الملح من اجل الراحة. وتتابع قائلة "لوحظ على مر التاريخ ان العاملين في مناجم استخراج الملح من الكهوف الملحية كانوا اقل الناس عرضة الى امراض الجهاز التنفسي".

قطرات مطر عملاقة تدهش العلماء

لاحظ العلماء وجود قطرات مطر هي الأكبر التي يشاهدها الإنسان على كوكب الأرض، وربما يصل قطرها إلى ما يقرب من سنتيمتر كامل. وكان علماء الطقس الذين يقومون بدراسة السحب قد لاحظوا وجود هذه القطرات العملاقة في الهواء وقبل أن تصل إلى الأرض. وسجلت هذه الظاهرة الغريبة فوق سماء البرازيل وحزر مارشال، وهي مجموعة من الجزر الصغيرة التي تقع في شمال المحيط الهادي.

ويقول العلماء الأمريكيون في مجلة الأبحاث الجيوفيزيقية أن حريقا كبيرا ربما كان السبب وراء تكون هذه القطرات العملاقة فوق البرازيل. وقال البروفيسور بيتر هوبز، الذي شارك في كتابة تقرير هؤلاء العلماء لبي بي سي: "هذه هي أكبر قطرات مطر أراها في السماء خلال الثلاثين سنة محتواها عدة مرات في اليوم الواحد. وترتبط هذه القائمة بعناوين الأخبار وأهم الأحداث الرياضية والألعاب المفضلة والموسيقى والأغاني المصورة. ويعيب على هذه القائمة أنها تغطي كافة المعلومات التي تقدمها بالكثير من الرسومات والصور. وتصل المعلومات بصورة أسرع مما هو الحال مع الهاتف (٧١٥٠)، إلا هناك بعض الجوانب الأخرى في الهاتف التي تحتاج إلى بعض التحسينات وليست ممتازة كما تبدو ظاهريا. ويعيب على هذه القائمة أنها تغطي كافة المعلومات التي تقدمها بالكثير من الرسومات والصور. لقد أدركت الشركات التي تدير شبكات الجيل الثاني أن المشترين يرغبون في الحصول على البيانات بسرعة، لذا فإنهم لم يهتموا بالتجميل الظاهري كثيرا. وكان هذا أمر ضروري لأن قدرة شبكات الجيل الثاني على نقل المعلومات كانت محدودة، أما شبكات الجيل الثالث فإنها مختلفة لأنها قادرة على إرسال تقارير نصية إلى المشترين بصورة أسرع من الشبكات الأخرى. ويعد المرء على قائمة الأخبار أسماء الأغاني المصورة والرسوم التي يتعين دفعها لمشاهدة أي منها.

ويذكر أن مشركي الشركات الثلاث متلا، فكل ما على المرء هو الضغط على الرقم (ثلاثة) الذي يظهر بطول شاشة العرض لتبدأ في إجراء المكالمات التي تريدها.

ويعتقد العلماء أن الحالة فوق جزر مارشال ترجع إلى تجمع قطرات المطر معا في أماكن ضيقة من السحب مع ارتفاع محتواها المائي بشكل غير مألوف. وكان من المعتقد أن قطرات المطر ستتكرر قبل أن تصل إلى هذا الحجم الكبير نسبيا.

وتتعلق هذه الوظيفة استوفقتني خاصة وأن الرقم (ثلاثة) هنا يعني الجيل الثالث بكل ما يقدمه من خصائص وإمكانات جديدة، إلا أن الضغط على هذا الرقم يعد سيلا لإجراء المكالمات الصوتية فقط. ولن يجد المرء مشكلة في جودة الصوت عند إجراء مكالمات، كما أن هناك مجموعة كبيرة من النغمات المجسمة وتلك المخصصة للتنبه مثل نغمات التنبه بوصول رسالة جديدة. ويعيب على (يو يو ٨١١٠) استنفاده السريع للطارية فقد شحنته عدد مرات أكثر من هاتفي الحالي. وسنحت لي الفرصة بعد استخدام (يو يو ٨١١٠) أن أجرب ثلاث شبكات جديدة. وتعمل هذه الشبكات الثلاث بنفس الكفاءة التي اعتدتها من الشبكات العادية فيما يتعلق بالمكالمات الصوتية والرسائل النصية.

ويعد الرقم (ثلاثة) الموجود على شاشة الهاتف بمثابة البوابة للمواد التي اتقاها على (يو يو ٨١١٠) حيث يجمعها تحت قائمة تسمى (اليوم على الثالثة) والتي يتجدد محتواها عدة مرات في اليوم الواحد. وترتبط هذه القائمة بعناوين الأخبار وأهم الأحداث الرياضية والألعاب المفضلة والموسيقى والأغاني المصورة. ويعيب على هذه القائمة أنها تغطي كافة المعلومات التي تقدمها بالكثير من الرسومات والصور. وتصل المعلومات بصورة أسرع مما هو الحال مع الهاتف (٧١٥٠)، إلا هناك بعض الجوانب الأخرى في الهاتف التي تحتاج إلى بعض التحسينات وليست ممتازة كما تبدو ظاهريا. ويعيب على هذه القائمة أنها تغطي كافة المعلومات التي تقدمها بالكثير من الرسومات والصور. لقد أدركت الشركات التي تدير شبكات الجيل الثاني أن المشترين يرغبون في الحصول على البيانات بسرعة، لذا فإنهم لم يهتموا بالتجميل الظاهري كثيرا. وكان هذا أمر ضروري لأن قدرة شبكات الجيل الثاني على نقل المعلومات كانت محدودة، أما شبكات الجيل الثالث فإنها مختلفة لأنها قادرة على إرسال تقارير نصية إلى المشترين بصورة أسرع من الشبكات الأخرى. ويعد المرء على قائمة الأخبار أسماء الأغاني المصورة والرسوم التي يتعين دفعها لمشاهدة أي منها.

ويذكر أن مشركي الشركات الثلاث متلا، فكل ما على المرء هو الضغط على الرقم (ثلاثة) الذي يظهر بطول شاشة العرض لتبدأ في إجراء المكالمات التي تريدها.

ويذكر أن مشركي الشركات الثلاث متلا، فكل ما على المرء هو الضغط على الرقم (ثلاثة) الذي يظهر بطول شاشة العرض لتبدأ في إجراء المكالمات التي تريدها.

هواتف الجيل الثالث المحمولة أصغر حجما وأعلى تقنية

كانت الإصدارات الأولى من الهواتف النقالة المجهزة للعمل على شبكات الجيل الثالث كبيرة الحجم نسبيا، إلا أن ذلك تغير الآن بعد أن بدأ مصنعو الهواتف النقالة في إنتاج هواتف أصغر حجما وأبغ مثل على هذا الهاتف الذي أنتجته شركة ال جي للإلكترونيات والذي يحمل اسم (يو يو ٨١١٠).

ويبدو الهاتف النقل (يو يو ٨١١٠) للوهلة الأولى وكأنه لا ينتمي لهواتف الجيل الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

وعند مقارنة (يو يو ٨١١٠) بالهاتف النقل (اكس ٦١٠) الذي تنتجه شركة باناسونيك اليابانية نجد أن هاتف ال جي أطول لكنه الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

ويبدو الهاتف النقل (يو يو ٨١١٠) للوهلة الأولى وكأنه لا ينتمي لهواتف الجيل الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

ويبدو الهاتف النقل (يو يو ٨١١٠) للوهلة الأولى وكأنه لا ينتمي لهواتف الجيل الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

ويبدو الهاتف النقل (يو يو ٨١١٠) للوهلة الأولى وكأنه لا ينتمي لهواتف الجيل الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

ويبدو الهاتف النقل (يو يو ٨١١٠) للوهلة الأولى وكأنه لا ينتمي لهواتف الجيل الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

ويبدو الهاتف النقل (يو يو ٨١١٠) للوهلة الأولى وكأنه لا ينتمي لهواتف الجيل الثالث الكبيرة الحجم نسبيا. ويمائل حجم (يو يو ٨١١٠) حجم الهواتف التي أنتجتها الشركة من قبل والجهاز للعمل على شبكات الجيل الثاني، بل يمكن القول أن هذا الهاتف أصغر حجما من الهواتف التي سبقته.

علاج ناجع للأمراض الصدرية والجلدية

وتتشر في العاصمة الفنلندية عادة صحية يقبل عليها الاصحاء والمرضى على حد سواء وهي الجلوس في غرف مغلقة لاستنشاق غبار الملح المتطاير في هواء الغرفة بعد قيام جهاز مخصص بسحقه ونثره في هواء الغرفة. واستنشاق غبار الملح مفيد للأمراض الصدرية والجلدية حيث يعالج الملح الازمات الصدرية ويقلل من اعراض الامراض الصدرية على جميع انواعها. وعن تاريخ فكرة استخدام الملح كمادة للعلاج تقول ماريت شلمان مديرة إحدى المصحات العلاجية الفنلندية التي تستخدم العلاج بالملح الفكرة قديمة وتم اكتشاف تأثير الملح بالصدفة عندما كان يتم اخذ المرضى بامراض صدرية الى الكهوف التي يستخرج منها الملح من اجل الراحة. وتتابع قائلة "لوحظ على مر التاريخ ان العاملين في مناجم استخراج الملح من الكهوف الملحية كانوا اقل الناس عرضة الى امراض الجهاز التنفسي".

وتتابع قائلة "لوحظ على مر التاريخ ان العاملين في مناجم استخراج الملح من الكهوف الملحية كانوا اقل الناس عرضة الى امراض الجهاز التنفسي". وأضافت "يقوم الملح بقتل البكتريا التي وضد توجد في اجهزتنا التنفسية او على جلودنا ومن هنا جاءت اهمية استخدام الملح في مجاربة الامراض التي تسببها هذه البكتريا".

والمح يستخدم في عمليات الاستنشاق هو ملح الطعام العادي لكن هناك عملية تقنية تقوم بها ماكينة نثر الملح قبل طرحه للاستنشاق داخل الغرفة. ويساعد استخدام غبار الملح على الشفاء من كل الالتهابات التي تصيب الجهاز التنفسي بدءا من الانف وحتى الرئتين".

وقالت ان مرضى الازمات التنفسية لا تعالوهم الازمة الا بعد ستة اشهر من الخضوع لجلسات استنشاق الملح. وأكدت شلمان ان استنشاق الملح يساعد ايضا في الشفاء من امراض الانف والاذن والحنجرة مثل التهابات الاذن والحساسية التي تنتشر في الربيع كما يقضي غبار الملح على كل انواع الامراض المعدية التي تصيب جهاز

التنفس. كما يعتبر غبار الملح ايضا مفيدا في علاج الامراض الجلدية خصوصا الحكة الجلدية والصدفية وكل انواع العدوى الجلدية. ولا توجد متطلبات خاصة بغرفة استنشاق الملح سوى ان تكون مغطاة بحبيبات الملح، ويتم تغطية ملابس المستنشفين بغطاء من البلاستيك حتى لا يتراكم غبار الملح على ملابسهم كما يتم تغطية منطقة الشعر ويجب ان يكون غبار الملح جافا. وينبغي ان تتمتع الغرفة بدرجة حرارة عادية فلا تكون شديدة البرودة ولا شديدة الحرارة كما يجب ان يكون هواء هذه الغرفة جافا. وينصح المريض باستنشاق الملح على مدى عشر جلسات طول كل منها اربعين دقيقة حتى يحصل على نتائج ايجابية.

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

غرف الملح



دائما. وتضيف شلمان ان مقدار ما يستنشقه المريض في جلسة واحدة مدتها اربعين دقيقة يقل كثيرا عما نتناوله في واحدة من وجبات طعامنا. ولا توجد موانع أو محاذير بالنسبة للأطفال الصغار والرضع التواجد فيها دون خوف. يذكر ان المنجعات الصحية المنتشرة في استونيا بدأت تستخدم العلاج بالملح في بعض برامجها العلاجية حيث يوجد ١٥ مركزا يستخدم الملح كعلاج للأمراض التنفسية والجلدية كما قد بدأ زحف هذه الجحرات المحيطة الى فنلندا حيث يوجد مركزان صحيان يقدمان العلاج بالملح.

وتقوم جامعة (لابيرناتا) الفنلندية بدراسات مستفيضة حول العلاج بالملح والامراض التي يعالجها هذا النوع من الطب البديل والتي تزداد قائمتها طولا يوما بعد يوم. وبدأت بعض الشركات في ترويج فكرة امتلاك الافراد لغرف استنشاق الملح في بيوتهم والحدائق لغرف استنشاق الملح في بيوتهم وحضانات الاطفال حتى لا تنتشر عدوى الجهاز التنفسي والامراض اخرى التي تنتشر بسبب الخالطة.

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

وتقول شلمان انه لا يوجد اية اعراض جانبية لاستنشاق الملح وتقرن تأثيره بنفس التأثير الذي يحدث لاجسامنا بطريقة مخففة عندما نجلس على شاطئ البحر فالرذاذ المتطاير من مياه البحر يكون محملا بالملح الذي نستنشق فنشعر شعورا جيدا يجعل اجازتنا على الشواطئ ذكريات سعيدة

التلفزيون متهم بانتاج جيل من المراهقين البدناء

افادت دراسة نيوزيلندية تنشر نتائجها في مجلة "ذي لانست" الطبية في عددها السبت ان آثارا سيئة على الصحة لدى بلوغ سن الرشد تنتج عن مشاهدة التلفزيون لساعات طويلة خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة مثل الوزن الزائد والكوليسترول. وقال طبيب الاطفال الامريكي ديفيد لودفيغ من "هارفارد ميديكال سكول" (بوسطن) في تعليق نشر في المجلة ان الدراسة حجة اضافية لحظر الاعلانات الدعائية للاطعمة الموجهة للأطفال.

واكد ان "تعرض الاولاد للاعلانات الدعائية الغذائية يزيد الى حد كبير استهلاكهم للشعرات الحرارية". واضاف ان "تدابير للحد من مشاهدة التلفزيون في مرحلة الطفولة ومنع الاعلانات الدعائية للاطعمة الموجهة للأطفال مبررة قبل برمجة جيل جديد يتسم بالسمنة".

وتعود اول دراسة وطنية تربط بين السمنة لدى الاطفال والتلفزيون إلى ١٩ لكن حتى الان لم ينظر في عواقب مشاهدة التلفزيون لساعات طويلة على المدى الطويل والعادات السيئة التي ترافقها - قلة ممارسة التمارين الرياضية وتناول اغذية غير صحية وللحصول على نتائج افضل راغب روبرت هانوكوك الاخصائي في الطب الوقائي من جامعة دنديين (ولاية اوتاغو نيوزيلندا) وزملاؤه نحو الف طفل في منطقتهم منذ الولادة (بين عامي ١٩٧٢ و١٩٧٣) وحتى سن الـ ٢٦.

وتبين ان الاولاد والمراهقين الذين يشاهدون التلفزيون لساعتين او اكثر في اليوم اكثر عرضة للسمنة والتدخين والاصابة بالكوليسترول ويزامات قلبية وفي جهاز التنفس. ويؤكد معدو الدراسة ان الكثير من هذه العوامل السيئة لدى الشباب قد يكون لها آثار سلبية على المدى الطويل. ويعاني ١٧٪ من هؤلاء الشباب في سن الـ ٢٦ من الوزن الزائد و١٥٪ من نسب عالية من الكوليسترول بينما يعتقد ١٧٪ منهم على التدخين نتيجة مشاهدة التلفزيون لكثير من ساعتين في اليوم خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة بحسب الدراسة.

وتبين ان الاولاد والمراهقين الذين يشاهدون التلفزيون لساعتين او اكثر في اليوم اكثر عرضة للسمنة والتدخين والاصابة بالكوليسترول ويزامات قلبية وفي جهاز التنفس. ويؤكد معدو الدراسة ان الكثير من هذه العوامل السيئة لدى الشباب قد يكون لها آثار سلبية على المدى الطويل. ويعاني ١٧٪ من هؤلاء الشباب في سن الـ ٢٦ من الوزن الزائد و١٥٪ من نسب عالية من الكوليسترول بينما يعتقد ١٧٪ منهم على التدخين نتيجة مشاهدة التلفزيون لكثير من ساعتين في اليوم خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة بحسب الدراسة.

وتبين ان الاولاد والمراهقين الذين يشاهدون التلفزيون لساعتين او اكثر في اليوم اكثر عرضة للسمنة والتدخين والاصابة بالكوليسترول ويزامات قلبية وفي جهاز التنفس. ويؤكد معدو الدراسة ان الكثير من هذه العوامل السيئة لدى الشباب قد يكون لها آثار سلبية على المدى الطويل. ويعاني ١٧٪ من هؤلاء الشباب في سن الـ ٢٦ من الوزن الزائد و١٥٪ من نسب عالية من الكوليسترول بينما يعتقد ١٧٪ منهم على التدخين نتيجة مشاهدة التلفزيون لكثير من ساعتين في اليوم خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة بحسب الدراسة.

وتبين ان الاولاد والمراهقين الذين يشاهدون التلفزيون لساعتين او اكثر في اليوم اكثر عرضة للسمنة والتدخين والاصابة بالكوليسترول ويزامات قلبية وفي جهاز التنفس. ويؤكد معدو الدراسة ان الكثير من هذه العوامل السيئة لدى الشباب قد يكون لها آثار سلبية على المدى الطويل. ويعاني ١٧٪ من هؤلاء الشباب في سن الـ ٢٦ من الوزن الزائد و١٥٪ من نسب عالية من الكوليسترول بينما يعتقد ١٧٪ منهم على التدخين نتيجة مشاهدة التلفزيون لكثير من ساعتين في اليوم خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة بحسب الدراسة.

وتبين ان الاولاد والمراهقين الذين يشاهدون التلفزيون لساعتين او اكثر في اليوم اكثر عرضة للسمنة والتدخين والاصابة بالكوليسترول ويزامات قلبية وفي جهاز التنفس. ويؤكد معدو الدراسة ان الكثير من هذه العوامل السيئة لدى الشباب قد يكون لها آثار سلبية على المدى الطويل. ويعاني ١٧٪ من هؤلاء الشباب في سن الـ ٢٦ من الوزن الزائد و١٥٪ من نسب عالية من الكوليسترول بينما يعتقد ١٧٪ منهم على التدخين نتيجة مشاهدة التلفزيون لكثير من ساعتين في اليوم خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة بحسب الدراسة.



عصير الليمون يقضي من عدوى الايدز!

على مني رجال مصابين بالايديز، وتبين قدرته على قتل ٩٠٪ من الفيروسات عندما يكون تركيزه ٢٠٪، لكن لا يزال يتعين التغلب على سميته. ولذلك ينظر بعض العلماء الى هذه الامكانية بتشكك، بقولهم ان الاساس في مثل هذه التجربة زيادة حموضة المهبل، ولكن ينبغي التأكيد من سلامة مثل هذا العلاج اولا. ولكن الطبيب شورت ماض في ابجائه. وقد قال لجلسة نايتشر البريطانية العلمية الاسبوع الماضي انه ينبغي عدم التقليل من شأن عصير الليمون لجرد انه رخيص ومتوفر.

ويتعين على الأطباء ان يضمنوا مرهما متدني الكلفة ويمكنه مقاومة الحر، حتى يكون في متناول هؤلاء النساء. ومنذ ظهور الايدز قبل ٢٢ سنة، لم يتم اختبار سوى جزئية واحدة قاتلة للايدز تدعى نونوكسينول-٩، ولكن بالمرض بدلا من تخفيفها. وتجري تجارب اخرى على ادوية قاتلة للجراثيم للوقاية من الايدز، ولكن ايا منها لم يعط نتيجة واعدة بعد. وقام العلماء الاسترايون بتجربة عصير الليمون

الليمون قاتل فعال لفيروس الايدز. ولا شك ان النجاح في تركيب جيل قادر على قتل فيروس الايدز سيوفر وسيلة فعالة للوقاية من المرض لا سيما في افريقيا حيث تشكل النساء الغالبية بين ٢٥ مليون شخص يحملون الفيروس وقد انتقل اليهن عبر علاقة جنسية مع زوجهن او خطيئهن. وتتعرض النساء اكثر من الرجال للاصابة بالايديز عن طريق الجنس لعجزهن في الغالب عن مطالبة شريكهن باستخدام واق ذكري او لعدم توفر هذا الوافي.

قد يوفر عصير الليمون وسيلة واعدة لحماية ملايين النساء من الاصابة بعدوى فيروس الايدز اذا ما امكن استخدامه على شكل مرهم او جيل كما يقترح علماء استرايون بمناسبة المؤتمر الدولي الخامس عشر للايدز في بانكوك. ولم يفعل العلماء سوى تقليد ما يقوم به اطباء شعبيون في ريف جنوب شرق اسيا حيث يستخدم عصير الليمون و ثمرة الالام كمانع للحمل لقتل الحيامن الذرية. ويقول فريق الطبيب روجر شورت من جامعة ملبورن ان التجربة المخبرية اثبتت ان عصير

