

زيت الذرة .. عدو للصحة

حذرت دراسة أميركية من أن معظم المطاعم في الولايات المتحدة تستخدم زيت الذرة في القلي، وهو نوع الزيت الأكثر ضرراً لصحة الإنسان.

وذكر موقع "هيلث دي نيوز" أن زيت الذرة يحتوي على الدهون المشبعة التي تسبب أمراض القلب. وقالت الخبيرة الغذائية كارن كوغرو، التي لم تشارك في الدراسة، إن زيت الذرة لا يحتوي على الدهون غير المشبعة التي يحتاجها الأميركيون وهو غني بالدهون المشبعة المتعددة التي تؤدي إلى خفض الـHDL "الكوليستيرول الجيد" والـLDL "الكوليستيرول السيئ".

ونشرت الدراسة في مجلة "بروسيدنغ أوف ناشونال أكاديمي أوف ساينس". وكان معدو الدراسة قد اشاروا في وقت سابق إلى أن زيت الذرة التي تم اثبات اتصاله بالبدانة، هو أحد المكونات الرئيسية في جميع أنواع الأطعمة تقريباً التي يتم بيعها في الولايات المتحدة، إما بصورة مباشرة أو من خلال علف الحيوانات، وقد ركز

العلماء من جامعة "هاواي-مانوا" على البطاطا المقلية، بما أنها تساهم بـ ٢٠٪ من الوحدات الحرارية في الوجبات السريعة. ويحصل الأميركيون على ثلث الوحدات الحرارية من الطعام، وقد أخذ الباحثون عينات من الزيت المستخدم في ٦٨ مطعماً في جزيرة أوهايو، منها "ماكدونالدز" و"وينديز" و"بيرغر كينغ" وغيرها. إضافة إلى مطاعم صغيرة خاصة، وقاسوا نظير الكربون في هذه الزيوت لتحديد نوعها. وظهر أن ٧ من أصل ١٠ من سلاسل المطاعم العالمية تتبع البطاطا المقلية بزيت الذرة، مقابل ٢٠٪ فقط من المطاعم الصغيرة الخاصة، في حين تستخدم ١١٪ من المطاعم الصغيرة و ٧٪ من المطاعم الكبرى مزيجاً يحتوي على أكثر من ٥٠٪ من زيت الذرة، ويحتوي زيت الذرة على دهون مشبعة أكثر من أنواع أخرى من الزيوت مثل زيت الكنولا وزيت دوار الشمس وزيت العصفور. من جهتها، قالت متحدثه باسم "ماكدونالدز" في الولايات المتحدة إنه ابتداءً من أيار/مايو ٢٠٠٨، انتقلت سلسلة المطاعم لاستخدام زيت الكنولا في فروع الشركة في أميركا.



تقنية علاجية تلغي جراحات الأورام السرطانية

أعلن باحثون أميركيون عن طريقة علاجية جديدة لا تقلل الأورام السرطانية فحسب بل تخفف الحاجة لخضوع النساء لعملية استئصال الثدي بحدود ٩٠٪، وستبدأ المرحلة الثانية من التجارب السريرية على الطريقة العلاجية الجديدة، التي طورها باحثون في جامعة أوكلاند بقيادة الدكتور وليام دولي، خلال هذا العام من أجل التأكد من فعاليتها في التخلص من الأورام الكبيرة، وتستخدم فيها نسخة معدلة من تكنولوجيا الميكروويف التي استخدمت في نظام الدفاع الأميركي "حرب النجوم".

وقال دولي "هذه الطريقة العلاجية تعد تقدماً كبيراً لعلاج النساء اللواتي وصلن إلى المرحلة النهائية لسرطان الثدي".

ودولي هو من أبرز الباحثين في كلية أوكلاند والمعهد التكنولوجي في ماساتشوستس، ومعهد الأبحاث الحيوية والكيميائية في لوس أنجلوس، ومركز أبحاث سرطان الثدي في فلورديا، ومستشفى سانت جوزيف في كاليفورنيا التي تستخدم تقنية العلاج بالميكروويف الحراري "لمكافحة الأورام السرطانية".

السجائر الالكترونية .. هل هي صحية؟

والادوية التي اجرت بحثاً على السجائر الالكترونية عن مخاوف بشأن سلامة تلك الادوية واجرت فرقا من اليونان ونيوزيلندا دراسات ايضا عليها، لكن نتائج التقارير الثلاثة متفاوتة ان تقول الدراسة النيوزيلندية ان السجائر الالكترونية يجب ان يوصى بها لانها اكثر امانا من سجائر التبغ بينما تتخذ الدراسة اليونانية موقفاً محايداً الى حد كبير.

وكتب اندريس فلوريس وديمتريس اويكونومو من معهد الاداء البشري والتأهيل في اليونان في المجلة الطبية البريطانية "المعلومات المحدودة المتاحة في هذه التقارير الثلاثة تشمل كل المعرفة التي لدينا حالياً عن السجائر الالكترونية. وازاداً

دعا باحثون يونانيون إلى إجراء مزيد من دراسات السلامة على السجائر الإلكترونية قائلين إن المعرفة العلمية عنها "محدودة للغاية".

وصنعت السجائر الإلكترونية لأول مرة في الصين ويابغ معظمها عبر الإنترنت، وهي أدوات تعمل بطاقة البطارية تبعث نفاثة سائفة من النيكوتين في الرئة وتهدد إلى أن تحل محل السجائر التقليدية ومساعدة المدخنين على الإقلاع عن التدخين، وهذه المنتجات محور معركة قانونية في الولايات المتحدة بين المدخنين وإدارة الأغذية والدواء التي تنظم تداول الدواء وتريد وقف استيراد الولايات المتحدة للسجائر الإلكترونية. وأعربت إدارة الأغذية

والادوية التي اجرت بحثاً على السجائر الالكترونية عن مخاوف بشأن سلامة تلك الادوية واجرت فرقا من اليونان ونيوزيلندا دراسات ايضا عليها، لكن نتائج التقارير الثلاثة متفاوتة ان تقول الدراسة النيوزيلندية ان السجائر الالكترونية يجب ان يوصى بها لانها اكثر امانا من سجائر التبغ بينما تتخذ الدراسة اليونانية موقفاً محايداً الى حد كبير.

وكتب اندريس فلوريس وديمتريس اويكونومو من معهد الاداء البشري والتأهيل في اليونان في المجلة الطبية البريطانية "المعلومات المحدودة المتاحة في هذه التقارير الثلاثة تشمل كل المعرفة التي لدينا حالياً عن السجائر الالكترونية. وازاداً



التخصيب الاصطناعي للمسنات يثير الجدل في بريطانيا



عارض عدة خبراء في بريطانيا منع النساء اللواتي تجاوزن الخمسين من العمر من الخضوع إلى علاج الخصوبة في عيادات خاصة. وذكرت صحيفة "التايمز" اللندنية أن الجدل حول هذا الموضوع عاد مجدداً بعدما طلبت امرأة تدعى سو تولفسين ٥٩ عاماً الخضوع لعلاج بالتخصيب الاصطناعي، وكانت تولفسين، التي تعد هيبة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" وثائقاً حولها، أنجبت طفلة قبل سنتين بعدما خضعت للتخصيب في روسيا، ولا تخضع دائرة الخدمات الصحية في بريطانيا النساء اللواتي تجاوزن الأربعين من العمر إلى تخصيب الاصطناعي، كما ترفض معظم العيادات الخاصة منح العلاج للنساء اللواتي تجاوزن الخمسين من العمر، غير أن بعض العيادات تدرس ذلك، حسب كل حالة.

وقال طوني رونيوفورد من الجمعية البريطانية للخصوبة إنه يؤيد دراسة كل حالة على حدة، ونقلت عنه الصحيفة قوله "لا يوجد أجوبة صحيحة أو خاطئة حول هذا الوضع". كما عارض الخبير ألن بايبيس من جامعة شفيلد رفع هذا الخطر، لافتاً إلى أن النساء اللواتي يحرمن من العلاج في بريطانيا يستطعن السفر إلى مكان آخر والخضوع له.

آبل "تكشف النقاب عن حاسوبها اللوحي قريباً"

خصائص أخرى مقصورة على الحواسيب الشخصية، إلى جانب إتاحتها للامكانيات المذكورة سلفاً. كما أوضحت تقارير إخبارية أن كمبيوتر "آبل" اللوحي سيعتبر بمثابة جهاز الوسائط المتعددة، وسوف للمستخدمين إمكانية رؤية المحتويات البصرية وبرامج التلفزيون، وممارسة الألعاب الكرونية، وتصفح الإنترنت عبر الواي فاي وقراءة الصحف والكتب الرقمية.

وربطت بعض المدونات بين "tablet" والإعلان المتوقع صدوره عن صحيفة "نيويورك تايمز" في الأسابيع القادمة حول طريقة جديدة للدفع مقابل اقتناء نسختها الرقمية. وأعلن الرئيس السابق لشركة "جوجل" في الصين، كاي فو لي، "وكان يعمل قبل ذلك في "آبل"، في وقت سابق أن الحاسوب اللوحي لـ "آبل" سيتطوي على إمكانية تصميم رسومات ثلاثية الأبعاد، وقد يصل سعره إلى ألف دولار، وبحسب لي، فإن "آبل" تتوقع تلقي طلبيات على عشرة ملايين جهاز في العام الأول من إصدار الحاسوب اللوحي.

يبدو ان شركة "آبل" الامريكية، وعلاق صناعة الالكترونيات في العالم، قد قررت أخيراً كشف النقاب عن أحدث منتجاتها.. الجهاز الذي طال انتظاره "tablet"، مع دعوتها لوسائل الاعلام للحضور الى سان فرانسيسكو في ٢٧ من الشهر الجاري، وبرغم تزايد التكهنات في الأسابيع الماضية حول إطلاق الشركة الامريكية لحاسوبها اللوحي، الذي يتنبأ له بإحداث ثورة في سوق الحواسيب، كما حدث مع طرحها لـ "أي فون" في قطاع الهواتف المحمولة، لكن "آبل" تجنب الحديث تماماً في الفترة الماضية عن منتجها الذي سيظهر أخيراً بعد ثمانية أيام.

ورجحت الصحافة المتخصصة في التكنولوجيا ان يشبه الحاسوب اللوحي للشركة الامريكية هواتف "أي فون" الكبيرة، ويضم شاشة بمساحة ١٠,١ بوصة، ولوحة مفاتيح افتراضية، وإمكانية إجراء محادثات الفيديو كونفرانس "من خلاله.

ويعتقد الخبراء بأن منتج "آبل" الجديد سيكون منافساً حقيقياً للجهاز القارئة للكتب الرقمية، لما سيوفره من

لعلاج التصلب العصبي .. الحبوب بدل الحقن

قد تصبح الحبوب التي تعطى عن طريق الفم لعلاج مرض التصلب العصبي المتعدد أمراً واقعاً في العام ٢٠١١، وذلك بعد إجراء تجربتين مشجعتين في هذا المجال.

ونكرت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" أنه تم التقدم بطلبات للحصول على تراخيص لهذه الأدوية، مشيرة إلى أن جمعية مرض التصلب العصبي المتعدد وصفت ذلك بـ "الأمر الجيد"، ويأته سيكون مفيداً للذين يعانون من هذا المرض ويتلقون علاجات له الآن عن طريق الحقن وغير ذلك.

وأضافت أن كلا من التجريبتين على الدوائين "كلارينين" و "فوتغوليمود" شملت ألف مريض ينتمون إلى أكثر من ١٨ دولة، وذلك بحسب دراسة نشرت في دورية "نيو إنغلاند جورنال أوف ميديسين".

وقال مدير أبحاث الطب الحيوي في جمعية مرض التصلب العصبي المتعدد دوج براون أنه سيتم الاتصال بالجهات المختصة من أجل التأكد من حصول المرضى على هذه الأدوية.

وأضاف "هذا خبر عظيم بالنسبة للمصابين بالمرض ويشير إلى تحول في الحالة"، كما رحب الأطباء أيضاً بهذا التطور.

مرض التصلب العصبي المتعدد، ومن عوارضه اضطراب العصب، على أكثر من ١٠٠ ألف شخص في بريطانيا وحوالي ٢,٥ مليون شخص في العالم.



الجري .. يقوي الدماغ

أكد العلماء أن ممارسة التمارين الرياضية تعزز من قوة الدماغ حيث أن رياضة الجري تحث الدماغ على زرع المادة الرمادية فيها والتي لها تأثير كبير على القدرات العقلية للإنسان، وأوضح علماء الأعصاب من جامعة "كامبريدج" في بريطانيا أن الجري يؤدي إلى نمو مئات الآلاف من خلايا الدماغ والتي تحسن من قدرة التذكر مشيرين إلى أن الخلايا الجديدة تنمو في منطقة ترتبط بتكوين وجمع الذكريات.

ونكرت صحيفة "الجارديان" البريطانية أن هذه الدراسة تكشف ارتباط ممارسة الرياضات المختلفة كـ "الايروبك والجري بتحسين الذاكرة والتعلم مشيرة إلى أن الرياضة تستطيع أيضاً إبطاء تدهور القدرات العقلية التي تصيب الإنسان لدى تقدمه في العمر.



الملح يؤدي بحياة ٩٢ ألف أمريكي سنوياً

للنساء أكثر. وفي تعقيب على الدراسة قال الدكتور لورانس آبل وتشيريل اندرسون من جامعة جونز هوبكينز في بالتيمور، إن الدراسة الجديدة ربما تقلل من تقدير الفوائد، وقال إنها لم تضع في الاعتبار حجم فائدة تقليل الملح بالنسبة للأطفال أو أن خفض استهلاك الملح ربما يقلل من خطر الإصابة بسرطان المعدة وأمراض الكلى وقصور القلب الاحتقاني وهشاشة العظام.

قال باحثون إن تقليل كمية الأملاح التي يستهلكها الأميركيون بواقع ثلاثة جرامات يومياً يمكن أن يمنع ما يصل إلى ٦٦ ألف إصابة بالجلطة و ٩٩ ألف أزمة قلبية و ٩٢ ألف حالة وفاة في الولايات المتحدة سنوياً.

وقالت الدكتورة كيرستن بيبينز دومينجو من جامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو وزملائها في تقرير أمس الأربعاء إن فائدة تقليل الملح بالنسبة للأمريكيين ستكون مساوية

الرجال الفضيون" أكثر نجاعة في الخدمات السريعة!



بها كبار السن عبر المترو عادة ما تكون أقل بنسبة ٤٠٪ من الخدمة التي يقوم بها راكبو الدراجات النارية، وأيضاً ليس هناك سبيل أفضل للمترو إن حول سول من ركوب المترو في سول ومناطق الضواحي.

والمشكلة الوحيدة هي أن المترو يكون ممتلئاً خلال ساعة الذروة. وبدأت فكرة رجال الخدمة السريعة من كبار السن من مستين كسالى يجلسون في الحديقة.

ويتذكر باي جي جيون الذي استعان بخدمة نحو ٣٠ من كبار السن لإدارة عمله في مجال الخدمات السريعة "عندما وجدت الكثير من كبار السن في الحديقة، فجأة هبطت على فكرة لماذا لا نستعين بهم لبدء أعمال الخدمة السريعة". وبدأ عمله في عام ٢٠٠٦ بمبلغ بسيط يساوي ألف دولار أمريكي وصل إلى ٢٠٠ ألف من العائدات.

وأصبحت الخدمة السريعة الفضية واحدة من بين نماذج الأعمال الفضية في كوريا الجنوبية حيث يعيش الكوريون الجنوبيون عادة في صحة جيدة حتى الستينات والسبعينات بعد تقاعدهم عند سن ٦٥.

من إسلامها من العميل، وتستنعم معظم وظائف الخدمة السريعة براكبي الدراجات النارية الذين يظلون بشكل محفوظ بالمخاطر بين السيارات في سول.

وتحولت الخدمة السريعة التي تستعين بالدراجات النارية لتكون مغامرة خطيرة ومكلفة ومستغفزة للوقت، وتقع أحياناً خساخسار في عملية قيادة الدراجات النارية حيث يحتاج راكبوها إلى السرعة للوفاة بغض النظر عن، ويتراوح السعر دائماً من ١٥ ألف وون أو ١٢ دولار إلى ٤٠ ألف وون اعتماداً على المسافة التي سيتم قطعها، ولذلك يقوم بعض أصحاب الأعمال بتشغيل كبار السن كبديل آمن وموفر للنفقات كبديل لسائقي الدراجات النارية، وقبل كل شيء فقبار السن من عمر ٦٥ أو ما يزيد ريكبون كل وسائل المترو مجاناً لكل المسافات التي تمت حتى تصل إلى مدن الضواحي

سبون أو إيشيون، إضافة لذلك فإن الأمر لا يكلف قيمة المواصلات على الإطلاق تقريباً إذا قام كبار السن بتسليم الطرود مما يمكن أصحاب العمل على إجراء خصم سنخي، وما يسمى بالخدمة السريعة الفضية التي يقوم

إن كلمة "فضي" و "الخدمة السريعة" يبدو أنه ليس هناك توافق بينهما، ولكن يوجد بينهما توافق عندما تقوم شركات "الخدمة السريعة" بالاستعانة بكبار السن ذوى الشعر الفضي لتسليم الطرود إلى المنازل والمكاتب، وهناك فقط عدد قليل من الأرقام السحرية في الحياة المدنية بكوريا الجنوبية، فأنت تستطيع أن تدلي بصوتك في سن التاسعة عشرة، ويمكن أن تشرب الخمر في سن الثامنة عشرة، وتستطيع الحصول على رخصة قيادة السيارات في سن الثامنة عشرة، ويمكن أن تصبح راكب مترو مجاني في سن الخامسة والستين، هذا الوضع الخاص لكبار السن الذي يتمتع بمجانة ركوب المترو خلق صفة رابعة بين أصحاب الأعمال الراغبين في توفير النفقات وبين كبار السن الباحثين عن وظيفة والعملاء الذين يرغبون في إستلام أمن وفي وقته ليضانهم.

وفي سول هناك خدمات مزهرة تسمى "الخدمة السريعة" وهو نوع من خدمات التسليم السريع سواء للطرود أو المستندات في المنازل أو المكاتب الواقعة في نفس المدينة وعادة ما تكون في غضون ثلاث أو خمس ساعات