

# فقراء بدينون والآثرياء نحيفون

ترجمة : هاجر العاني

في حين ان البدينين يفوقون جياح العالم عدداً لأول مرة يبحث البروفسور ستيف جونز في الاسباب الحقيقية وراء وباء منتشر.

قالت الملكة " لياكلوا الكيك! " وقد فعلوا ، اذ بعد قرنين من زمن ماري انطوانيت دخل العالم في عصر جديد ، فلمرة الاولى في التاريخ يكون الفقراء بدينين والآثرياء نحيفين .

وقد يبدو ذلك خيراً طيباً إلا ان

الولايات المتحدة قد اصدرت للتو تحذيراً صارماً مفاده ان الموت بسبب الاضراط في الاكل قد تجاوز الموت بسبب نقصه ، فثمة ٨٠ ألف جائع ، غير ان هناك مليارات من ذوي الازواج الزائدة ، والرقم في ارتفاع متسارع . وقد علم الطب منذ وقت طويل مدى خطورة السمنة ، وبتعبير الايضاطين (الاطباء) : " ليست البدانة مجرد مرض بحد ذاتها ، بل انها نذير بأمراض اخرى " ، فمرض القلب والسكتة والسكري وانواع معينة من السرطان توجد كلها في البدينين اكثر تكراراً من النحيفين .

فحوالي ٣٠٠٠ من مونتو البريطانيين في العام مرهزم الى الخصر الواسع ، ويتضاعف الرقم ١٠ مرات في الولايات المتحدة ، حيث السمنة تجاوزت التدخين بصفتها السبب الرئيسي للموت المبكر والممكن منع حدوثه. اما العواصم العالمية للبدينين فهي اوربا الوسطى والشرقية ، حيث يضع نصف عدد السنين الصحية من الحياة لكل شخص كما هو الحال في بريطانيا ، ويعتقد الكثيرون ان جيناتهم الوراثية قد تسببت في ورطتهم. وبالطبع تجري البدانة في دماء

العوائل ، لكن ماذا يعني ذلك ؟ الابعاء زائده الوزن يميلون لإنتاج اطفال زائدي الوزن، غير ان البدينين يميلون لإقتناء قطط سمينة أيضاً ، وحيوان العائلة الاليف ليس لديه حمض نووي مشترك مع مالكها، بيد ان الحيوان المنزلي سيئ الحظ - كما هو الحال بالنسبة للكثير من الاطفال الحميمين - يقع اللوم بخصوصه على الافراط الذي يشتركه مع اخريين . والبحث عن الجينات الكامنة وراء السمنة مستمر بالسرعة القصوى (رغم أنه ، كما قالت فيما مضى عالمة البيولوجي الفائزة بجائزة نوبل

سيدني برينير ، ثم العثور على المجرم الرئيسي منذ وقت طويل ، فهو الذي يجعلك تفتح فمك). وبلا ريب ان اقلية من ذوي الازواج الزائدة لديهم مشكلة موروثية ، فالنحور الاحيائي ♀ لفأر ، المسمى بالبدينين ، ظهر في التسعينات ، اذ يكون بروتينا معيناً يتحكم بشهية الحيوان ، وعند تضربه يؤدي الى تناول الطعام مكرهاً ، ويولد القليل من الاطفال بنفس التغير الاحيائي ويصبحون من ذوي الازواج الزائدة بشكل كبير ما لم تتم معالجتهم . وليس للجين صلة وثيقة بأغلب الضمخمين ضخامة مفرطة ، بل انها تأتي ، كاصناف الدم ، في نسخ مختلفة تقوم بأمور مختلفة اختلافاً ضئيلاً ولكن ليس ثمة صلة على الاطلاق بين ما هو لديك وما يكون عليه وزنك ، اذ وقع اللوم الآن على أكثر من (٧٠) جينا أخرى للسمنة - لكن لم يصمد ولا واحد امام تحقيق اضاعه .

ويقتل السكري الملايين من البدينين ، ومن المرجح ان واحداً من كل (٣) اطفال امريكيين ، بعد معرفة هذا الوباء الجديد ، يكشفون عن وجود هذا المرض في وقت ما من طفولتهم .

ومن المثير للاهتمام ان المشكلة في أسوأ حالاتها بين الامريكيين الاصليين - وأكثر ما تكون بين قبيلة في اريزونا تسمى البيما - فقد زرت أرضهم قبل (٢٠) عاماً وحتى في حينها أهلت مستوى البدانة . في ذلك الوقت تقريبا كانت معضلة بيما باعاً على فكرة " الجين النامي بقوة " ، وهو مفهوم مفاده ان مثل هؤلاء يكونون بدينين لأنه ، في الأيام الخوالي ، في مناخهم الجاف هناك أشهر من الجاعة تتبعها أسابيع من

الولائم عندهطول المطر. وقد تم دعم الجينات التي خزنت الاحتياطي ضد الشح المقبل -لكن في ايامنا هذه المتميزة بالوفرة - عندما لا يأتي الشح اطلاقاً فان الجينات تبالغ تماماً في القيام بعملها . وهذه الفكرة معقولة الا انها لم تستمر ولم يتم العثور على اختلافات جينية بين البيما والبقية منا ، وعلى الرغم من ذلك فان لعظمتهم صلة قوية -لكن غير مباشرة - بعلم الوراثة . يوجد القليل من مشاهير العلماء بأسم جونز ، غير ان أحدهم -وهو الامريكي دونالد ف جونز- قد أطلق ثورة في الزراعة عندما وجد ، قبل ٦٠ عاماً ، انه عندما تم تقاطع سلسلتين داخلتي الاستيلاد ❖❖ من الذرة (التي يسميها الهنود الامريكيين بحبوب الذرة) ، أظهر الجيل التالي زيادة كبيرة في المحصول . ومنذ ذلك الحين أنتج مستولدو النباتات تشكيلات منتجة بشكل هائل وهبطت الاسعار ، وتم اطعام أغلبها الى الدجاج والمواشي مما تسبب بدوره في انهيار ثمن اللحوم . وقبل قرن مضى عندما كان البيما نحيفين وبصحة جيدة كانوا يأكلون الترتيبة ❖❖ والعصيدة اللتين اساسهما الذرة ، اما الآن فمن المحتمل يشكل أكبر ان يكون العشاء متكوناً من سندويتش البرغر والمشروبات الحلوة ، غير ان بيما في الوقت الحاضر في الواقع يأكلون الذرة أكثر من ذي قبل . والضرق الوحيد هو أنها مرت أولاً من خلال بقرة أو دجاجة أو علية كولا ، فالذرة الرخيصة أنجبت المأكولات السريعة ، فمنتوج دجاج ماك نوعيت



# أكثر من ١٢٠ مليوناً يعانون من ضعف السمع



تحاصرنا الاصوات في بيئتنا الحاضرة، وهي كثيرة ومتنوعة بتنوع المصادر التي تولدها فكلما تقدمنا يوماً في الحياة زاد من حولنا الضجيج والصخب وبدأنا نفتقد الهدوء والسكون نستمتع بالحياة بشكل مقبول ، وخاصة في المدن الحديثة فمن طائرات تحترق حاجز الصوت و قطارات مسرعة تزمرجر على حديد السكك الى صراخ الباعة وهدير محركات السيارات والشاحنات و ضجيج الآلات في المعامل الى موسيقى صاخبة تجبر على سماعها وربما طلقات نارية من تنازع الحروب او فرح بمناسبة خاصة بل الادهى ان الضوضاء دخل بيوتنا فصوت التلفاز او المذياع يمكن التحكم به نوعاً ما ولكن هناك الخلاط وغسالة الملابس وجرس الباب وزعيق الصغار بل حتى الهاتف الجوال كل هذا ونحن نعي ان كلما تقدمنا يوماً في العمر نفقد من قوة سمعنا شيئاً، فاذا تعرض احدنا ولو لوقت قصير لاصوات صاخبة وحادة يمكن ان تتأذى البنى الحساسة في الاذن الداخلية وغالباً ما يكون تردي السمع من التأثير التراكمي للنشاطات التي تولد ضجيجاً شديداً .

محسن الذهبي / لندن

وراءها الضجيج والصراخ ، فلا نضاجاً بان المزاج العام لسكان المدن في تدهور خطر وخير دليل على ذلك ارتفاع نسبة الكآبة وما يصاحبها من امراض نفسية واجتماعية ، وتلك الفوارات العنيفة التي تحدثها الموسيقى الصاخبة

البيئة السمعية في العالم آخذة في التدهور مما يسبب بمشاكل لاحصر لها منها ان اكثر من ١٢٠ مليون انسان في العالم يعانون من ضعف خطير في السمع، وان نحو ٧٥ في المئة منهم ليست الشيخوخة السبب لتردي حاسة السمع بل

لذلك يحسن بنا ان نعرف مسبقاً الاخطار التي تهددنا ونبتعد عنها. فعالباً ما تكون المشكلة في طريقة استماعنا للاصوات لا بما نستمع اليه . وقد حذرت منظمة الصحة العالمية التدابير الوقائية لحماية حاسة السمع الفعالية وابقائها جيدة طوال الوقت

يسمى الطنين وهو صوت هدير او صفير او زئير في الاذنين والراس . ومع ان معناها قد يضعف لاسباب وراثية او التعرض لحادث ما ، لكننا لا بدنا من اتخاذ التدابير الوقائية لحماية حاسة السمع الفعالية وابقائها جيدة طوال الوقت

ولمعرفة متى يكون الصوت عالياً ومؤذياً للسمع لابد من معرفة ثلاثة امور هي : المدة وهي طول الوقت الذي يسمع فيه الصوت. والتردد ويقاس بعدد الدورات في الثانية الواحدة وهو طبقة الصوت ويسمى الهرتز ويتراوح التردد المسموع في الحالة الطبيعية بين ٢٠ الى ٢٠٠٠٠ دورة في الثانية. اما الامر الثالث فهو سعة الصوت وشدته وحسب بالدبسل وتبلغ قوة الصوت الاعتيادي في التخاطب بحدود ٦٠ دسبيل تقريبا ويحدد العلماء ان التعرض لصوت اعلى من ٨٥ دسبيل لفترة اطول تزيد نسبة التعرض الى الضرر وكلما اشتد الصوت كذلك زادت الاضرار بشكل اسرع ، وتؤكد التقارير الاختبارية ان الصوت يصير مؤلماً عندما يتخطى ١٢٠ دسبيل، فبالامكان تحمل اذناننا صوتاً الخلاط المنزلي (٩٠ دسبيل) لساعة من الزمن لكنها لن تتحمل جهاز الاستريو الذي ينتج صوت يزيد على ١٤٠ دسبيل لمدة نصف ساعة فكل زيادة بمقدار ١٠ دسبيل تعني ان الصوت يتضاعف ١٠ مرات. لكي نفهم كيف يمكن للاصوات العالية ان تضر باسماعنا يوضح ذلك احد تقارير السلامة المهنية اذ

في مجاميع من الشباب فتحوّلهم الى قطع منلقت يحطم كل شيء او في شباب يقودون سياراتهم بطرق جنونية تحو وطاة ضجيج موسيقي يفلت العقل من التحكم بالإرادة ويخرجه الى درجة اقرب ماتكون من الجنون ، ولا استغراب من ان التعرض لاصوات مرعبة اوقوية قد يؤدي الى الجنون فعلا كل ذلك يرجع لفقدان الهدوء. لذا ينصح باستعمال سدادات الاذن وغيرها من الادوات التي تحمي السمع من الضجيج كلما وجدنا حاجة لذلك ، ويحسن بالوالدين ان ينتهوا الى الخطر المحتمل الذي تشكله الألعاب الصاخبة وسماعات الراس الموصولة باجهزة التسجيل الصوتي فالاحداث اكثر عرضة لمشاكل في السمع بسبب الاستماع الى موسيقى صاخبة ولوقت طويل . فالاذن عضو سمعي صغير وحساس جدا واكثر من رائع فهو هبة الخالق وبه نسمع كل شيء من حولنا من اصوات فلا شك ان هذه الهبة تستحق العناية والاهتمام .

محسن الذهبي كاتب عراقي مقيم في بريطانيا

# هل يسير البريطانيون على القمر يوماً؟

ومن اجل تحقيقها تتعاون عدة وكالات عالمية. ففي شهر نيسان، استضافت ناسا ورشة استراتيجية الاكتشاف والتي جمعت خبراء عالميين لمناقشة خيارات المهمات الفضائية المستقبلية. من بين الضيوف البريطانيين، كان كل من ايان كرافورد من جامعة بيربيك، واندرو بول من الجامعة المفتوحة، واللذان كتبا بحماس عن الورشة، بعد عودتهما. وهما يناقشان موضوع التجارة التكنولوجية مقابل مفعد في الكيسولة الفضائية في اتفاق مع امريكا وهذان العالمان يراهمان على الصناعة البريطانية في مجال اجهزة الميكرو-ستالايت وايضا الروبوتات، من اجل امكانية ارسال شخص بريطاني الى القمر. ولكن من سيكون اول شخص يتم اختياره لارتياح الفضاء الخارجي؟ ان امال بريطانيا تنحصر في مجال البيئة الفضائية وكان آخر من وضع قدما على القمر، الجيولوجي جاك شميرت، والذي انجز افضل الانشطة العلمية من بقية الرواد، ويقول العالم البروفسور كلون الحياة تبدأ

مجموعة صغيرة من العلماء البريطانيين يحاولون تحقيق فقرة كبيرة في مجالهم. فبعد سنوات من الابتعاد عن الاكتشاف البشري في الفضاء، تركز (ناسا) على اعادة امريكا الى القمر، ثم الى المريخ وهذا الامر اغضب العديد من المجموعات التي تعمل في مجال الفضاء والتي تعتقد ان الرحلات الفضائية للانسان، تعمل على قتل الكثير من عناصر البيئة الفضائية العلمية، كما عبر عن ذلك قبل اوتلي من جامعة ساوثمتون وفي هذا المجال، يعبر عدد من العلماء البريطانيين عن طموحاتهم في ارسال بريطاني الى القمر في عام ٢٠٢٠ وفي الوقت نفسه، فان جدول اعمال ناسا منح املاً جديدا لعدد من العلماء البريطانيين المؤيدين لالتكشافات الانسانية والذين اصيبوا بخيبة امل جراء تخلي الوكالة الأوروبية للفضاء عن الجزء الخاص بالنشاط الانساني في برنامجها حول المريخ، اورورا . ولرحلات الانسان في الفضاء الخارجي تكاليف باهظة

