

«القبيلة» الطويلة تزيد خطر الإصابة بأمراض القلب

ياخذوا قبيلة على الإطلاق. وتتعارض هذه النتائج مع نتائج دراسة سويسرية أجريت العام الماضي، حيث أظهرت أن القبيلة لها نتائج جيدة على صحة القلب، مشيرة إلى أن البالغين الذين حصلوا على غفوة أثناء النهار مرة أو بشكل مستمر، كانوا أقل عرضة لخطر الإصابة بأمراض القلب والسكتات الدماغية، مقارنة بمن لم يحصلوا عليها.

(39 في المائة) أنهم أخذوا قبيلة منتظمة. وخلص الباحثون إلى أن القبيلة بشكل عام تزيد من خطر وفاة الشخص بنسبة 19 في المائة، لكنهم أشاروا إلى أن الخطر الأكبر يقع على الأشخاص الذين يأخذون قبيلة لمدة ساعة أو أكثر، حيث إن هؤلاء الأشخاص يكونون أكثر عرضة بنسبة 30 في المائة للوفاة المبكرة، و34 في المائة للإصابة بأمراض القلب، مقارنة بالأشخاص الذين لم

«وكالات»: كشفت دراسة حديثة أن غفوة النهار (القبيلة) الطويلة التي تستغرق أكثر من ساعة يمكن أن تزيد من خطر إصابة الشخص بأمراض القلب ووفاته المبكرة. وبحسب صحيفة «التلغراف» البريطانية، فقد نظر الباحثون التابعون لجامعة غوانزو الطبية في الصين في 20 دراسة سابقة عن القبيلة وأمراض القلب ومخاطر الوفاة، شملت أكثر من 313 ألف مشارك، أفاد ثلثهم

دراسة: السمنة تزيد من خطر الوفاة بفيروس كورونا بنسبة تقرب من 50 %

«وكالات»: كشفت دراسة أن السمنة ربما تضاعف مخاطر الإصابة بوضع مرضي خطير لوباء كوفيد-19 - فضلا عن أنها تزيد من فرص الوفاة بهذا الوباء بنحو 50 في المائة، وفقا للباحثين، الذين حذروا أيضا من أن أي لقاح مستقبلي قد يكون أقل فعالية في حالة الوزن الزائد.

ووفقا للدراسة - التي نقلتها صحيفة الإندبندنت البريطانية في موقعها على الإنترنت أمس تشمل المشكلات الصحية الناجمة عن السمنة عددا من الظروف الصحية المسبقة والمعروف أنها تؤدي إلى تفاقم عدوى كوفيد-19 - بما في ذلك أمراض القلب والسكري وارتفاع ضغط الدم.

وخلص تقييم عالمي للبيانات الصحية التي تم جمعها منذ بداية الوباء من قبل باحثين في جامعة نورث كارولينا، إلى أن الأشخاص الذين يزيد مؤشر كتلة الجسم لديهم عن 30 كانوا أكثر عرضة بنسبة 113 في المائة للدخول إلى المستشفى.

وبحسب التقييم، فإن أولئك الذين دخلوا المستشفى كانوا أكثر عرضة للانتقال إلى وحدة العناية المركزة بنسبة 74 في المائة، في حين زاد خطر الوفاة بين مرضى السمنة بنسبة 48 في المائة، وحذر الباحثون من أن أي لقاح مستقبلي قد يقوض من فعاليته أيضا ارتفاع مؤشر كتلة الجسم لدى المتلقي.

وبيضا لا يزال الباحثون يعملون من أجل التحصين لمحاربة سارس-كوفيد 2، وهو الفيروس المسبب لكوفيد-19. تشير الأدلة المتاحة إلى أن لقاحات الإنفلونزا لها فعالية أقل على مرضى السمنة. وكانت حكومة المملكة المتحدة قد أطلقت حملة لمكافحة السمنة

أثناء الوباء، حيث يتردد أن رئيس الوزراء بوريس جونسون أخبر المقربين منه أنه يعتقد بأن وزنه كان السبب وراء إصابته الشديدة بالفيروس، مما دفع إلى نقله إلى وحدة العناية المركزة. وفي هذا السياق، قال باري بوكين، أستاذ التغذية بجامعة نورث كارولينا، إن عامل الخطر المتمثل في زيادة الوزن يمثل تحديا خاصا حيث يسعى الناس في جميع أنحاء العالم إلى تجنب العدوى.

ارتفاع عدد ضحايا السيول في أفغانستان إلى 122

«وكالات»: قال مسؤولون إن عائلات و فرق إنقاذ في أفغانستان يبحثون عن ناجين من السيول التي أودت بحياة أكثر من 122 شخصا، ودمرت ما يزيد عن 1500 منزل شمالي العاصمة كابول. وذكر مسؤولون في وزارة إدارة مواجهة الكوارث أن ما لا يقل عن 250 من السكان أصيبوا عندما أدى هطول الأمطار الغزيرة في وقت سابق من الأسبوع إلى سيول اجتاحت مساحات واسعة من إقليم باروان. وقال تميم عظيمي المتحدث باسم الوزارة «الوضع مقلق جدا، حجم السيول هائل»، وأضاف «لا يزال هناك الكثير من المفقودين». وقال ناجون إن هناك عددا كبيرا من الأطفال بين الضحايا. ومن المتوقع أن ترتفع حصيلة الوفيات وتستعد أسر لعمليات دفن جماعي للمتوفين بينما لم ترفع أقوام الإنقاذ بعد.

دراسة تكشف أن الجراثيم يمكن أن تبقى حية خلال انتقالها بين الكواكب

«وكالات»: كشف علماء يابانيون أن اختباراً أجروه في المحطة الفضائية الدولية أظهر أن جراثيم بقيت ثلاث سنوات حية في الفضاء، مما يعني أن أشكالاً بسيطة للحياة يمكن أن تنتقل من كوكب إلى آخر.

وأوضح معدو هذه الدراسة التي نشرت في مجلة «فرونتيرز إن مايكروبيولوجي» أن هذا الاكتشاف يؤكد النظرية التي تقيد بان كائنات حية دقيقة يمكن أن تنقل الحياة من كوكب إلى آخر. وللتأكد من صحة هذه النظرية، وضع الباحثون جراثيم «دينوكوكوس راديودورانس» في الجزء الخارجي من المحطة الفضائية الدولية على علو 400 كيلومتر.

وتبين أن الجراثيم بقيت حية ثلاث سنوات رغم الظروف المناخية القاسية، والتعرض القوي جدا للأشعة ما فوق البنفسجية ولغوارق كبيرة في درجات الحرارة.

وقال معد الدراسة الأستاذ في جامعة طوكيو للصيدلة وعلوم الحياة أكيهيكو ياماغيشي لوكالة فرانس برس «كنت أعرف أنها ستعيش بعد اختبارات عدة في المختبر، ولكني شعرت بالارتياح عندما عادت وهي حية».

وأضاف «الجمع يعتقد أن أصل الحياة موجود على الأرض، لكن اكتشافات جديدة تظهر أن الحياة قد تكون أيضا بدأت على كواكب أخرى».

من هذا المنطلق، من الممكن أن تكون جراثيم انتقلت إلى الأرض من المريخ، في عصر كان يوجد فيه على الكوكب الأحمر شكل بسيط من الحياة الجرثومية.

ويأمل ياماغيشي وفريقه في إجراء دراسات أخرى مشابهة تشمل تعريض الجراثيم لإشعاعات أقوى.

إندونيسيا تعيد فتح دور السينما لتعزيز نظام المناعة

«وكالات»: قالت السلطات الإندونيسية أمس الأول إنه يمكن لدور السينما استئناف نشاطها، مشيرة إلى أن الذهاب لدور السينما يجلب الإحساس بالسعادة ويحسن مناعة الرواد.

وقال ويكو اديسانيسيتو الخبير في علم الأوبئة والمتحدث باسم قوة المهام المعنية بمكافحة فيروس كورونا في مؤتمر صحفي: «دور السينما تساهم بصورة كبيرة في الترفيه عن المواطنين لأنها تجعلهم سعداء وتعزز نظامهم المناعي».

وستستقبل دور السينما من تراوح أعمارهم بين 13 و59 عاماً، الذين لا يعانون من مرض السكري أو أي نوع من الأمراض الروئية أو القلبية أو من ضعف جهاز المناعة.

كما ستعني على رواد السينما وضع الكمامات طوال الوقت لمشاهدة الأفلام التي تستغرق أكثر من ساعتين.

ولن يسمح بتناول الأطعمة والمشروبات في السينما، وستسرى التذكار عبر شبكة الإنترنت فقط.

وستضع إدارة كل منطقة خطة لإعادة فتح دور السينما.

463 مليون طفل محرومون من التعليم جراء «كورونا»



حرمان ثلث التلاميذ في العالم جراء إغلاق المدارس بسبب «كورونا»

المنزلية والالتزام بالعمل أو نقص الدعم لاستخدام أدوات الكمبيوتر، وفق اليونيسيف. وعلى الصعيد العالمي، حرم 67 مليون تلميذ من الوصول إلى التعليم الافتراضي في شرق أفريقيا وجنوبها، و54 مليوناً في غرب أفريقيا ووسطها و80 مليوناً في المحيط الهادئ وشرق آسيا و37 مليوناً في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا و147 مليوناً في جنوب آسيا و25 مليوناً في أوروبا الشرقية وآسيا الوسطى و13 مليوناً في أمريكا اللاتينية ومنطقة البحر الكاريبي.

ومع استعداد العديد من البلدان لبدء العام الدراسي الجديد، تحض اليونيسيف الحكومات على إعطاء الأولوية لإعادة فتح المدارس بشكل آمن عندما تبدأ تخفيف القيود الصحية.

وحتى بالنسبة إلى التلاميذ الذين استفادوا من إمكان الوصول إلى التكنولوجيا، فقد تكون نوعية تعليمهم قد عانت من ظروف غير مؤاتية في المنزل، بين ضغوط القيام بالأعمال والتلفزيون والراديو.

إلى التعليم عن بعد، وهناك تفاوتات كبيرة جدا بين القارات. ويستند تقرير اليونيسيف إلى بيانات جمعت من حوالي مئة بلد عن الوصول إلى الإنترنت والتلفزيون والراديو.

بوريس جونسون يستعين بمدرّب شخصي لخسارة الوزن

«وكالات»: استعان رئيس الوزراء البريطاني بوريس جونسون بالمدرّب الشخصي هاري جيمسون لإنقاص وزنه، بعد أن أقر بأنه كان «سميناً جداً» عندما أصيب بفيروس «كورونا»، وفقاً لهيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي».

ونقل رئيس الوزراء إلى المستشفى مصاباً بالفيروس في أبريل لكنه قال إنه منذ ذلك الحين يحاول «تطوير» لياقته البدنية بشكل كبير. ويقول جيمسون إن تدريبه «يأخذ بعين الاعتبار العقل مثل الجسد». ويُعتقد أن الوقت الذي أمضاه جونسون في العناية

المركزة قد أدى إلى تغيير وجهات نظره بشأن معالجة السمنة. وكان قد انتقد في السابق الرسوم المفروضة على الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من الملح والدهون والسكر، ووصف موقفه بأنه «ليبرتاري».

وفي يوليو أكد جونسون أن البلاد بحاجة إلى إنقاص الوزن للحماية من الارتفاع الجديد لإصابات «كورونا». وقال: «السمنة هي أحد عوامل الاعتلال المشترك الحقيقية. إن فقدان الوزن - بصراحة - هو إحدى الطرق التي يمكنك من خلالها تقليل مخاطر الإصابة بفيروس (كورونا)».

وكرّز من حملة معالجة المشكلة، قالت الحكومة إنها ستحتفل بإعلانات الوجبات السريعة التلفزيونية قبل الساعة 21:00.



رئيس الوزراء البريطاني بوريس جونسون ومدرّبه الشخصي هاري جيمسون

شركات إندونيسية تؤسس منظمة لمكافحة تزايد نفايات البلاستيك



نفايات العبوات البلاستيكية تلوث البحر

«وكالات»: أنشأ عدد من شركات الأغذية والمشروبات الكبرى في إندونيسيا منظمة جديدة لتعزيز جهود إعادة التدوير وتقليل نفايات العبوات البلاستيكية في البلاستيك، والتي تنتجها الشركات عادة وينتهي بها الأمر عادة إلى تلويث البحر.

وذكرت صحيفة «جكرتا بوست» أمس أن الشركات، وهي من أعضاء جمعية التغليف وإعادة التدوير للبيئة المستدامة لإندونيسيا (بريز)، أسست منظمة «بايكيدجينغ ريكفري» للبحث عن طرق لتسريع تنفيذ الاقتصاد الدائري، بداية من جمع النفايات إلى إعادة التدوير.

وقال رئيس لجنة التوجيه في جمعية «بريز»، تريونو بريوسوسيلو، خلال الإطلاق الافتراضي للمنظمة: «تفخر الجمعية بإطلاق المنظمة (حتى تتمكن) من التعاون في إدارة النفايات لدينا كحل للمواد البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد».

إجلاء نصف مليون شخص في أمريكا بسبب الإعصار «لورا»

«وكالات»: صدرت أوامر إجلاء لأكثر من 500 ألف شخص في مناطق من تكساس ولويزيانا، في ظل توقعات بوصول واحد من أقوى الأعاصير منذ عقود، وسط دمار متوقع في ساحل الخليج الأمريكي.

وقال كبير خبراء الأرصاد الجوية في نيو أورليانز ولويزيانا خلال مؤتمر صحفي أمس الأول: «هذه الأرقام لا يمكن تخيلها.. أن تفكر في أن هناك جداراً من الماء يرتفع أكثر من طابقين يأتي على الشاطئ هو أمر يصعب تصوره».

وأوضح أنه «لن يتم التعرف» على بعض الأحياء السكنية جراء تداعيات ذلك الإعصار.

وكان المركز الوطني للأعاصير قد أفاد أمس الأول بأن قوة لورا اشتدت ليصبح إعصاراً من الفئة الرابعة بسرعة قصوى للرياح تصل إلى 240 كيلومتراً في الساعة.

وقال حاكم لويزيانا جون بيل إيوارد مساء أمس الأول، إن الأوضاع «تتجه للأسوأ سريعاً، ابقوا آمنين».



توقعات بوصول واحد من أقوى الأعاصير منذ عقود

طفل في الخامسة ينقذ حياة والدته بالاستعانة بأحدى ألعابه



الطفل غوش تشامبان مع والدته كارولين

وتابع «لقد أخطبت غوش أنه يمكن أن يكون ضابط شرطة لأمي في المستقبل». من جهتها، قالت كارولين (41 سنة) بعد أن أفادت من غيبوبتها «كنت أعب مع غوش قبل أن أفقد وعيي فجأة. وعندما استيقظت وجدت نفسي محاطة بالمسعفين والشرطة، وقد أوضحوا لي أن

«وكالات»: تمكن طفل بريطاني في الخامسة من عمره من إنقاذ حياة والدته بعد دخولها في غيبوبة، وذلك بعد أن قام بالاتصال برقم الطوارئ المكتوب على جانب سيارة إسعاف «لعبة» خاصة به. وبحسب شبكة «بي بي سي» البريطانية، فقد فوجئ الطفل الذي يدعى غوش تشامبان، ويعيش في مدينة تيلفورد البريطانية، بسقوط والدته كارولين على الأرض فجأة إثر دخولها في غيبوبة نتيجة إصابتها بمرض السكري، فأسرع الطفل في الحال وأحضر لعبته وقام بالاتصال برقم «112» المدون على جانبها، لئلا يتردد عليه الشرطة وتحدد موقعه. ووصف جيم بيكر، قائد الشرطة المحلية، غوش بأنه «شجاع جداً».

وقال بيكر «لقد قاده تفكيره السريع لأن يتصل بالرقم الذي وجد على لعبته لأنه كان قلقاً على والدته. لقد كان شجاعاً للغاية وظل معنا على الهاتف حتى تمكنا من الوصول إلى منزله والتأكد من حصول والدته على المساعدة الطبية».

معمران في الإكوادور يدخلان موسوعة «غينيس» كونهما الزوجين الأطول عمراً بالعالم

«وكالات»: دخل معمران من الإكوادور موسوعة غينيس للأرقام القياسية كونهما الزوجين الأطول عمراً في العالم، حيث يبلغ عمر الزوج الآن 110 أعوام وقربنته 104، بجموع 214 سنة وأكثر من 358 يوماً.

وبذلك، تجاوز الزوجان، خوليو سيزار والدرامينا ماكلوفيا، الأمريكيين جون وشارلوت هندرسون اللذين كانا يحملان لقب أكبر زوجين في العالم بعمر 212 عاماً و52 يوماً. وتعارف الزوجان في عام 1934 حين ذهبت والدرامينا لزيارة شقيقتها التي كانت تسكن في نفس المبني الذي يقطنه خوليو سيزار الذي كان يدرسه من أقارب زوج أخت قريبته المستقبلية.

وبعد سبع سنوات من تعارفهما، تزوجا عام 1941 في كيتو سرا لأن أسرتهما كانتا تعارضان علاقتهما.

والآن أكمل زواجهما (79 عاماً) ويؤكدان أن مرور الوقت لم يفعل شيئاً سوى تعزيز علاقتهما، حيث أصبح الحب الكبير والاحترام المتبادل ركائز للبقاء معا لفترة طويلة، وفقاً لما صرح به في مقابلة مع.

وأتم هذا الزواج الطويل عن خمسة أبناء (توفي أحدهم، الآخر، في عمر 58 عاماً)، و11 حفيداً و21 من أبناء الأحفاد وتسعة من أحفاد الأحفاد.

مواقيت الصلاة

الفجر	4.03
المغرب	18.24
العشاء	19.35
الظهر	11.51
العصر	15.24
المغرب	18.24
الفجر	4.03