

منظمة: السعودية تؤكد تفشيا لسلالة «إتش 5 إن 8» من إنفلونزا الطيور

وأصابت سلالات الفيروس الدواجن في عدد من الدول في أنحاء العالم خلال السنوات الأخيرة، وتصيب بعض أنواع الخرش أيضا الإنسان وتسبب الوفاة.

وفرضت السعودية هذا العام قيودا على واردات الدواجن من دول منها بلغاريا في مسعى لمنع انتشار المرض.

عن معلومات من السلطات السعودية إن السلالة (إتش5إن8) أصابت وقتلت 14 طائرا في موقع غير محدد في العاصمة السعودية.

وأضاف التقرير أنه تم إعدام باقي الطيور التي كانت معرضة للإصابة بالفيروس من ضمن مجموعة مكونة من 60 ألف طائر.

«رويسر»: قالت المنظمة العالمية للصحة الحيوانية يوم الجمعة الماضي إن السعودية أكدت تفشيا لسلالة شديدة العدوى من فيروس إنفلونزا الطيور في الرياض مما استدعى إعدام نحو 16 ألفا من البط.

وقالت للوكالة التي يقع مقرها في باريس في تقرير على موقعها الإلكتروني نقلا



«العربية». تت: كتلفت دراسة حديثة أن النساء اللاتي يرغبن في الحفاظ على الحيوية والجمال، ينبغي أن يحتفظن بأسرة صغيرة، وإن لا يتجنن أكثر من طفلين.

وأشارت الدراسة إلى أن هذا العدد المحدود من الأطفال يجعل المرأة أكثر شبابا وجاذبية، في مقابل أن الأسرة متعددة الأطفال ومع منتصف العمر تبدو فيها الأم أكبر سنا ويجلد صاحب أقل حيوية.

والسبب بحسب الدراسة التي أجرتها جامعة «بات» البريطانية، يعود إلى الأثر الذي يوجده الحمل والرضاعة الطبيعية بالإضافة إلى رعاية الأطفال.

ففي ظل إضافي يعمل على زيادة الإجهاد التأكسدي لدى الأم، وهو نوع من الخلل الكيميائي الذي ينسب في الشيخوخة المبكرة.

وقد راجعت الدراسة صور 500 امرأة في منتصف العمر لمعرفة أيهن تبدو أكثر جمالا وأصغر سنا، ومقارنة ذلك بعدد الأطفال لكل منهم.

وكذلك تقول دراسة نشرت في المجلة الأميركية للأنثروبولوجيا الفيزيائية، بقيادة جامعة جاجيلونيان في بولندا: «لقد ظهر أن النساء اللاتي لديهن أطفال أقل وبعد انقطاع الطمث، يكن أكثر جاذبية وأكثر صحة كذلك.»

وتكافح العديد من النساء

15 حيلة مذهلة لتقوية الذاكرة



مناسباتك الخاصة وأحداث حياتك.

6- التثقيف وفق خبراء علم النفس، تسبب الغوصي نشئت الذهن والخلل، لذا ينصح بالحرص على التثقيف في شتى تواحي حياتك حتى تدعم بذاكرة قوية.

7- استثمار العاطفة ترتبط العواطف بالذاكرة، لذا يتصح بالتواصل بشكل جيد مع الآخرين وبناء روابط عاطفية مع الأصدقاء والأهل والأحباء، والعمل على استرجاع اللحظات العاطفية السعيدة في حياتك كأول موعد غرامي مثلا.

8- التأمل وجدت إحدى الدراسات أن التأمل لمدة 20 دقيقة فقط، 4 مرات في اليوم، يحسن الؤنائف المعرفية بالغ بنسبة تصل إلى 50%.

9- الكتابة تدوين الملاحظات باستخدام الورقة والقلم وعدم الكتابة باستخدام الكمبيوتر يساعد في تقوية التركيز، حيث تستخدم في ذلك عدة حواس مع الحركة الوظيفية للأيدي والتي تعطي اشارات إيجابية للمخ تساعد في الذكر لاحقا.

10- التحدث مع النفس قد يبدو الأمر غريبا، لكن الناس الذين يتحدثون إلى أنفسهم عند محاولة تعلم أو فهم شئ جديد يعدون أكثر نجاحا من غيرهم.

11- الاهتمام بالطعام الصحي الطعام الصحي والمفيد له تأثير إيجابي كبير في تقوية الذاكرة، لذا ينصح بالأكثار من تناول الخضروات، والفواكه، وسمك السلمون، واللوبز وغيرها من الأطعمة الغنية بأحماض أوميغا 3 الدهنية.

12- الامتناع عن تناول المشروبات الكحولية أثبتت الدراسات أن تناول المشروبات الكحولية يسرع من عملية فقدان الذاكرة.

13- النوم الجيد يلعب النوم الجيد دورا هاما في صحة المخ وتقوية الذاكرة، لذا فلتجعل النوم من 7-9 ساعات يوميا احد اولوياتك التي لا تتنازل عنها مطلقا.

14- ممارسة الرياضة تساعد النشاط الحركي في زيادة ضخ الدم في سائر أجزاء الجسم بما في ذلك المخ، الأمر الذي من شأنه المحافظة على التركيز والذاكرة. وأثبتت أبحاث حديثة أن الجسم يفرز مواد كيميائية غصبية أثناء ممارسة الرياضة، تساعد في تحفيز الخلايا العصبية ومضاعفتها.

15- مضغ العلكة يزيد مضغ العلكة من ضخ الدم إلى المخ وبالتالي يحفز الذاكرة وييقظها بشيطة وفعالة.

هيئة الأرصاد البريطانية: زيادة حرارة الأرض في 2018

الاستبعد أن يتجاوز المستوى القياسي المسجل في 2016". وفي الشهر الماضي قالت المنظمة العالمية للأرصاد الجوية، وهي هيئة تابعة للأمم المتحدة، إن العام الحالي سيكون أحد أحر ثلاث أعوام على الإطلاق لكنه سيكون أقل حرارة بعض الشيء من المستوى القياسي المسجل في 2016 وسيكون تقريبا في نفس مستوى عام 2015.

ما قبل الثورة الصناعية في الفترة من عام 1850 إلى 1900. ويعني هذا زيادة بين 0.28 و0.52 درجة مئوية عن متوسط درجة الحرارة في الفترة من 1981 إلى 2010 والذي بلغ 14.3 درجة. وقال اند سكيف رئيس قسم التوقعات طويلة المدى في المكتب في بيان سيكون 2018 شديد الحرارة عالميا لكن من

«رويسر»: قال مكتب الأرصاد الجوية البريطاني إن متوسط درجات حرارة العالم سيرتفع مجددا في العام المقبل لكن من المستبعد أن يسجل مستوى قياسيا جديدا نتيجة التأثير التلطئ لتفاثرة النشيا المناخية في المحيط الهادي.

ومن المتوقع أن يكون متوسط الزيادة في درجة حرارة العالم في 2018 بين 0.88 و1.12 الأبعاد واضحة عن مكان عدم انتظام درجة مئوية مقارنة بمستويات

قلوبهم عن طريق العلاج، ولكن في العام التالي لم يحدث لهؤلاء المرضى سوى 4 حالات من عدم انتظام دقات القلب، ولم يعان بعضهم أي شيء على الإطلاق.

ويرجع نجاح الطريقة الجديدة إلى دمج تقنيتين هما: الإشعاع المجسم، المستخدم في بعض المراكز الطبية لعلاج مرضي السرطان، وهو عبارة عن إشعاع شديد التركيز ومكثف لتدمير الأورام.

أما التقنية الأخرى، فهي خرائط القلب لتحديد الموقع الدقيق للانسجة ذات الندبة، حيث يرثدي المرضى سترة مصنوعة من سلاسل من الرصاص الكهربائي - يبلغ عددها الإجمالي 256 بالمقارنة مع 10 فقط المعتادة في أجهزة رسم القلب الكهربائية. ويقوم الأطباء بعمل تراكم للكيانات من سترة تتضمن مصدر أشعة مسخ للقلب.

يقول دكتور فيليب كوكوليتش، خبير إيقاع القلب في جامعة واشنطن في سانت لويس، والمؤلف الأول للدراسة الجديدة: «إن هذا الأسلوب يعطينا صورة ثلاثية الأبعاد واضحة عن مكان عدم انتظام ضربات القلب».

ب5 أو 10 سنوات، تقول: لقد اكتشفنا أثارا جانبية لهذا الأسلوب العلاجي».

حاول المرضى الخاضعون للدراسة استخدام الأدوية للسيطرة على معدلات ضربات القلب، وعندما فشلت الأدوية، اضطروا للمجازفة بأن تجرى لهم جراحات تسمى «الإجتاث»، يقوم خلالها الأطباء باستخدام القسطرة لحرق كل خلية تساهم في الخلل الكهربى في القلب. ومع ذلك، لا يزال آلاف المرضى يعانون من حالات عدم انتظام دقات القلب البطيئي، حيث يعاني القلب من حالة «تاكيكارديا tachycardia» حيث تصل ضربات القلب إلى 200 مرة في الدقيقة، مع انخفاض في ضغط الدم.

إن جهاز تنظيم ضربات القلب في صدور المرضى يصدر قلوبهم مرة أخرى ليعود إلى إيقاع طبيعي عند الضرورة، ولكن الأجهزة لم تمنع حدوث تلك الحالات.

في الأشهر الـ3 التي سبقت العلاج التجريبي، عانى المرضى من أكثر من 6500 نوبة من نوبات عدم انتظام دقات القلب. واستغرق الأمر قرابة شهر لشفاء

الطبية»، ويبدو أن التجربة قد أثبتت فاعليتها، وتقدم املا جديدا لمرضى آخرين حول العالم، لم يكن لديهم بدائل إلا زرع القلب.

يقول دكتور ميلفن شينمان أستاذ الطب في جامعة «كاليفورنيا» بسان فرانسيسكو، والرئيس السابق لجمعية إيقاع القلب: «إن هذا الكشف سيغير قواعد اللعبة». ويضيف: «ليس هناك شك في أن هذا الأسلوب يقدم حلا ناجعا».

ويصف دكتور رودريك تونغ، مدير الفيسيولوجيا الكهربائية للقلب في جامعة «شيكاجو للطب»، تلك الطريقة الجديدة بأنها تمثل «نقلة نوعية». ويتطلب العلاج عدة أسابيع ليحدث تأثيره الكامل، لذلك لا يمكن استخدامها مرضى القلب، الذين يحتاجون إلى مساعدة فورية، ويجب أن تتم دراسة نتائج تلك الطريقة على مجموعات أكبر من المرضى على مدى فترات أطول، وقد بدأت بالفعل خطوات في هذا الاتجاه.

ويوضح دكتور تونغ: «أن أسوأ شيء يمكننا القيام به هو اعتماد هذا الأسلوب بحماس جامح، ثم نجد أنفسنا بعد ذلك

بنتالم بعض المرضى بشكل خطير، عندما تتعرض قلوبهم للعدوى أو من النوبات القلبية، وفي كل حالة منها، كان النظام الكهربائي للجسم الذي يحافظ على نبضات القلب العادية يصاب بما يشبه للماس الكهربائي.

فهؤلاء المرضى يتعرضون لما يشبه رشقات متكررة من ضربات القلب السريعة، والتي يمكن أن تنتهي بالموت المفاجئ.

وتؤدي هذه الحالة المرضية بحية مئات الآلاف حول العالم كل عام، فيما يعد أحد الأسباب الأكثر شيوعا للوفاة في الولايات المتحدة، بعدما يتم استنفاد جميع العلاجات التقليدية، وفقا لما نشرته صحيفة «نيويورك تايمز» الأميركية.

ولهذا السبب، قرر باحثون في جامعة «واشنطن» بسانت لويس الإقدام على عمل تجريبي لمرضاهم، يتلخص في تسليط رشقات قصيرة من الإشعاع على القلب في محاولة لطمس الخلايا التي

تتسبب في الخلل الكهربى.

وتم نشر نتائج العلاج الخاصة بأول 5 مرضى مؤخرا في دورية «نيو إنغلاند

اختراق علمي.. «حل ناجع» لعدم انتظام ضربات القلب

