

صابرين تعلق على خلعها الحجاب

وكالات



تعتبره مفاجأة لجمهورها، وسوف تعلن عن تفاصيله في وقت لاحق.

أوضحت الفنانة المصرية صابرين أنها لم تكن بالأساس ترتدي الحجاب حتى تخلعه. وقالت إنها بالأساس لم تكن محبة وإنما كانت ترتدي «التربون» وهو عبارة عن غطاء رأس يشبه القبعة. وأوضحت: «أنا فقط قمت بخلع التربون ولم أكن محبة، والجميع يعلم ذلك، وخاصة أنني بين أفراد أسرتي أعيش هكذا من دون التربون، وقراري بخلعه والظهور مرة أخرى بشعري لا أعتبره مفاجأة».

لصاقه طبية تكشف الخلايا السرطانية خلال دقائق

وكالات

يحاول علماء سويديون في جامعة مالو السويدية العمل على تطوير لصاقة طبية تعمل على كشف الخلايا السرطانية خلال دقائق عن طريق عملية فحص خارجي بسيطة.

ونقلت قناة «سكاي نيوز» البريطانية عن العلماء قولهم إن فكرة اللاصق الطبي الجديد تستند إلى مبدأ البحث عن الخلايا والجزيئات التي تخلفها أورام سرطان الجلد على الإنسان حيث تبدأ اللصاقة عملها بعد وضعها على الشامة أو على الأسطح المنتهية في جسم الإنسان لتعطي النتائج بعد دقائق فقط.

وكشف العلماء عن النموذج الأولي للصاقة ولكنهم أكدوا أن النتائج النهائية يمكن أن تستغرق ما يقارب العامين بسبب حاجتهم لإيجاد طريقة لتحليل الجزيئات.

وستنهي اللصاقة الجديدة تاريخاً طويلاً من معاناة مرضى السرطان مع طريقة الفحص التقليدية «سحب الخزعة»، وستسهم في الكشف عن الإصابات في وقت مبكر جداً.

ويظهر سرطان الجلد أو النمو غير الطبيعي في خلايا الجلد على الأجزاء المعرضة لأشعة الشمس ويمكن أن يظهر في كثير من الأحيان في مناطق لا تتعرض لأشعة الشمس المباشرة ويتم تصنيف ثلاثة أنواع رئيسية للمرض تشمل سرطان الخلايا القاعدية وسرطان الخلايا الحرشفية وسرطان الجلد.

الإكثار من السكر يزيد التهاب الأمعاء

وكالات

يزيد تناول السكر بكميات كبيرة من خطر الإصابة بالتهابات خطيرة في الأمعاء.

وقد توصل العلماء في جامعة ألبرتا الكندية إلى هذا الطرح، ونشروا نتائج دراستهم بهذا الشأن على الموقع الإلكتروني للجامعة. وأجرى العلماء تجربة على الفئران حيث أجبروها على تناول السكر بكميات كبيرة، فانتفخ أن هذا الأمر يؤدي إلى التهاب القولون وتشوه أنسجة الأمعاء. وحسب الباحثين فإن السكر حفز البكتيريا الضارة على النمو سريعاً وعند ذلك يمكن أن تنتقل مكوناتها من الأمعاء إلى أجزاء أخرى للجسم. وقال العلماء: إن كل ذلك يزيد من احتمال الإصابة بأمراض مثل الزهايمر والنشل والرعاش.

داليدا خليل امرأة خطيرة جداً



الوطن

دخلت الفنانة اللبنانية داليدا خليل تصوير مسلسل «سر» إلى جانب الممثل السوري النجم بسام كوسا، فظهر أمام الجمهور بإطلالة لم يعتد عليها من ناحية الشكل والضمون إذ تتمتع شخصيتها بجوانب حادة من الذكاء والأنوثة في معادلة تجعل منها امرأة خطيرة جداً، فيما تضمنه من أفكار وتنغذه من أفعال.

من دفتر الوطن

سباق الحواجز!

عصام داري



كثبت منذ أيام «اليوست» التالي على صفحتي في الفيسبوك: (نصف قرن وأنا أبحت عن الإعلام.. ولم أجده بعد.. حسنة الله من يدلني عليه)! فوجت بالتعليقات والاتصالات التي تلقيتها من أصدقاء وكان السؤال الأول الذي يطرحونه هو: كنت رئيس تحرير لوأحدة من أهم الصحف اليومية، فلماذا لم تحاول أن تصنع شيئاً بدلاً من أن تشتكي من الإعلام؟ للعلم، لا يوجد رئيس تحرير لا يحلم في أن يترك بصمة في صحيفته، إن لم يكن من أجل مصلحة هذه الصحيفة، فلا أقل من أن يحقق إنجازاً شخصياً يحسب له.

وكل رئيس تحرير سيحدثك عن «إنجازات» حققها خلال توليه مهام منصبه، لكنه في الوقت نفسه سيشتكي من الحواجز والعقبات والمعوقات التي واجهها، وهي عقبات حقيقية وليست مجرد تبرير عدم تسجيل نجاحات باهرة.

المضحك المبكي في الأمر أنني شخصياً شعرت أنني أخوض سباق الحواجز في عملي الصحفي، قبل وبعد تسلمي رئاسة التحرير، بل إن أموراً صغيرة تعرقل الأمور الكبيرة وتحد من النجاح.

على سبيل المثال: يكون رئيس التحرير يكتب الافتتاحية فإذا بالمستخدم يقاطعني ويقول لي: «فواشة خزان الماء تعطلت والمياه بدأت تدخل إلى غرفة المكتب!» تعكر المزاج وانقطعت سلسلة أفكاره، وطلبت منه إجراء اللازم وفق ما هو متبع عادة.

في اليوم التالي وبينما أنا أتابع شؤون التحرير والصفحات والموضوعات التي سندفع بها إلى المطبعة، عاد المستخدم ليبلغني بالنبا الكارثي، فقد رفضت الإدارة صرف ثمن «الفواشة» وقال إن مكتبي هو الذي يستخدم خزان الماء لذا، على رئيس التحرير أن يدفع ثمن تلك الفواشة!

بالحقيقة أنا كنت أتحميل على السلطات المختصة، فقد كنت سأسطو على الفواشة لتزكيها في منزلي، وأترك المياه تسيل حتى تغرق الصحيفة بمن فيها، عندها تصبح المشكلة عامة والإدارة ستقوم باللائم!!

بعد أيام وصلني كتاب موقع ومهور بختم الإدارة يقول إن على رئيس التحرير، أن أدفع من جيبه الخاص، ومن راتبي (الضخم) ثمن البن والشاي والسكر والزهورات، فالأسسة غير ملزمة بتقديم هذه المواد الترفيحية مجاناً في ولصوفي، فعرفت للتو واللحظة أن الإدارة كشفت فسادي وتبديدي للأموال العامة، وأنهم عرفوا أنني أنوي افتتاح مقهى أقدم فيه الشاي والزهورات والقهوة، وبما مين يقللي أهوى اسقيه بإيدي قهوة!

هذه الأمور التافهة تجعل المشرف على صحيفة ما في حال من تشتت الأفكار، فكيف ستفكر في التحرير والموضوعات التي يجب إلقاء الضوء عليها وأنت تواجه كل يوم عشرات المشكلات الصغيرة و«التافهة» لكنها مزعجة.

لكن ما يزعج أو لا توافق الإدارة على إقامة دورة لتقوية اللغة العربية أو اللغة الإنكليزية للمحررين العاملين في الصحيفة له «ضغط المصروفات»! على الرغم من كل ذلك حققت الصحيفة بعض الإنجازات من بينها: زيادة عدد الصفحات من ست عشرة إلى أربع وعشرين، ونشر ملفات مهمة في الاقتصاد والفن والثقافة وغيرها، والأهم متابعة مشاكل الناس، وقد أوقفت تحقيق نشرته الصحيفة مشروع هدم سوق البزورية الذي حصل على موافقة وزير الثقافة حينها رياض نعان آنفاً ومحافظه دمشق، وغير ذلك، إضافة إلى موضوعات لا مجال لتعدادها، فهل عرفتكم ما سباق الحواجز؟

حفل استقبال في ذكرى استقلال إندونيسيا



كبار الضيوف أثناء تقطيع قالب الحلوى



السفير الاندونيسي يلقي كلمة في الحفل



السفير الروسي مع السفير الاندونيسي وعقيلته



أحمد خوندنا يتوسط سفيرا الصومال والهند

مشروب يومي

يخفض خطر الموت المبكر

وكالات

أثبتت دراسات عدة أن الحمية الغذائية التي يتبعها الفرد لديها تأثير كبير على متوسط العمر المتوقع، لذلك يركز الباحثون على دراسة الأطعمة المحددة التي يمكن أن تؤثر بالفعل على مدة العمر. وعندما يتعلق الأمر بالعمر المديد المتوقع، فإنه ينصح في الغالب بتناول طعام صحي متوازن، وتجنب التدخين وعدم استهلاك الكحول وغيرها من الإجراءات المعروفة في الحفاظ على الصحة.

وبالتالي ضمان العيش لعمر مديد. ولكن الدراسة الحديثة، كشفت أن شرب القهوة يساعد على العيش لفترة أطول، ويقول الباحثون إن القهوة واحدة من أكثر المشروبات صحة على الكوكب.

وتحتوي القهوة على المئات من المركبات المختلفة، يوفر بعضها فوائد صحية مهمة، مثل تلك المضادة للأكسدة، التي تحمي من الإجهاد التأكسدي في الجسم، الناتج عن إتلاف الجذور الحرة. وفي الواقع، يعتقد أن الأكسدة هي واحدة من الآليات الكائنة وراء الشيخوخة والحالات الخطيرة الشائعة بما في ذلك معظم أنواع السرطان وأمراض القلب.

وحدد الباحثون ما يقرب من 1000 مضاد أكسدة في حبوب البن والمئات الإضافية منها التي تتطور أثناء عملية التحميص.

وتحارب مضادات الأكسدة الالتهاب، وهو السبب الكامن وراء العديد من الأمراض المزمنة، بما في ذلك التهاب المفاصل وتصلب الشرايين والعديد من أنواع السرطان.

وتقوم القهوة بتحديد الجذور الحرة، التي تحدث بشكل طبيعي في الجسم كجزء من وظائف التمثيل الغذائي اليومية، ولكنها يمكن أن تسبب الإجهاد التأكسدي الذي يؤدي إلى مرض مزمن.

وتشير العديد من الدراسات إلى أن تناول القهوة المنتظم يرتبط بانخفاض خطر الوفاة بسبب أمراض خطيرة مختلفة.

وقالت الدراسة الحديثة التي شملت 229119 رجلاً و173141 امرأة تتراوح أعمارهم بين 50 و71 عاماً، إن أولئك الذين شربوا أربعة إلى خمسة أكواب قهوة يوميا، كانوا الأقل عرضة للوفاة خلال الـ 12 عاماً التي استمرت فيها الدراسة، حيث انخفض خطر الوفاة المبكرة لدى الرجال بنسبة 12 بالمائة، ولدى النساء بنسبة 16 بالمائة.

وأشارت الدراسة إلى أن استهلاك كوب واحد فقط في اليوم من القهوة، كان مرتبطاً بخفض خطر الوفاة المبكرة بنسبة 5 بالمائة لدى الرجال و6 بالمائة لدى النساء، ما يعني أن كمية قليلة من المشروب الساخن كافية لتحقيق هذا التأثير الإيجابي، بينما لم يكن لشرب أكثر من 6 أكواب في اليوم أي فوائد صحية إضافية.

راقصة تنهي علاقتها بجوني ديب



وكالات

علاقة كانت ستتزوج بالزواج، بين الممثل الأمريكي «جوني ديب» والراقصة الروسية «بولينا غلين»، حيث انتقلت الأخيرة إلى قصر ديب في هوليوود قبل بضعة أسابيع، عادت غلين وقررت إنهاء هذه العلاقة وذلك بعد أن وجدت المحيط بها مخيفاً.

ووفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، فإن غلين عادت إلى مسقط رأسها في روسيا، وكانت أخبرت الراقصة أصدقاءها بعد أسابيع من علاقتها بأن ديب كان يائساً لمقاومة والدها غينادي وأنها البيطرية إيرينا.

وبحسب مصدر مقرب منها قال للصحيفة: «على الرغم من السخرية من أن بولينا كانت فقط مع جوني بسبب شهرته، إلا أنها تخفت حينما كانت تعيش معه وكانت تذهب إلى وظيفتها في الرقص، ثم تعود إلى منزله».

تابع: «جوني أصبح منتهجاً وشارداً بسبب عدائه القانوني مع طليقته النجمة أمبر هيرد، وأنها اعتقدت أن الوقت ليس مناسباً بالنسبة لهما للالتزام بأي شيء».

علامات غريبة

تدل على نقص

B12

وكالات

يساعد فيتامين B12 في الحفاظ على صحة أعصاب الجسم وخلايا الدم وكذلك إنتاج الحوض النووي (المادة الوراثية في جميع الخلايا).

ويمكن أن يؤدي نقص هذا الفيتامين الأساسي إلى مجموعة من المشكلات الصحية، خاصة أنه يمنع نوعاً من فقر الدم، الذي يجعل الناس متعبين وضعفاء.

ويمكن القول: إن النباتات هم الأكثر عرضة لنقص فيتامين B12، حيث يؤثر ذلك على إنتاج الجسم لخلايا الدم الحمراء، التي تنقل الأكسجين في جميع أنحاء الجسم باستخدام مادة تسمى الهيموغلوبين.

وبهذا الصدد، تم الكشف عن أعراض غريبة لنقص فيتامين B12، تشمل الشعور بالحمى، يحاكي الطعن في راحة يد واحدة أو كلتا اليدين، حيث يحدث فجأة ودون سبب واضح في بقعة أسفل البصر «إصبع الخاتم» مباشرة، وفي حال لم تُعالج حالة نقص الفيتامين، يبدأ الألم الخفيف بالانتشار على طول الجزء الخارجي لليد بدءاً من الرسغ.

وتشمل الأعراض الأخرى حكة أو وخزاً في اللسان، أو ظهور بقع بيضاء في الجلد أو تقرحات في زوايا الفم، أو صدمة عصبية أو ضعفاً في التنفس أو آلاماً في الوجه، أو وخزاً على طول الظهر.

ويمكن لمعظم الناس تعويض نقص فيتامين B12، عن طريق تناول كميات كافية من اللحوم والدواجن والمأكولات البحرية ومنتجات الألبان والبيض.