

شام كردي تكرم الراحلة فائق حناوي



الوطن

ضمن مشروعها لتكريم المطربات السوريات والعربيات الراحلات، كرمت المطربة شام كردي الفنانة السورية الراحلة فائق حناوي في أمسية غنائية بمرافقة فرقة قصيد الموسيقية بقيادة المايسترو كمال سكيكي وذلك في قاعة الدراما في دار الأسد للثقافة والفنون في دمشق.

وجاء البرنامج غنياً ومتنوعاً بأهم الأغاني التي قدمتها الفنانة الراحلة بصوت المطربة شام منها «حبيبتي سورية» كلمات والحنان الفنان الراحل شاكير بريخان، و«أه منك» كلمات لطفي عبد الهادي والحنان حلمي أمين، وتضمن البرنامج أيضاً أغاني «بعد الصبر» كلمات صالح الهواري والحنان الموسيقار أمين خياط و«خطوتين» كلمات حسين حمزة والحنان الراحل إبراهيم جودت و«يامن سقانا» كلمات بدوي الجبل والحنان الموسيقار رياض البندك و«بلدي الشام» كلمات حسين حمزة والحنان الموسيقار سهيل عرفة.

دراسة قد تضع حدًا للتجاعيد

وكالات

أجرى باحثو جامعة ألاباما في برمنغهام دراسة غير مسبوقه تهدف إلى عكس علامات الشيخوخة عن طريق الحد من التجاعيد ونمو الشعر الرمادي. واستخدم الباحثون مضاداً حيويًا يسمى «doxycycline» يسبب الشيخوخة عن طريق جعل الميتوكوندريا داخل خلايا فئران التجارب مختلفة وظليًا.

وبما أن الميتوكوندريا تنتج ٩٠ بالمئة من الطاقة اللازمة للبقاء على قيد الحياة، فإن الخلل الوظيفي فيها يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بالأمراض المرتبطة بالتقدم بالعمر، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان. وأثر «doxycycline» في الإنزيم اللازم لتكرار الحمض النووي للميتوكوندريا، ما أدى إلى حدوث الخلل الوظيفي. وبعد ٤ أسابيع من إعطاء المضاد الحيوي، شهدت الفئران نمو الشعر الرمادي وفقدانه، إضافة إلى الخمول. وبعد مرور ٤ إلى ٨ أسابيع، تجدد جلدها.

ويمكن عكس هذه الآثار عن طريق وقف doxycycline لمدة شهر، ما يسمح باستعادة الحمض النووي للميتوكوندريا.

وقال أستاذ علم الوراثة كيشاف سينغ: «على حد علمنا، هذه الملاحظة غير مسبوقة، ويجب أن يوفر نموذج الفئران فرصة كبيرة لتطوير إستراتيجيات إنتاج الأدوية الوقائية والعلاجية المتطورة، لتعزيز وظائف الميتوكوندريا وعلاج أمراض الجلد والشعر المرتبطة بالشيخوخة والأمراض الأخرى، التي يلعب فيها الخلل الوظيفي للميتوكوندريا دوراً مهماً».

وأوضح الباحثون أن هناك حاجة لإجراء تجارب أخرى لتحديد إذا ما كان من الممكن أيضاً عكس التغيرات النقطية في الأعضاء الأخرى، من خلال استعادة الحمض النووي للميتوكوندريا.

تكريم منى واصف



الوطن - ت. طارق السعدوني

الفنانة السورية الكبيرة منى واصف خلال تكريمها لمشاركته في بطولة فيلم «الرسالة» للمخرج مصطفى العقاد الذي عرض مساء الثلاثاء في صالة سينما سيتي بنسخة مطورة.

احذروا إضافة السكر إلى القهوة والشاي

وكالات

توصلت دراسة أميركية جديدة إلى أن إضافة السكر إلى الشاي أو القهوة قد تزيد من خطر الإصابة بمرض الزهايمر بأكثر من النصف. وتوضح النتائج أن إضافة ملعقتين ونصف من السكر إلى الشاي أو القهوة تزيد من خطر الإصابة بمرض الزهايمر، كما أن تناول الطعام المحلي أو المشروبات التي تحتوي على الكمية نفسها من السكر يجعل من الناس عرضة بنسبة ٥٤ بالمئة لتطور المرض.

وحلل الباحثون من جامعة كولومبيا النظام الغذائي لـ ٢٢٢٦ من المتقاعدين، وتتبعوهم لمدة سبع سنوات في المتوسط، ووجدوا أن أولئك الذين استهلكوا معظم المشروبات المحتوية على السكر، كانوا أكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض الزهايمر، سواء كان السكر موجوداً بشكل طبيعي أم أضيف لاحقاً.

وقال الدكتور دوغ براون: إن الكثير من السكر مرتبط بالإصابة بالنوع الثاني من داء السكري، وقد حددت الأبحاث السابقة مرض السكري من النوع الثاني كعامل خطر للإصابة بالخرف.

وأضاف: هذه الدراسة تدعم هذه الأدلة، وجميع أنواع السكر، من عصير الفاكهة إلى عصير الليمون، يكون لها التأثير نفسه، وبالحمد من المشروبات الغازية والحلويات والكعك، وتناول وجبات متنوعة ومتوازنة بدلاً من ذلك، ستكون قادرين على الحد من خطر الإصابة بالخرف في وقت لاحق من الحياة. وعلى مدى سبع سنوات من الدراسة، تم تسجيل ٤٢٩ حالة إصابة بمرض الزهايمر بين المشاركين.

وأوضحت النتائج أن الذين يستهلكون ٣٠.٣ غراماً من السكر الإضافي في طعامهم أو مشروباتهم كل يوم، أكثر عرضة بنسبة ٣٣ بالمئة لتطور مرض الزهايمر مقارنة بأولئك الذين يستهلكون ٥.٨ غرامات فقط.

كما أن استهلاك كميات كبيرة من المشروبات الغازية وعصائر الفاكهة يعرضهم بنسبة ٢٧ بالمئة للإصابة بالخرف مقارنة بمن يستهلكون كميات أقل من هذه المشروبات.

ربما كان القمر مأهولاً

وكالات



لا يستبعد علماء الأحياء الفلكية في جامعتي لندن وواشنطن وجود أنواع بسيطة من الحياة على سطح القمر قبل ٤ مليارات عام. وحسب ما ورد في تقرير نشره العالمان، بين كروفورد وديريك شولتس مكو، فإن القمر شهد في مناسبتين، ظروفًا ملائمة سمحت بنشأة وبقاء أشكال بسيطة من الكائنات الحية على سطحه.

وأُسفرت العمليات البركانية الجارية في جوف القمر حسب التقرير عن القذف بكميات كبيرة من الغازات الساخنة، بما فيها بخار الماء. ولم يؤد هذا الأمر إلى تشكل غلاف جوي فحسب، بل أحواض مائية أصبحت بيئة خصبة لولادة أجسام متناهية الصغر.

وقال العالم شولتس مكو: «يبدو أن القمر كان آنذاك صالحاً للحياة. وكان يمكن أن تعيش الكائنات الحية الصغيرة في تلك الأحواض المائية ما لم يتحول سطحه إلى صحور جافة ميتة».

وتستند تلك الاستنتاجات إلى

معلومات جلبتها البعثات الفضائية الأخيرة وتحليل عينات الصخور والتربة القمرية. وقالت صحيفة «ديلي تلغراف»: إن هناك أدلة على وجود كميات كبيرة من الماء في القشرة القمرية. ونقلت الصحيفة عن العالم بين كروفورد قوله: إن التباين كان يمكن أن تجلب الحياة إلى القمر. وأوضح قائلاً: إن تباين قمرية كانت قد سقطت على الأرض، لذلك من غير المستبعد سقوط تباين أرضية الأصل على سطح القمر.

استقرار حالة ديمي لوفاتو

وكالات



وكالات

نقلت الفنانة الأميركية ديمي لوفاتو إلى المستشفى للاستشفى للاشتباه في تناولها جرعة زائدة من المخدرات. وسارت الشرطة إلى منزلها بعد الكشف عن حالة طوارئ طبية في هوليوود هيلز، حيث تعيش المغنية. وتم إعطاؤها عقار ثوكسون الذي يعالج الجرعات الزائدة من المخدرات. بعد الاشتباه في تعاطيها الهيروين. وأكدت وسائل إعلام أميركية أن لوفاتو (٢٥ عاماً) في حالة مستقرة الآن.

ارتفاع عدد قتلى الحرائق إلى ٧٩ في اليونان

وكالات

قال مسؤول في إدارة الإطفاء اليونانية: إن ٧٩ شخصاً على الأقل لقوا حتفهم في حرائق الغابات التي تستعر بالقرب من أثينا. وأصيب ١٨٧ شخصاً على الأقل بينهم ٢٣ طفلاً، ولم يتضح بعد عدد المفقودين. ويزيد هذا العدد من القتلى على عدد الأشخاص الذين أودت حرائق في عام ٢٠٠٧ بحياتهم في منطقة بيلوبونيز في جنوب البلاد إذ لقي نحو ٧٠ شخصاً حتفهم في واحد من أكبر الأعداء المسجلة لضحايا الحرائق باليونان.

دخل غينيس

السباحة مكبلاً

داخل كيس

وكالات

دخل مدرب السباحة والمثقف والمغامر البلغاري يان بيتكوف موسوعة غينيس العالمية للأرقام القياسية بعد السباحة ويده وقدمه مكبل وهو داخل كيس يغضيه بالكامل. وسبح بيتكوف الذي يبلغ من العمر ٦٤ عاماً مسافة ٣٣٨٠ متراً في بحيرة أوهريد في مقدونيا وحطم الرقم القياسي للصيد الهندي جوبال خاري الذي سبح في عام ٢٠١٣ مسافة ٣٠٧١ متراً في المحيط الهندي لكن ليس داخل كيس. ودخل السباح البلغاري موسوعة غينيس مرة من قبل في عام ٢٠١٣ بالسباحة مسافة ٢٠٣٠ متراً، لكنه احتفظ بالرقم القياسي لثلاثة أشهر فقط حتى تغلب عليه خاري. وقال بيتكوف قبل أحدث محاولاته: إنه يعترم السباحة مسافة ٣.٥ كيلومترات، وكان مراقبون من غينيس موجودين لمتابعة مغامرته التي نظمتها الصليب الأحمر وأندية للرياضات المائية في أوهريد وبيتريتش. وسبح بيتكوف لثلاث ساعات وهو يشق الماء بقدميه ووجهه إلى الأعلى حتى وصل إلى شاطئ بلدة أوهريد القديمة.

تايلور سويفت تتعرض لموقف محرج



تجنبوا ٩٠

بالمئة من

المشكلات

الصحية

وكالات

حدد علماء من جامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو طريقة عملية لتجنب المشكلات الصحية الصغيرة منها والكبيرة. وأكد الباحثون الأميركيون أن الإجهاد المزمن وزيادة التوتر المستمر مسؤولان عن ٩٠ بالمئة من الأمراض التي تصيب الإنسان على اختلاف أنواعها. ووجه العلماء إلى تدريب خاص للدماغ، يستطيع الراقبون تعلمه وخاصة الذين يعانون ضغوط العمل والحياة، بحيث يخلصهم من المشكلات الصحية التي قد تؤدي بالحياة. ويتضمن تدريب الدماغ مجموعة من التمارين البسيطة، تؤهل الجسم لاستقبال أي أخبار سيئة أو معلومات قاهرة، وتساعد على تقليل تعقيدات وضغوطات العمل والحياة بسهولة وهدوء.

وأهم مفاتيح هذا التدريب هو التقييم الإيجابي للضغوط الواردة وتبويبها ضمن فئات معينة، ما يوقف تأثيرها في الجسم، كما ينصح الخبراء أيضاً بخفض سقف التوقعات الإيجابية كأداة مهمة في الحد من التوتر. ولخفض التوتر، نصح العلماء في نهاية المطاف، بالنظر إلى الأمور بروح الفكاهة والتعاطف مع الآخرين.

دراسة تفني اعتقاداً سائداً حول الجبن

وكالات

يدور نقاش كبير في السنوات الأخيرة حول تأثير منتجات الألبان المستهلكة على صحة الإنسان، وتحديداً فيما يتعلق بالأمراض القلبية الوعائية. ودعمت دراسة جديدة فكرة أن الدهون المشبعة الموجودة في منتجات الألبان مثل، الحليب والجبن، لن تزيد من خطر الإصابة بمشاكل قلبية في وقت لاحق من الحياة.

وأجريت الدراسة على مدى ٢٢ عاماً، ونُشرت في وقت سابق من هذا الشهر في المجلة الأميركية للتغذية السريرية.

وقام الباحثون بتقييم ٢٩٠٧ من البالغين أعمارهم ٦٥ عاماً أو أكثر، ولم يكن لدى أي منهم أي شكل من أشكال أمراض القلب والأوعية الدموية في البداية.

وتم تقييم تركيزات الأحماض الدهنية الموجودة في بلازما دم المشاركين في بداية الدراسة، بعد ٦ سنوات و١٣ ستة على التوالي. وسجل فريق البحث ٢٤٢٨ حالة وفاة بحلول نهاية الدراسة، حدثت منها نتيجة الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وأشارت النتائج إلى أن الأفراد الذين لديهم مستويات أعلى من الأحماض الدهنية المسجلة في دمائهم، انخفض لديهم خطر الإصابة بالجلطة بنسبة ٤٢ بالمئة.

وعلاوة على ذلك، ارتبط حمض heptadecanoic الموجود في الدم، وهو أحد أشكال الأحماض الدهنية المشبعة، بانخفاض خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية.

وقالت مارسيا أوتو التي قادت الدراسة، إن «تناولنا تدعم الحقيقة المتنامية للأدلة التي تقول إن دهون الألبان، خلافاً للاعتقاد السائد، لا تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب أو الوفيات العامة لدى كبار السن». وأوضحت أوتو أنه من الضروري أن يكون الناس على علم كاف باحتياجاتهم الغذائية. لذا، يجب إجراء دراسات تفصيلية تساعد على اتخاذ خيارات أكثر توازناً بالاستناد إلى الحقائق العلمية بدلاً من الإشاعات.

المياه تبتلج مطعماً مع زبائنه

وكالات

انتشر على مواقع التواصل الاجتماعي، فيديو للحظة غرق أحد المطاعم داخل منطقة التجمع الخامس في القاهرة، وانهيار الزجاج والأثاث الموجود فيه.

وظهر في الفيديو اندفاع المياه بقوة داخل أحد المطاعم بالكامل أثناء تواجد الزبائن داخله، ما أدى إلى غرقه.

وذكر النشطاء أن الغرق جاء بسبب انفجار أسورة مياه عمومية ضخمة، ما أسفر عن دخول المياه إلى المطعم وإحداث كم هائل من التلقيات سواء للمطعم أو الزبائن.

كشف موقع «ET» الأجنبي أن المغنية العالمية تايلور سويفت سقطت أثناء غنائها ورقصها على استاد «ميت لايڤ» في نيور جيرسي، وسقطت سويفت على المسرح، حين كانت تؤدي إحدى الرقصات على أغنية Call It What You Want مع الفرقة الراقصة التي تشاركها في حفلاتها، ولكنها تعاملت مع الموقف بشكل احترافي.