الوطن
عينٌ على الوطن...
سورية يومية سياسية مستقلة

الاثنين ١٦ آذار ٢٠٢٠ | الموافق ٢١ رجب ١٤٤١ هـ | العدد ٣٣٥٩ السنة الرابعة عشرة | الناشر | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع | www.alwatan.sy | Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | March 16, 2020 | No. 3359 | 14th year

قائمة الأوبئة عبر تاريخ البشرية

| وكالات

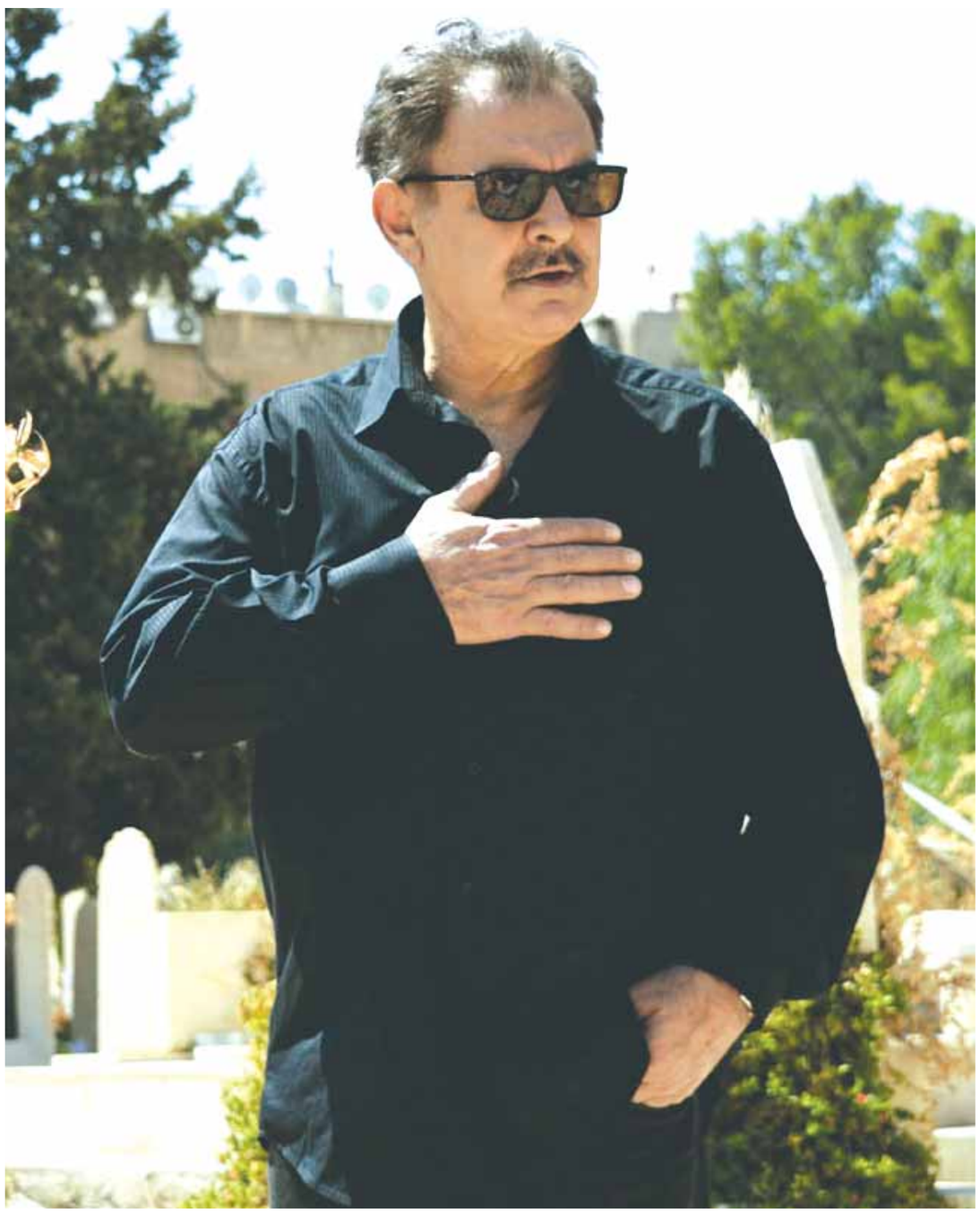
شهدت البشرية خلال تاريخها الطويل العديد من الأوبئة والأمراض التي حصدت أرواح الملايين من البشر في مناطق مختلفة من العالم.
ووفقاً لتحديد منظمة الصحة العالمية، فإن الوباء هو انتشار مرض جديد في العالم مثل وباء الأنفلونزا الذي يحدث عندما يسببه فيروس جديد، ليس لدى البشر مناعة ضده. وقد أصبح تفشي فيروس كورونا الوباء الثامن عشر في تاريخ البشرية. وقد كان أول وباء تعرضت له البشرية هو طاعون جستنيان، الذي حصد حياة زهاء ١٠٠ مليون إنسان في القرنين الحادي عشر والثاني عشر. وحدث الوباء الثاني في القرن الرابع عشر الذي عرف باسم «الموت الأسود»، الذي بدأ في الصين وانتقل إلى أوروبا وأودى بحياة ما يقرب من ٣٤ مليون إنسان.
ومنذ بداية القرن التاسع عشر وإلى يومنا هذا سجلت سبعة أوبئة كوليرا.
وشهد العالم في أعوام ١٩١٨–١٩١٩ انتشار الأنفلونزا الإسبانية التي أصابت ٥٥٠ مليون إنسان (٢٠ بالمئة من سكان العالم حينها) وأودت بحياة وفق مختلف الإحصائيات ٥٠–١٠٠ مليون إنسان.
وانتشر في عامي ٢٠٠٩–٢٠١٠ وباء فيروس أنفلونزا الخنازير الذي بدأ في المكسيك وانتشر في جميع أنحاء العالم، وأصاب أكثر من ٢٢٠ ألف شخص توفي منهم آلفان.
وحالياً إضافة إلى وباء فيروس كورونا هناك وباءان آخران، حيث منذ عام ١٩٨١ ينتشر وباء مرض نقص المناعة المكتسبة «الإيدز» الذي أصاب أكثر من ٦٠ مليون شخص توفي أكثر من ٢٥ مليوناً منهم. والوباء الآخر هو وباء الكوليرا السابع الذي بدأ عام ١٩٦١ في إندونيسيا وبلغ ذروته عام ١٩٧٠ ولكنه لا يزال منتشراً إلى الآن في ٥٣ دولة أغلبيتها في القارة الإفريقية.

اكتشاف مفاجئ لأحد أصغر الديناصورات

| وكالات

عُثر على جمجمة أحد أصغر الديناصورات في العالم، حيث بلغ طوله بوصتين فقط، محفوظة جيداً في العنبر وتكشف عن عيون منتفخة و١٠٠ من الأسنان.
وأوضح الباحثون، الذين قالوا إنهم فوجئوا بالاكتشاف، أن الديناصور المجنح الشبيه بالطيور، يبدو وكأنه نفق في الأمس.
وباستخدام العينة التي تصغر حجم العنب البري، تمكّن فريق البحث من إنشاء نموذج في الكمبيوتر لجمجمة الديناصور.
وعلى الرغم من حجمه، تبين أن المخلوق الصغير كان مفترساً يُحتمل أنه تغذى على البق، منذ نحو ٩٩ مليون سنة، فيما تسمى اليوم ميانمار.
واحتفظت جمجمة الديناصور المعروف باسم Oculudentavis khaungraae، بتفاصيل رائعة مع الأسنان الحادة المرئية في نموذج ثلاثي الأبعاد.
وقالت معدة الدراسة وعالمة الحفريات، جينغما أوكونور، من الأكاديمية الصينية للعلوم: «يمكن رؤية هذه الجمجمة الجميلة الصغيرة وهي محفوظة في هذه القطعة من الكهرمان (العنبر). كنت أتجول لأعرضها أمام الجميع».
وكان لدى هذا الديناصور فتحات عين كبيرة، تشبه تلك الموجودة لدى السحلية، مع فتحات ضيقة لا تسمح إلا بدخول كمية صغيرة من الضوء– ما يشير إلى أنه من المحتمل أن يكون نشطاً فقط خلال النهار. كما أظهرت العينة نمطا من الاندماج في عظام الجمجمة لم يسبق رؤيته. ويضاف الاكتشاف المذهل إلى المجموعة الرائعة من أحافير العصر الطباشيري، التي استُردت من رواسب العنبر في وادي هوكاونغ شمال ميانمار.

جهاد سعد مع «أبناء الحياة»



| الوطن

الممثل السوري النجم جهاد سعد في الفيلم الروائي القصير «أبناء الحياة» ضمن مشروع دعم سينما الشباب، وتدور أحداثه حول عائلة يعاني فيها الأب من حالة وداع دائمة، سواء بالموت أو بالحياة، وشاب من أبناء هذه الحياة يحمل في داخله الطموح والإصرار لبناء مستقبله كما يحلم أن يكون.

من دفتر الوطن

كيف الهروب من كورونا؟

زياد حيدر

في مراهقتنا ابتدعنا لعبة كادت تؤدي إلى كارثة.
أثناء العبث بإحدى وسائد البيت اكتشف صديقي جوراباً نسائياً، ومتأثراً بأحد الأفلام جربه على رأسه، فرأى التشوه القبيح الذي يحدثه عليه. قرر أن يحول الأمر للعبة تخويف، فتسلحت مجموعة منا بالجوارب، وآخرون قاموا بالشحن النفسي، وسرعان ما انتشرت شائعات عن مشوهي الخلقة يخرجون من الوادي ليلاً لتصيد الأهالي.
وانتقل وعي الناس للتصديق بعد أن أغنت الشائعات والقيل والقال القصة، وحولتها لقصة رعب يومية، استدعت إشهار المسدسات الحربية في أوجه أفراد الشلة الشقية. ومن الطريف أن أكثرنا حماساً لهذه اللعبة، كان حين يعود ليلاً من سهرته اليومية، يرتدي الجورب في طريقه للمنزل تحسباً من محاولة أحد إخافته.
تذكرت القصة التي تعود لثلاثين عاماً، وأنا أدخل متجراً صينياً في أحد أحياء برشلونة.
وضعت البائعة ستاراً بلاستيكياً شفافاً بينها وبين الزبائن ولبست قناعاً وقفازات. موظفو المتجر «وهم عادة من الأسرة ذاتها» ارتدوا الأقنعة والقفازات أيضاً وحافظوا على مسافة من الزبائن.
لم أعرف إن كان سبب ذلك هو الإجراءات الصينية الاحترازية في البلد الأم، أم تحسباً لأي ردود أفعال عنصرية ارتكبها البعض ضد الصينيين في العالم مؤخراً، بحجة تحميلهم مسؤولية وجود مرض كورونا.
أما خارج المتجر فكانت الحياة بطبيعتها التامة.
الطبيبة في المستوصف، حيث قمت بزيارة سريعة أصرت على المصافحة، ومن ثم التعقيم. الأطباء بالمجمل يتحدثون عن إنفلونزا صعبة، قد تكون قاتلة ولاسيما للمسنين. أحاول تخيل أن تكون الأخبار المتداولة حالياً هي عن مرض الكريب الشائع. إصابة ٦٣٠ شخصاً في إيطاليا بالكريب. ثم وزير ما، ولاعب رياضي، ووفاة شخص تبين أنه مسن. تساعد الفكرة في التقليل من القلق الذي تغذيه وسائل الإعلام.
لكن الناس عموماً لا تفكر هكذا. فمجرد إعلان الحكومة الإسبانية نيتها اتخاذ إجراءات احترازية ومن ثم الطوارئ، ارتفعت حمى التبضع الغريزية، وفرغت رفوف المتاجر الكبرى بظرف ساعات، وذلك بعد أن كانت ارتفعت أثمان المعقمات عدة أضعاف، واختفت تماماً الأقنعة الواقية.
على بعد عدة أمتار من المتجر بزبائنه المستعدين لنهاية العالم، يفتح النادي الرياضي أبوابه بشكل طبيعي. يذكّر الزبائن بأن عليهم فحص حرارتهم قبل الدخول للمبنى بجهاز قياس حراري. ومن ثم يدعو الزبائن لاستخدام أجهزة رش المعقمات المنتشرة بكثرة.
مثلها تم توزيعه في صالات العمل والمكاتب لدى الشركات، لكن هذا لم يمنع البعض من سرقتها، أو تعبئتها بزجاجات خاصة. من جهة أخرى سمح البعض الآخر لزملائه بالاستخدام المجاني لعلبة تعقيم الثمينة في هذه الأيام. وللحظة يبدو البشر جميعاً دون أقنعتهم اليومية المعتادة. من زجاج وغبار.
تكبر الأزمة، منذرة بخطورة أعمق. أتذكر حينها الاختناقات الكثيرة التي مرت بمنطقتنا، وبسورية.
من نقص المواد، لغلائها الفاحش، للاحتكار، للحصار، للموت المجاني، لانسداد الأفق، للجفاف، والفيضانات وهجمات الجراد والحشرات.
لا شك أننا من صخر، بقوالب من خيزران.
حتى حين لا ندري ما بنا. نصمد. في العقد الماضي مرت بنا جائحة الفيروس المعروف بأنفلونزا الخنازير. وبشكل ما، نقلت إحدى قريباتي القادمة من السفر عدوى سعال جاف، وحرارة مرتفعة لابني، فدخل الاثنان المشفى. وبعد أيام أصابتني الأعراض ذاتها. خرجنا منها سالمين بشهادة طبية تشير لالتهاب رئوي، وانتهى الأمر هنا.

الإيبوبروفين أخطر مما كان يعتقد

| وكالات

أظهرت نتائج دراسة علمية جديدة، أجراها علماء جامعة كاليفورنيا في ديفيس، أن دواء إيبوبروفين المسكن، يشكل خطورة على الكبد أكبر مما كان يتوقع سابقا، كما أن تأثيره يختلف في الجنسين.
ودواء إيبوبروفين لا ستيرويدي مضاد للالتهابات له مفعول مسكن وخافض للحرارة، ويصرف في الصيدليات من دون وصفة طبية.
ويعرف الخبراء منذ وقت بعيد أن تناول هذا الدواء يخلق مشكلات في القلب ويزيد من خطر الإصابة بالجلطة الدماغية، ولكن لم يدرس تأثيره في الكبد بصورة معمقة وشاملة. وقد اختبر البروفيسور الدرين غوميز، من قسم علم الأعصاب وعلم وظائف الأعضاء والسلوك في كلية العلوم الحياتية بجامعة كاليفورنيا، مع زملائه دواء إيبوبروفين لمدة أسبوع على فئران كانت تحقن بـ٤٠٠ ملغم منه، وهذه الكمية تعادل الجرعة المخصصة للشخص البالغ.
يقول البروفيسور: «بحثنا باستخدام مطياف الكتلة المتقدمة، في مسارات التمثيل الغذائي في خلايا الكبد، واكتشفنا أن الإيبوبروفين تسبب في حدوث تغيرات في تعبير البروتين الموجود في الكبد، أكثر مما توقعنا».
وقد كشفت نتائج الاختبار عن حدوث تغيرات في أكثر من ثلاثين مساراً للتمثيل الغذائي عند ذكور الفئران. كما اكتشف الباحثون أن الإيبوبروفين له تأثيرات مختلفة وفي بعض الأحيان متعارضة في كبد ذكور وإناث الفئران.

بينيلوب كروز: حلم الأوسكار يراودني

| وكالات

قالت الفنانة الإسبانية بينيلوب كروز إن حلم التتويج بالأوسكار يراودها، ولكنها تتمنى هذه المرة أن تفوز بجائزة أفضل ممثلة.
وأكدت أنها تعتز بدورها في ذلك الفيلم لأنه عرفها إلى زوجها الممثل خافيير باردييم.
وأوضحت أن أفضل جوائزها في الحياة هي ابنها ليو كروز الذي ولد عام ٢٠١١، وابنتها لونا التي ولدت بعده بعامين، مؤكدة أنها لا تشعر بطعم الحياة الحقيقي إلا بصحبة زوجها وطفليها.

عوامل خفية تؤثر في طول العمر

| وكالات

كشفت نتائج دراسة لعلماء فنلنديين، استمرت سنوات عديدة، مكرسة لدراسة العوامل التي تحدد متوسط العمر المتوقع للشخص.
وأجرى علماء المعهد الوطني الفنلندي للصحة والضمان الاجتماعي، خلال أعوام ١٩٨٧–٢٠٠٧ دراسة شارك فيها ٣٨٥٤٩ شخصاً من الجنسين أعمارهم ٢٥–٧٤ سنة.
وقد حلل الباحثون خلال هذه الدراسة مختلف العوامل المؤثرة في طول العمر–الأمراض المزمنة، العادات السيئة، الحالة النفسية والعاطفية، والإدمان الغذائي وغيرها.
وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن متوسط العمر المتوقع لا يقل عن عوامل الخطر التقليدية المرتبطة بنمط الحياة، والعوامل المرتبطة بنوعية حياة الشخص، مثل التوتر النفسي الشديد.
وقد اتضح للباحثين أن العوامل الرئيسية المسببة لخفض متوسط طول العمر، هي التدخين الذي يخفض متوسط عمر الرجال بمعدل ٦,٦ سنوات، والنساء بمعدل ٥,٥ سنوات، يليه مرض السكري ٦,٥ سنوات للرجال و٥,٣ سنوات للنساء.
كان الباحثون يتوقعون هذه النتائج، ولكنهم اعتقدوا أن الفرق بين الرجال والنساء سيكون أكبر، لأن متوسط طول عمر النساء أكبر بـ٥ سنوات من الرجال. وجاء عامل التوتر النفسي بالمرتبة الثالثة، حيث إن الرجال الذين هم في حالة توتر نفسي دائم، ينخفض متوسط عمرهم المتوقع بمقدار ٢,٨، والنساء بمقدار ٢,٣ سنة.
كما بينت نتائج الدراسة، أن الخمول البدني يخفض متوسط عمر الرجال المتوقع بمقدار ٢,٤ سنة. ولكن هذه العلاقة لم تكتشف عند النساء. وهذا وفقاً للباحثين يشير إلى أن نمط حياة النساء أكثر صحة. وأظهرت النتائج أن تناول الفواكه والخضروات يؤثر إيجابياً في متوسط طول العمر بالمقدار نفسه للجنسين– الفواكه ١,٤ سنة والخضروات ٠,٩ سنة.
يقول تومي هاركونين، رئيس الفريق العلمي: «كان متوسط العمر يقيم سابقاً استناداً إلى العوامل الاجتماعية–الديموغرافية مثل العمر والجنس ومستوى التعليم. ولكن في دراستنا أردنا تحديد تأثير العوامل المختلفة في متوسط طول العمر المتوقع، لذلك تمكنا في النهاية من مقارنة تأثيرها».
والمثير للاهتمام في نتائج هذه الدراسة أن الباحثين لم يكتشفوا أي تأثير لمستوى التعليم في متوسط العمر المتوقع، على حين كانت الدراسات السابقة تكشف عن تأثيره الكبير.

ليدي غاغا تعزل نفسها

| وكالات

تطرّقت الفنانة الأميركية ليدي غاغا إلى موضوع فيروس كورونا الذي تحول إلى وباء عالمي.
وأكدت أنها قررت عزل نفسها في المنزل حتى الانتهاء من هذه الأزمة، وأضافت: «أتمنى أنْ أقابل والديّ وجدتي ولكن لا أريد أن أنقل لهم العدوى إذا كنت مصابة به».
وتابعت: «أحبك يا عالم. سنتخطى هذا. ثقوا بي. تحدثت مع الرب وقال إننا سنكون بخير».

الملكة إليزابيث تغادر قصرها بسبب كورونا!

| وكالات

غادرت الملكة إليزابيث قصر باكنغهام بسبب الخوف من فيروس كورونا، إذ تضاعف عدد الوفيات في بريطانيا ليبلغ ٢١، وتوجهت الملكة إليزابيث إلى قلعة وندسور في غرب العاصمة لندن.
وأكدت مصادر ملكية أن الملكة بصحة جيدة، لكن من الأفضل نقلها بعيداً عن قصر باكنغهام، ويشعر الكثير من موظفيها بالخوف بسبب فيروس كورونا.
وكان قصر بكنغهام قد نشر بياناً جاء فيه: «في إجراء وقائي ولأسباب عملية في ظل الظروف الراهنة، يتم إجراء تغييرات في الالتزامات اليومية للملكة إليزابيث في الأسابيع المقبلة، بالتشاور مع الأسرة الطبية والحكومة».

هكذا يرتبط الأرق بالنظام الغذائي

| وكالات

أعلنت الدكتورة يلينا تساريوفا، أخصائية طب الأعصاب والنوم أن اضطراب النوم يؤدي إلى ظهور الرغبة في تناول شيء ما مضر ليلاً.
وهذا يظهر واضحاً جداً لدى محبي السهر.
وقالت: يسبب الكافين سوء النوم ويجعله سطحياً.
وتناول الكربوهيدرات قبل النوم قد يؤدي إلى انخفاض مستوى السكر في الدم، ودرجة الحرارة، ما يسبب اليقظة.
أو قد يظهر الشعور بالجوع، فيستيقظ الشخص لتناول شيء ما.
ولكن عادة يحصل العكس، حيث بعد ليلة من دون نوم يتناول الشخص المأكولات السريعة الضارة ليلاً.
وتقول تساريوفا: «تحفز ليلة من دون نوم الرغبة في تناول المأكولات السريعة الضارة مساء وليس صباحاً عندما يكون تركيز هرمون الكارتيزول مرتفعاً، لكي نستيقظ، بل مساء، ما يجبرنا على تناول المعجنات والحلويات والأطعمة الدهنية، لذلك نلاحظ أن محبي السهر يميلون إلى تناول الطعام في وقت متأخر من المساء، لذلك يعانون من الوزن الزائد وارتفاع ضغط الدم ومشكلات أخرى. وهناك أيضاً متلازمة «الوجبة الليلية»، حيث بعد السابعة مساء يتناول الكثيرون أكثر من ٢٥ بالمئة من الطعام اليومي، وإن لم يكن هذا مرتبطا بظروف العمل والحياة، فإن له علاقة بالتوتر النفسي.