

## ساعة آبل تختبر الصحة بـ٦ دقائق

وكالات

كشفت باحثون من جامعة ستانفورد الأميركية عن ميزة جديدة في الساعة الذكية التي أنتجتها شركة آبل الأميركية تتمثل بقدرتها على قياس الصحة العامة بدقة مثل قياس هشاشة القلب والأوعية الدموية.

وأوضح الباحثون أن ساعة آبل شبيهة بكشف داخل العيادة، ويمكنها إجراء قياس لصحة القلب والأوعية الدموية للأشخاص داخل منازلهم، لافتين إلى أن نظام تشغيل «ووتش أو إس ٧» يحتوي على اختبار المشي لمدة ٦ دقائق وبيانات التنقل الأخرى ويمكن لأصحاب الساعات مراجعة أدائهم عبر تطبيق «هيلث» الموجود على هواتف آيفون التي تنتجها آبل.

وأشارت نتائج الدراسة الحديثة إلى أن ساعة آبل وغيرها من الساعات الذكية يمكن أن توفر على المرضى عناء زيارة الطبيب لقياس قدراتهم الوظيفية ويمكنهم ببساطة الاطمئنان على صحتهم بالتجول في منازلهم والدخول إلى تطبيق «هيلث» إذا كانت هناك علامات على وجود مشكلة صحية لديهم.

## قتل ابنه المصاب بالتوحد

بمضرب بيسبول

وكالات

شهدت ولاية أوهايو الأميركية جريمة مروعة راح ضحيتها طفل يبلغ من العمر ٥ سنوات، قتل على يد والده بمضرب «بيسبول». وقال ضباط في بارما، بولاية أوهايو، إنهم استدعوا إلى منزل ماثيو بونومارينكو البالغ من العمر ٣١ عاماً، بعد أن اتصل بهم معلناً قتل ابنه. واكتشفت الشرطة لدى توجيهها إلى منزل بونومارينكو، جثة الطفل في غرفة المعيشة، وعليها كدمات ودماء. ووفق عم الطفل القتيل، فإنه كان مصاباً بالتوحد، وتعلم استخدام الكمبيوتر اللوحي للتواصل.

كذلك أشار إلى أن والد الطفل قد غادر مؤخراً مركزاً للصحة السلوكية، وتوقف عن تناول الدواء، لكنه كان هادئاً للغاية في اليوم الذي سبق الحادثة المأساوية.

## سيدة حامل بسبعة توأم

وكالات

أفادت وزارة الصحة في مالي بأن مواطنة مالية حامل بسبعة توأم، ستحت بالمغرب، من أجل تأمين عملية الولادة بسلام، بعد قضائها أسبوعين بمستشفى العاصمة باماكو. وأشارت الوزارة إلى أن المرأة الحامل تلغ من العمر ٢٥ سنة، وستذهب إلى المغرب لضمان متابعة أفضل للحمل الاستثنائي، ولضمان صحتها وحياتها الأجنة، وخصوصاً أنها في شهرها السادس من الحمل.

## شكران مرتجى: كل الفرح والحب



الوطن

نشرت الممثلة السورية النجمة شكران مرتجى صورة جديدة ارتدت فيها فستاناً أسود أنيقاً وعلقت: «لن أفتح نافذتي ليدخل الفرح حين يقرر، المجيء سيدخل من خرم إبرة، كل الفرح والحب لقلوبكم».

## اليوم «المهرجان الشعري»

في مكتبة الأسد

الوطن

بمناسبة اليوم العالمي للشعر، تقيم الهيئة العامة السورية للكتاب «المهرجان الشعري» في السادسة من مساء اليوم في قاعة محاضرات مكتبة الأسد الوطنية في دمشق.

ويشارك في المهرجان كل من الشعراء فائز زين الدين ورضوان السح وشفيق ديب وصقر عليشي وليندا إبراهيم ومروة حلاوة، ويدير المهرجان الإعلامي علي الدندح ويتخلله عزف موسيقي للعازفين هوشك حبش وحمزة بوريش وعفيف دهير.

## مادة غذائية تخفض مستوى الكوليسترول

وكالات

دعت اختصاصية التغذية الروسية الدكتورة أولغا كورابيلوفا إلى استخدام القرفة في الطعام لتسريع عملية التمثيل الغذائي وتطبيع مستوى الكوليسترول في الدم.

وأشارت إلى أن محتوى السعرات الحرارية في القرفة منخفض ويعادل ٣٥ سعرة حرارية في ١٠ غرامات من مسحوق القرفة.

ويمكن بإضافة القرفة إلى الطعام تخفيض مؤشر نسبة السكر في الدم بنسبة ٢٠ بالمئة، وعند استخدامها مع الزبدة أو الجبن، تعطي نكهة لذيذة لهذه المنتجات.

وقالت: «القرفة مثل الفلفل الحار، تسرع عملية التمثيل الغذائي، ومغلي القرفة مع ورق الغار، يساعد فعلاً على تخفيض الوزن. كما أنها تحسن مستوى الكوليسترول في الدم وقد تكون مفيدة في حالة ارتفاع مستوى ضغط الدم أيضاً».

وأضافت: «تساعد القرفة على حفظ المواد الغذائية لفترة طويلة في البيت، لذلك تضاف دائماً إلى الحلويات والمخللات مع القرنفل وأوراق الغار».

## استئصال جنين من داخل جنين

وكالات

أفادت وكالة الأنباء العمانية، بأن قسم جراحة الأطفال بالمستشفى السلطاني في البلاد، أجرى عملية جراحية نادرة تمثلت في استئصال جنين من داخل جنين.

وأشارت الوكالة إلى أن العملية الجراحية التي جرت عبارة عن استئصال جنين من داخل جنين، لطفل يبلغ من العمر ثمانية أشهر. ولفتت إلى أن هذه الحالة تعد نادرة الحدوث عالمياً، لكونها تتم في ظروف استثنائية.

## السكر المصنع

يؤدي إلى

أمراض الكبد

وكالات

كشفت دراسة طبية حديثة أن استهلاك السكر المصنع ولو بكميات معتدلة يؤدي إلى الإصابة بالعديد من أمراض الكبد.

وأكدت الدراسة التي أجراها باحثون من جامعة غراتس الطبية بالنمسا أن استهلاك السكر المصنع ولو بكميات معتدلة يسبب مضاعفة إنتاج الدهون في الكبد ما يؤدي إلى الإصابة بمرض الكبد الدهني ومرض السكري من النوع الثاني.

وأشارت الدراسة إلى أن الأطعمة المصنعة والمشروبات المحلاة بالسكر تحتوي إما على الفركتوز أو السكروز اللذين يؤديان إلى تراكم الدهون في الكبد بكميات أعلى بمرتين مقارنة بالأطعمة غير المصنعة والمشروبات غير المحلاة بالسكر.

ولفت الباحثون إلى ضرورة الاعتماد على السكريات الطبيعية الموجودة في الخضار والفاكهة.

وكالات

للمرة الثانية، تعرضت الفنانة الأميركية بيونسيه للسرقه، وهذه المرة وصلت قيمة المسروقات لأكثر من مليون دولار. وفي التفاصيل، اقتحم لصو ص وحداث

## بيونسيه تتعرض للسرقه



تخزين بيونسيه في لوس أنجلوس، وسرقوا حقائب يد فاخرة وفساتين تزيد قيمتها على مليون دولار. وقالت الشرطة إن ثلاث وحدات تخزين استأجرتها شركة إنتاج بيونسيه تعرضت للسطو مرتين في وقت سابق من هذا الشهر.

## العامل المسبب

لوفاة النساء مبكراً

وكالات

اكتشف علماء أميركيون، أن النساء اللواتي تعرضن لعملية الإجهاض التلقائي، أكثر عرضة للوفاة المبكرة بنسبة ١٩ بالمئة.

وتوصل الباحثون إلى هذا الاستنتاج، بعد دراستهم لبيانات المتابعة الطبية لمئة ألف امرأة أميركية خلال أعوام ١٩٩٣-٢٠١٧، وقارنوا العوامل التي يمكن أن تؤثر في الصحة بما فيها التغذية ونمط الحياة.

واتضح للباحثين أن النساء اللواتي تعرضن لعمليات الإجهاض التلقائي المتكرر، وكذلك النساء اللواتي حصل عندهن الإجهاض التلقائي في بداية فترة الحمل، أكثر عرضة للوفاة المبكرة. وأن العلاقة بين الإجهاض التلقائي والوفاة المبكرة ظهرت بصورة واضحة في حالات الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية، حيث بلغت نسبتها ٤٨ بالمئة.

وأشار الباحثون، إلى أن هذه النتائج تبين أن الإجهاض التلقائي، يمكن أن يكون علامة خطر مبكرة لصحة النساء، بما فيها الوفاة المبكرة.

وقال الخبراء: «يجب إجراء دراسات إضافية، من أجل تحديد كيفية تأثير الإجهاض التلقائي في صحة المرأة على المدى البعيد والآليات الأساسية لهذه العلاقة».

## السبب الأكثر

شيوفاً لوفاة

رواد الفضاء

وكالات

توصل علماء روس بعد تحليل البيانات لأكثر من مئة شخص من رواد الفضاء إلى أن أمراض القلب والأوعية الدموية هي السبب الأكثر شيوعاً للوفاة بينهم.

وحلل العلماء بيانات من ١١٨ رائد فضاء وكانت فترة المراقبة ٦٠ عاماً تقريباً من كانون الثاني ١٩٦٠ إلى كانون الأول عام ٢٠١٨ وخلال هذا الوقت مات ٣٧ رائد فضاء أي بنسبة ٤٨,٦٥ بالمئة من أمراض القلب والأوعية الدموية و٢٧,٠٣ بالمئة من الأورام الخبيثة على حين ارتبطت ١٦,٢٢ بالمئة من الحالات بأسباب خارجية ويبلغ متوسط عمر المتوفى ٦٤,٤ سنة.

ولاحظ العلماء أنه لا تزال هناك بيانات غير كافية لتقييم تأثير السفر إلى الفضاء على الصحة على المدى الطويل.