

## الجرعات العالية من فيتامين «د» لا تفيد مصابي كورونا

وكالات

كشفت دراسة برازيلية جديدة أن الجرعة العالية من فيتامين «د» ليس لها تأثير مفيد على مرضى فيروس كورونا المعتدل أو الحاد.

ووفقاً للدراسة، أجرى باحثون في كلية الطب بجامعة ساو باولو البرازيلية دراستهم على ٢٤٠ مريضاً تم علاجهم من فيروس كورونا في عدد من مستشفيات مدينة ساو باولو في الفترة من شهر حزيران إلى آب عام ٢٠٢٠.

وأشارت الدراسة إلى أن الباحثين قاموا بتقسيم المتطوعين بشكل عشوائي إلى مجموعتين، الأولى أعطيت فيتامين «د» بجرعة واحدة من ٢٠٠٠٠٠ وحدة مذابة في محلول زيت الفول السوداني والمجموعة الثانية أعطيت فقط محلول زيت الفول السوداني وتم علاج جميع المشاركين وفقاً للبروتوكول القياسي للعلاج بالمستشفى من المرض والذي يتضمن إعطاء المضادات الحيوية والأدوية المضادة للالتهابات ولكن الباحثين لم يلاحظوا أي فرق كبير بين المجموعات لأي من هذه النتائج السريرية.

وبينت الدراسة أن المستوى المثالي لفيتامين «د» في الدم يختلف باختلاف العمر والصحة العامة.

## متى يكون التثاؤب خطيراً؟

وكالات

قالت طبيبة الأعصاب والاختصاصية النفسية العصبية أولغا غولوبنسكايا، إن الإنسان يتثاؤب عادة، عند رغبته في النوم، أو عند حاجته لنيل قسط من الراحة.

ونوهت بأن التثاؤب هو رد انعكاسي لا إرادي، يسمح بتنشيط الدماغ.

وأوضحت أن من أسباب التثاؤب حدوث تغيرات في جدول العمل المعتاد، وكذلك الانتقال من منطقة زمنية إلى أخرى بالطائرة، وحدث أي اضطرابات في الإيقاعات البيولوجية، والمزيد من التغير في النوم. وشدت على أنه إذا كان النوم غير فعال، فسيثاؤب المرء أحياناً خلال النهار.

وقالت: «نادراً ما يتثاؤب الناس أثناء النهار، لكن إذا بدأوا في التثاؤب باستمرار، فقد يكون ذلك إشارة إلى وجود أمراض خطيرة. ويمكن أن يصاحب التثاؤب، على سبيل المثال، وجود إخفاق قلبي. وقد يكون سببه وجود الاضطرابات العصبية المرتبطة بحدوث خلل في وظيفة النوم. ومع وجود الاكتئاب، قد يظهر التثاؤب المستمر».

## «المهامية» روبين عيسى



الوطن

الممثلة السورية روبين عيسى في مسلسل «بعد عدة سنوات» الذي تؤدي فيه شخصية «المهامية أميرة»، وهي الابنة الوحيدة لأبي نورس رب العائلة التي يدور العمل حولها وهي قوية الشخصية تحصل على درجة الدكتوراه وتكرس نفسها لعائلتها التي تتمسك بها مشابهة في ذلك لو الدها.

## وأصاب ٢٢ شخصاً بـ«كورونا»

وكالات

وجهت السلطات الإسبانية اتهاماً لرجل ظهرت عليه أعراض «كورونا»، وكان يسعل باتجاه زملائه في العمل، وأخبرهم «سأعطيك جميعاً فيروس كورونا»، وذلك بعد أن أصاب ٢٢ شخصاً بالمرض.

وأفادت الشرطة بأن تحقيقها بدأ بعد تفشي فيروس كورونا في الشركة، حيث كان الرجل البالغ من العمر ٤٠ عاماً يعمل في جزيرة مايوركا الواقعة على البحر المتوسط. وقالت الشرطة إنه قبل أيام من تفشي المرض، ظهرت على الرجل أعراض كورونا لكنه رفض اقتراحات زملائه بالعودة إلى المنزل والعزل الذاتي.

وبعد نهاية دوام عمله، وعندما لم يظهر الرجل أي تحسن، ذهب لإجراء اختبار «بي سي آر» قبل زيارة لصالة ألعاب رياضية والعودة إلى العمل في اليوم التالي، رغم أن الرؤساء أخبروه بالعودة إلى المنزل بعد أن ظهر ارتفاع درجة حرارته إلى نحو ٤٠ درجة مئوية، إلا أن الرجل رفض.

في نهاية اليوم، جاءت نتيجة اختبار إيجابية، ثم تم اختبار زملائه، وحصل خمسة منهم على نتائج إيجابية، وقالت الشرطة إنهم بدورهم أصابوا أقارب بينهم ثلاثة أطفال. وفي صالة الألعاب الرياضية التي زارها الرجل، ثبتت إصابة ثلاثة أشخاص وإصابة أفراد أسرهم أيضاً.

## الفطر يقلل مخاطر الإصابة بالسرطان

وكالات

كشفت دراسة أميركية جديدة أن تناول الفطر يساعد في تقليل خطر الإصابة بمرض السرطان.

وأجرى باحثون في كلية الطب بولاية بنسلفانيا الأميركية بحثاً تناول ١٧ دراسة عن السرطان، وتحليلهم بيانات أكثر من ١٩٥٠٠ مريض بالسرطان اكتشفوا العلاقة بين استهلاك الفطر وخطر الإصابة بالسرطان.

ولفت الباحثون إلى أن النتائج أظهرت أن الأفراد الذين تناولوا ١٨ غراماً من الفطر يومياً كانوا أقل عرضة للإصابة بالسرطان بنسبة ٤٥ بالمائة مقارنة بمن لم يتناولوه.

وقال المؤلف المشارك في الدراسة جون ريتشي إن هذه النتائج تقدم بشكل عام أدلة مهمة على الآثار الوقائية للفطر ضد السرطان لكن هناك حاجة لدراسات مستقبلية لتحديد أنواع السرطان التي قد يساعد الفطر في الوقاية منها.

ويعد الفطر مصدراً جيداً للبروتينات والفيتامينات والمعادن والألياف ومضادات الأكسدة كما يستخدم في صناعة عدد من الأدوية.

## سلاحفة تطير في الهواء!

وكالات

أصبحت امرأة تبلغ من العمر ٧١ عاماً كانت تتركب سيارة مع ابنتها على الطريق السريع ٩٥ بولاية فلوريدا الأميركية، بجروح في جبينها عندما اخترقت سلاحفة الزجاج

الأمامي لسيارتها. وتوقفت الابنة بالسيارة على جانب الطريق وحصلت على مساعدة سائق سيارة آخر، وأسأل الجرح الكثير من الدماء، لكن المرأة لم تصب بأذى خطير.

من المرجح أن السلاحفة كانت تعبر الطريق السريع وطارت في الهواء بعد أن صدمتها مركبة أخرى.

في المقابل، حظيت السلاحفة بأفضل حظ على الإطلاق، حيث عانت فقط من بعض الخدوش على قوعقتها وتم إطلاقها مرة أخرى في الغابة القريبة.

## الرز ينقذ هاتفك الغريق

وكالات

كشفت المحلل في وكالة «تيليكوم دايلي» إيليا شاتيلين عن إمكانية إعادة الهاتف الذكي بعد سقوطه في الماء إلى الحياة، مبيناً الخطوات الواجب اتباعها بوضوح عند التعرض لمثل هذا الحادث.

وقال: «الهواتف الذكية الرائدة مقاومة للماء بدرجة عالية، ولكنها لا تضمن المستوى ذاته من الموثوقية بعد الاستخدام طويل المدى».

وأضاف: «الشقوق والخدوش والأضرار الميكانيكية الأخرى تؤدي إلى حقيقة أن الرطوبة يمكن أن تدخل الهاتف الذكي».

وأشار إلى أن استخدام مجفف الشعر لا يمكنه بالتأكيد إصلاح الجهاز، خاصة عندما يتعلق الأمر بهاتف جديد إلى حد ما، حيث يمكنك نفخ المياه بشكل أعمق في الهاتف باستخدام مجفف الشعر. وأوضح الخبير أن العلبة البلاستيكية قد تتأثر أيضاً تحت تأثير درجات الحرارة المرتفعة.

وأضاف: «الرز يمكن أن يساعد حقاً في استنزاف الدواخل من الجهاز.. ينبغي وضعه في الرز لأنه يجتذب الرطوبة، وإذا تركت هاتفك في دد الرز ليوم واحد، فقد يساعدك ذلك».

وختم، بأن أفضل حل هو عدم إضاعة الوقت ونقل الهاتف الذكي إلى مركز الخدمة.

## لمن قالت نسرين طافش: «أنا بزعل عليهم»؟

وكالات



ردت الممثلة السورية النجمة نسرين طافش على الانتقادات التي طالت أحد مشاهد شخصيتها «رحاب» التي تؤديها في مسلسل «المداح» بعد ظهورها على السريبر مغمى عليها وهي بمكياج كامل عقب تلقيها خبر وفاة أبيها. وبينت أنها لم تتضايق من الانتقادات التي طالتها وقالت «أنا بزعل عليهم، لأنه أحياناً في نقد أجوف مبني على باطل لإثارة البلبلة، وفي نقد بناء ومحترم هذا النقد يهدف للتطوير لما يكون من شخص محترف أو أستاذ بمجال النقد بيتأخذ وبينال الاحترام».

## حيوان يجمع صفات الغزال والفأر

وكالات

أعلنت حديقة حيوان «بريستول» في بريطانيا عن ولادة حيوان يجمع بين صفات الغزال والفأر الملاوي الرائع.

وأشار موقع «ديلي ميل» البريطاني الذي نشر الخبر، إلى أن المخلوق الصغير يشبه تكوين الفأر، إلا أنه أرجل طويلة ووجهها أقرب للغزال، ويقف على ارتفاع ٢٠ سم فقط من كتفه.

وأضاف: إن الخبراء يتوقعون أن حجم الحيوان لن يزداد كثيراً مع بلوغه، وأنه حتى عندما يكتمل نموه فإن وزنه لن يتجاوز ١,٥ كغم.

وأوضح خبراء الثدييات أن جنس الحيوان غير واضح ولم تتم تسميته بعد، كما أنه ليس سوى النسخة الثانية التي تولد في حديقة الحيوان، حيث ولدت الأولى في العقد الماضي.