

## مراهق يخرج عملة من أنفه

وكالات

تمكن المراهق عمير قمر (١٤ عاماً) من إخراج عملة معدنية من فته الخمسة بنسات من أنفه بعدما ظلت عالقة هناك قرابة ١٠ سنوات.

وحسب الفتى فإن العملة علقت في أنفه عندما كان في الرابعة من عمره، حيث أدخلها وهو يلعب، وظلت عالقة في تجويف الأنف. ولم ينجح الأطباء وفق والدة قمر في اكتشاف وجود جسم معدني في الأنف رغم زياراتها المتعددة للمراكز الطبية، بعدما اشتكى الفتى من صعوبة في التنفس أثناء لعبه كرة القدم. وحسب ما نقلت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية عن قمر، فإنه شعر مؤخراً بألم في أنفه، الأمر الذي جعله يغلق إحدى فتحات أنفه وينفخ بقوة، ليفاجأ بخروج العملة المعدنية.

## سنغالي الأكثر متابعة على «تيك توك»

وكالات

أصبح خابي لام الشخص الأكثر متابعة على تطبيق «تيك توك» للمقاطع المصورة بعد ارتفاع عدد متابعيه إلى ١٤٢.٧ مليون شخص حول العالم. وتجاوز خابي لام نجمة «تيك توك»، شارلي دي أميليو التي يتابعها ١٤٢.٣ مليون شخص. وتمكن لام وهو إيطالي من أصول سنغالية من أن يصبح من الشخصيات المشهورة على الإنترنت، واشتهر بشكل أساسي في بث مقاطع صامتة تسخر من الفيديوهات التي تنتشر على مواقع التواصل الاجتماعي، ليحصد ملايين المشاهدات. وقد انضم إلى منصة التواصل الاجتماعي في آذار ٢٠٢٠ عندما تم إغلاق البلاد إثر جائحة كورونا، واكتسب محبة المتابعين بسبب بساطة المادة المقدمة.

## سيدة تتباهى بأكل «هامستر»

وكالات

ألقت الشرطة البريطانية القبض على سيدة نشرت فيديو على «فيسبوك» وهي تأكل حيواناً صغيراً. وألقت الشرطة في مقاطعة لينكولنشاير القبض على السيدة التي لم يكشف عن اسمها، بالتعاون مع الجمعية الملكية البريطانية لحماية الحيوانات. وجاء اعتقال السيدة بعد تداول فيديو لها وهي تقتل «هامستر» وتأكله مستعينة بالماء لتسهيل عملية البلع. ووفق التحقيقات، فإن السيدة التهمت «الهامستر» في تحد حيث حصلت بعد الفوز به على كمية من الكوكايين.

## موفق بهجت.. سلالمات



الوطن

تواصلت «الوطن» مع النجم الكبير موفق بهجت الذي أكد أنه بات بصحة جيدة وغادر المستشفى لقضاء فترة نقاهة في المنزل بعد تعرضه لوعكة صحية قبل أيام. وأبدى الفنان السوري النجم شكره وامتنانه لإدارة مستشفى الباسل وكادرها الطبي والتمريضي على العناية التي أولوها له منذ لحظة إسعافه وحتى تماثله للشفاء. وكان تقيب الفنانين محسن غازي قد قام بزيارة الفنان الكبير في المستشفى للاطمئنان على صحته رافقه فيها مدير فرع دمشق تماضر غانم وأمين سر فرع دمشق سيمون خوري. واللافت في الصور التي انتشرت من الزيارة حفاظ موفق بهجت على بسمته المعتادة خلال استقباله زواره، وهو الذي كان على الدوام يزرع الابتسامة على وجوه السوريين ويظهرهم بأغانيه وفلكلوره السوري الأصيل.

## طلاب روس يطورون أقماراً صناعية جديدة

وكالات

أعلنت جامعة كوروليوف الحكومية الروسية عن قيام طلاب تابعين لها بالعمل على مشروع تطوير قمر صناعي جديد. ونقلت صحيفة «فيستي» الروسية عن الخدمة الصحفية في الجامعة قولها: «يعمل عدة طلاب تابعين لجامعتنا على مشروع لتطوير أدوات ستساعدهم في تجميع الأقمار الصناعية الصغيرة وستمكنهم من تطوير البرمجيات المخصصة لتلك الأقمار».

وأوضحت أن الهدف الرئيس من المشروع هو منح الطلاب المهارات العلمية والتقنية لتطوير برامج الأقمار الصناعية والمركبات الفضائية وأجهزة الاستشعار عن بعد.

وقال رئيس نادي الشباب للأجهزة الفضائية في الجامعة أليكسي كومارين: «من المفترض أن يطور الطلاب في الجامعة هيكل القمر الصناعي صغير يزن نحو كيلوغرام وطوله ١٠ سم وعرضه ٥ سم وبالرغم من صغر حجمه لكنه سيكون قمراً صناعياً حقيقياً». وكانت جامعة كوروليوف قد ذكرت في وقت سابق أن طلابا تابعين لها يعملون على مشروع تطوير تقنيات جديدة لالتقاط إشارات الأقمار الصناعية.

## تنظيف الأسنان عامل مهم لإطالة العمر

وكالات

وجدت الأبحاث أن أحد العوامل المهمة لإطالة العمر، القابلة للتعديل، هو تنظيف أسنانك بالفرشاة في وقت محدد من اليوم. واستكشف الأطباء الارتباط بين سلوكيات صحة الأسنان وطب الأسنان على جميع أسباب الوفيات في ٥٦١١ من كبار السن من عام ١٩٩٢ إلى عام ٢٠٠٩ وحساب تقديرات المخاطر لدى الرجال والنساء بشكل منفصل.

ووجدوا أن تنظيف الأسنان ليلاً قبل النوم عامل خطر مهم لطول العمر، والأكثر من ذلك، أن استخدام خيط تنظيف الأسنان كل يوم وزيارة طبيب الأسنان كانا من عوامل الخطر الكبيرة لطول العمر.

وإضافة إلى ذلك، فإن عدم تنظيف الأسنان بالفرشاة في الليل يزيد من خطر الإصابة بنسبة ٢٠-٣٥ بالمائة. وعلاوة على ذلك، فإن عدم استخدام الخيط أبداً يزيد من المخاطر بنسبة ٣٠ بالمائة مقارنة باستخدام الخيط يوميا. وخلص الباحثون إلى أن سلوكيات صحة الفم تساعد في الحفاظ على أسنان طبيعية وصحية ولكن يبدو أيضاً أنها تعزز البقاء على قيد الحياة لدى كبار السن.

## أمبر هيرد تخطط لفضح كل شيء

وكالات



على الرغم من إعلانها خوفها من سرد جانبها من القصة في نزاعها مع طليقها الممثل جوني ديب، كشفت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية أن أمبر هيرد تجري محادثات لنشر كتاب تروي فيه كل شيء، في محاولة لكسب المال إثر خسارتها دعوى تشهير بقيمة ٨ ملايين دولار ضد زوجها السابق. وأفاد مصدر مقرب من هيرد بأنها متحمسة حيال المحادثات، ولا سيما أنها في هذه المرحلة ليس لديها ما تخسره وتريد إخبار الجميع. وفي مقابلة تلفزيونية أجرتها أخيراً، اعترفت هيرد بأنها نادمة على سلوكها الرهيب خلال فترة زواجها من جوني ديب قائلة: «لقد قمت بتصرفات فظيعة وتحذت بأسلوب سيئ طوال فترة هذه العلاقة. تصرفت بطريقة غريبة لا أكاد أفهمها أحياناً. إنني أشعر بندم كبير». وأضافت: «لقد ارتكبت أخطاء كثيرة، إلا أنني لطالما قلت الحقيقة».

## سبعيني يقتل زوجته بطريقة شنيعة

وكالات

ضجّت الصحافة في المكسيك بخبر مأساوي وهو إقدام شخص يدعى خيسوس هيرانديز الكوسر (٧٩ عاماً) على قتل زوجته المغنية المكسيكية يرما ليديا (٢١ عاماً)، إثر إطلاق الرصاص عليها ٣ مرات في أحد المطاعم. وأفادت الصحافة بأن القاتل تشاجر مع الضحية قبل وقوع الجريمة، وقد حاول تقديم الرشوة للشرطة كي يتمكن من الهرب برفقة حارسه. وتابعت المصادر: تم اعتقال خيسوس إلى جانب امرأة كانت ترافقه أثناء وقوع الجريمة، لكن سبب إقدامه على هذا الفعل المأساوي لم يعرف حتى هذه اللحظة. وأشارت المصادر إلى أن هناك في ملفه «قضايا ابتزاز» قام بها سابقاً.

## العثور على ١٧ جثة في ناد ليلى

وكالات

أعلنت الشرطة المحلية في بلدة «إيست لندن» بجنوب إفريقيا العثور على جثث ١٧ شخصاً على الأقل معظمهم من الشباب في حانة ليلية. وقال قائد الشرطة: إن أفراداً من المارة نبهوا الشرطة إلى الحادث، الذي وقع في سينري بارك، على بعد حوالي ٣ كيلومترات من وسط المدينة. وأضاف: «الظروف التي ماتوا فيها قيد التحقيق، ومن السابق لأوانه تحديد سبب وفاة الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٢٠ عاماً». وأفاد صحفيون في موقع الحدث بأن بعض السكان ينتظرون لأن أطفالهم لم يعودوا إلى منازلهم أمس الأول السبت، مشيرين إلى أن الأهالي يجهلون ما حدث ولا يفهمونه.

## فاكهة تسهم في تقليل مخاطر السمنة

وكالات

أشار خبراء التغذية إلى أن تضمين النظام الغذائي مملوء بالفواكه والخضار يسهم في فقدان الوزن وزيادة صحة العظام ومنع الالتهابات. ووفقاً لبحث جديد فإن الفواكه الغنية بالبولىفينول يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بمرض السكري والسمنة. ووجد الباحثون أن الشيء نفسه ينطبق على الخضروات الغنية بالبولىفينول، والبولىفينول مركبات نباتية مفيدة تعمل كمضادات للأكسدة في الجسم، من المعروف أنها تحمي أنسجة الجسم من الإجهاد التأكسدي والأمراض ذات الصلة مثل السرطان وأمراض القلب التاجية والالتهابات. وفقاً للباحثين فإن مادة البولىفينول موجودة على نطاق واسع في الوجبات الغذائية ولها تأثيرات مقاومة على بعض أمراض التمثيل الغذائي المزمنة بما في ذلك مرض السكري من النوع ٢ والسمنة. ودرس الباحثون آثار مادة البولىفينول في الفواكه والخضروات على تقليل مخاطر الإصابة بالسكري من النوع ٢ والسمنة، ووجدوا أنه إضافة إلى تقليل الإجهاد التأكسدي، يلعب البولىفينول دوراً مهماً في العلاقة بين مرض السكري من النوع ٢ والسمنة. إضافة إلى ذلك يلعب البولىفينول دوراً في تنظيم هرمونات الجوع، مثل هرمون الشبع من خلال الحد من الجوع، ويمكن أن يساعد تناول الأطعمة الغنية بالبولىفينول في تقليل تناول الطعام، وبالتالي تقليل خطر الإصابة بالسمنة، وتعتبر هذه المركبات النباتية أيضاً جزءاً من مسار التمثيل الغذائي للدهون، ما يساعد على تكسير الدهون من خلال أكسدة الأحماض الدهنية. ومن الفواكه التي تحتوي على نسبة عالية من مادة البولىفينول، العنب والمشمش والتوت والتفاح.