

## وفاة رجل بجرعات عالية من فيتامين «د»

### وكالات

توفي البريطاني ديفيد ميتشنر، (٨٩ عاماً)، بسبب فرط كالسيوم الدم، وهو تراكم الكالسيوم في الجسم نتيجة للمستويات المفرطة من فيتامين «د».

ووفقاً لتقرير المستشفى كانت مستويات فيتامين «د» لدى الرجل عند الحد الأقصى، وتم إدراج سمية فيتامين «د» كأحد العوامل الرئيسية في وفاته إلى جانب مرض القلب الاحتقاني، والفشل الكلوي المزمن، وفرط كالسيوم الدم.

قبل وفاته، أظهر الاختبار أن مستويات فيتامين «د» لدى ميتشنر تبلغ ٣٨٠ نانوغرام/مل، وهي نسبة عالية للغاية، إذ تحدد الأبحاث النسبة بين ٤٠ إلى ٨٠ نانوغرام/مل.

وتشير هذه الحالات مخاوف من أن مكملات الفيتامينات يمكن أن يكون لها مخاطر وأثار جانبية خطيرة للغاية عند تناولها بكميات زائدة.

فرط كالسيوم الدم هو حالة طبية نادرة ولكنها خطيرة للغاية يمكن أن تضعف العظام وتلحق الضرر بالكلى والقلب، وهي الأعراض التي لوحظت أثناء تشريح جثة ميتشنر.

ويرتبط فرط كالسيوم الدم بتناول الكثير من فيتامين «د» والتي أصبحت مشكلة أكثر انتشاراً بعد كوفيد عندما تم تشجيع استهلاكه لتعزيز جهاز المناعة.

من الأطعمة التي تحتوي على فيتامين «د»: زيت السمك، منتجات الألبان، الفطر، صدور الدجاج، البيض، الأسماك الدهنية، المكسرات.

## كتاب للبيع بـ١,٥ مليون دولار

### وكالات

طُرحت للبيع لقاء ١,٥ مليون دولار نسخة فريدة من كتاب «بريكفست أت تيفانيز» بغلاف مرصع بألف ماسة، للكاتب الأميركي ترومان كابوته الذي ولد قبل قرن وتوفي عام ١٩٨٤.

وغلاف الكتاب مصنوع من الجلد ومغلف بـ١٠٣٥ ماسة وحجر ياقوت واحد، وهو النسخة الوحيدة من رواية «بريكفست أت تيفانيز» (١٩٥٨) التي تحمل توقيع كابوته.

والكتاب الذي استغرق العمل على غلافه ٣ سنوات معروض داخل قصر في المعرض الدولي للكتاب النادرة والقيمة في نيويورك.

والكتاب معروض بسعر ١,٥ مليون دولار، ولن يُطرح للمزايدة عليه ولن تتم أي مفاوضات بشأن هذا السعر.

وحبات الألماس موضوعة على الغلاف بطريقة تمثل جزءاً من خريطة مانهاتن.

## روزينا لاذقاني تتال الإعجاب



### الوطن

النجمة روزينا لاذقاني بشخصية «عبير» في مسلسل «ولاد بديعة»، وهي محامية جميلة وحساسة، تقع في حب «مختار» لكن العلاقة لا تكتمل.

لغلت الأنظار بأدائها المتزن والهادئ بعيداً عن المبالغة، إضافة إلى جمالها الذي نال إعجاب المشاهدين. والعمل من تأليف علي وجيه ويامن الحجلي وإخراج رشا شربتجي وبطولة سلافة معمار ومحمود نصر وسامر إسماعيل وآخرين.

## مع اقتراب عيد الفطر.. فُكر جيداً قبل تناول الحلوى

### وكالات

عادة ما يجلب عيد الفطر أنواعاً عدة من الحلويات العربية الشهيرة، التي يتصدرها المعمول، وهو صحي لاحتوائه على بروتينات وألياف غذائية ونشويات، ويتم خبزه في الفرن وليس قلياً. أما الحشوة فسواء كانت من التمر أم المكسرات فهي ترفع من قيمته الغذائية، لكن السعرات الحرارية في المعمول مرتفعة بسبب السكر والزبد والطحين، وهي المكونات الأساسية المطلوبة لتحضيره.

لكن قبل أن تبدأ بتناول المعمول واحدة تلو الأخرى، يجب أن نعلم أن حبة معمول بالتمر تحتوي على ١٨٠ سعراً حرارياً، أما المعمول بالفستق فحبة واحدة منه تحتوي على ٢٠٠ سعر حراري، وتلك بالجوز تحتوي على ٢٢٠ سعراً. وينصح بتناول حبة معمول واحدة في اليوم فقط، مع تجنب تناول المعمول المغطى بالسكر.

وإذا كنت من محبي الأنواع الأخرى من الحلوى، فاعلم أن قطعة الغريبة تحتوي على ١٥٠ سعراً، والبيتيفور ٦٠ سعراً حرارياً، وإذا كانت مغطسة بالشوكولا والمكسرات فهذا قد يضاعف من عدد السعرات بالقطعة الواحدة.

وإذا انتقلنا لبعض أنواع الحلويات الشرقية، مثلاً البقلاوة، فحشوة المكسرات المجروشة كالكاجو والفستق من أشهر أنواعها، ولكن كميات السكر الهائلة التي تستخدم في إعدادها تجعل البقلاوة من المأكولات الخداعة في حجمها والمضرة وخاصة لمرضى السكري. فهي تبدو كأنها قطع صغيرة لن تضر، إلا أنها ملغمة بالدهون والسكريات.

وتبقى نصيحة الأطباء بالاعتدال في تناول الحلوى دائماً.

## تأثير كسوف الشمس في حلول العيد

### وكالات

في الليلة الأخيرة من شهر رمضان المبارك، وتحديدًا اليوم، سيكون العالم على موعد مع كسوف شمسي كامل، سيكون مرئياً بشكل تام فوق سماء الولايات المتحدة الأمريكية، وستظل سماؤها لساعات.

ومن المنتظر أن تشهد الكرة الأرضية كسوفاً كلياً للشمس اليوم في الوقت الذي يتفق وتوقيت وسطه مع اقتران شهر شوال لعام ١٤٤٥ هـ. والكسوف الكامل للشمس لا يمكن مشاهدته في معظم الدول العربية، ومن خلال هذه الظاهرة سيكون هناك استعانة مشاهدة القمر ليلة الثلاثاء فيكون شهر رمضان ٣٠ يوماً ومنه يكون ١ شوال يوم الأربعاء.

## سرقة ٢٠ مليون دولار نقداً

### وكالات

في مشهد يشبه أفلام الإثارة، تمكن لصوص من الفرار من شركة في لوس أنجلوس بعد سرقة ٣٠ مليون دولار نقداً، عن طريق اقتحام المبنى وكسر الخزينة.

ويسعى المحققون الآن إلى كشف عملية سرقة الأموال الجريئة التي تعد واحدة من أكبر عمليات السرقة المسجلة في لوس أنجلوس.

وصرحت إيلين موراليس، قائدة شرطة لوس أنجلوس، لصحيفة «لوس أنجلوس تايمز» التي نشرت خبر الجريمة، لأن اللصوص تمكنوا من اختراق المبنى وكذلك الخزينة، ولم يكتشف موظفو الشركة السرقة الهائلة حتى العودة إلى العمل يوم الإثنين.

## علاقة معدل ضربات القلب بميول الإجرام

### وكالات

كشفت دراسة حديثة عن وجود صلة غريبة بين الجريمة وانخفاض معدل ضربات القلب أثناء الراحة لدى النساء.

وتابع باحثون من الولايات المتحدة والسويد وفنلندا السجلات الجنائية لـ ١٢٤٩٩ امرأة سويدية التحقن بالجيش عندما كان عمرهن ١٨ عاماً، لمدة تصل إلى ٤٠ عاماً، ووجدوا أن النساء اللاتي عانين من انخفاض معدل ضربات قلب أثناء الراحة (أقل من ٦٩ نبضة في الدقيقة)، كن أكثر عرضة للإدانة بجريمة غير عنيفة، ولكن هذا لا يعني أن النساء ذوات معدلات ضربات القلب المنخفضة قد يصبحن مجرمات.

ويعتقد الباحثون أن انخفاض النشاط في الجهاز العصبي اللاإرادي، الذي ينظم وظائف الجسم التلقائية مثل معدل ضربات القلب، قد يجعل الناس أكثر عرضة للبحث عن الإثارة والمخاطرة.

ووجد تحليل لضغط الدم الانقباضي والإدانات الجنائية، أن النساء اللاتي لديهن أدنى ضغط دم (١١٣ مم زئبق أو أقل) قد يزداد لديهن خطر ارتكاب جريمة ما بنسبة ٢٦ بالمئة.

وارتبط انخفاض معدل ضربات القلب أيضاً بزيادة خطر العلاج أو الوفاة نتيجة الإصابات غير المقصودة.

وقالت عالمة الجريمة، صوفي أوسكارسون، من جامعة «أوريبرو» في السويد: «إن انخفاض الاستثارة اللاإرادية يرتبط عادة بالجرائم وغيرها من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر لدى الرجال، لكن القليل من الدراسات بحثت في هذا الارتباط لدى النساء. النتائج المبلغ عنها لها آثار محتملة على التنبؤ بجرائم الإناث في المستقبل».

وأوضح الباحثون أنه يجب توخي الحذر عند تفسير هذه النتائج، لأن المتطوعات العسكريات قد لا يمثلن بدقة عامة السكان.

وفي تحليل منفصل، قارنت أوسكارسون وزملاؤها معدلات الجريمة والإصابات غير المتعمدة في عينة المجددات، بعينة مكونة من ١٧١٤١٥٢ امرأة غير مجندة. وكانت النساء من أفراد الخدمة العسكرية أكثر عرضة للحوادث، في حين كانت معدلات الجريمة لديهن أقل بشكل عام من المجموعة غير المجندة.

## هالة صدقي: اختلاف الديانة منح زواجي

### وكالات

كشفت الممثلة المصرية هالة صدقي قصة حب عاشتها في بداياتها مع شاب، لكنها لم تكمل بالزواج لاختلاف الديانة.

وقالت: «عشت قصة حب كانت جميلة وهو كان معايًا في النادي وكان فيه تعبير عن الحب وكانت قصة حلوة، كنت صغيرة وبعدين هو جاء تقدم لي بس ما نفعش طبعاً لاختلاف الديانة بس أنا حبيته».

وأضافت: «حبيبي كان يأتي بالسيارة تحت المنزل وأنا كنت أقعد في البلكونة للدراسة وهو يشاور لي وأشوفه ويستنى لحد لما أطفى النور».

على صعيد آخر، تحدثت هالة عن طبيعة علاقتها بأبنائها من زواج آخر، قائلة إن ابنها كابتن فريق باريس سان جيرمان، وهداف الدوري الفرنسي للناشئين، أما ابنتها فقد توجت بجائزة أفضل رياضية على مستوى الشرق الأوسط مؤخرًا.



## ضباط الشرطة من دون سراويل

### وكالات

نشر اتحاد الشرطة الألمانية مقطع فيديو يظهر ضباطاً في ولاية بافاريا من دون سراويل، وذلك احتجاجاً على نقص في الزي الرسمي بسبب مشكلة في سلاسل التوريد.

ويظهر في الفيديو ضابطان يسأل كل منهما الآخر: «منذ متى وأنت تنتظر؟»، «لجيبيا: ٤ أشهر و٦ أشهر».

ثم خرجا من سيارة الشرطة ليكتشفا أنهما يرتديان زياً رسمياً مكتملاً بالأحذية وحزام الخدمة وقبعة، ولكن من دون سراويلهما.

وقال رئيس اتحاد الشرطة الألمانية: إن ما ظهر في الفيديو هو قضية خطيرة، مبيناً أن ضباط الشرطة البافارية يتعاملون مع النقص في الزي الرسمي بسبب مشكلة في سلاسل التوريد.