

موضوع ما

الشيخة (11):

الهرمونات والإنزيمات

إفراز الغدة الصنوبرية التي تقع في وسط الدماغ لهرمون الميلاتونين يسهم في رفع درجة مناعة الجسم، وبذلك يخفف من اضطراب أمراض القلب، ويحد من حدوث أنواع السرطانات.. وهو يحمي الخلايا من الهرم فهو مضاد قوي للأكسدة.. والمعروف أن وجود المواد المؤكسدة تتسبب في حدوث خلل أو عطب للخلايا وفي هرم هذه الخلايا.

وبحسب علماء متخصصين فإن إنتاج هرمون الميلاتونين يكون أكثر في الليل عنه في ساعات النهار. ويصل إنتاج هذا الهرمون إلى أعلى مستوى فيما بين الساعة الثانية والثالثة صباحاً. وليس هذا الهرمون الوحيد الذي له دور فعال في الوقاية من الشيخوخة، فهناك قرابة سبعة هرمونات مسؤولة عن ذلك.

وعلى ذكر الإنزيمات.. هل تعرفون أن هناك إنزيم موجود في الطغمان لاسم عصير الفواكه والخضار يقاوم الخرف أو «الزهايمر» المصاب للتقدم في العمر.



نصر صالح narsale7@hotmail.com

السمنة قد تحمي أصحابها من الأزمات القلبية



جزءاً بالمش هو ما يتحكم في الشهية

على السمنة المفرطة توصل علماء يابانيون إلى اكتشاف جزئي مسؤول في منطقة المخ يسمى الهيبوثالاموس يتحكم في زيادة أو نقص الشهية. وأوضح العلماء أن هذا الجزء يتم إنتاجه بشكل طبيعي في المخ وبعد حقن هذا الجزء في مخ الفئران، انخفض أن هذه الفئران بدأت في الأكل بشكل أقل وفقدت الوزن. وأشار العلماء إلى أن هذا الاكتشاف قد يؤدي إلى طرق جديدة لعلاج البدانة عند البشر.

نظام يستخدم الكمبيوتر لاتصال دافا السيارة



سهولة الاتصال من داخل السيارة صار أمراً عادياً

واشنطن/متابعات: كشفت شركة فورد موتور عن نظام اتصال جديد من خلال برنامج "سينك" الذي انتجته مايكروسوفت ويهدف إلى وضع إمكانيات الاتصال الخاصة بالكمبيوتر داخل السيارة. ويسمح نظام "سينك" SYNC للسائق بإجراء مكالمات هاتفية من دون استخدام يديه والاستماع للموسيقى على مشغلات وسائل رقمية بما في ذلك (آي بود) iPod الذي تنتجه شركة آبل والإطلاع صوتياً على الرسائل التي ترد على الهاتف المحمول. ويسمح برنامج سينك أيضاً للمستخدمين من خلال تقنية البلوتوث اللاسلكية بتشغيل هواتفهم المحمولة من خلال أوامر صوتية أو من خلال أزرار التحكم الموجودة على عجلة القيادة. ولم تذكر مايكروسوفت ما إذا كانت تعتزم منح "سينك" لشركات أخرى لصناعة السيارات إلا أنه من المتوقع أن يكون هناك فرصة لتركيبة البرنامج في أكثر من 600 مليون سيارة في مختلف أنحاء العالم.

الأزهار أفضل علاج لتخفيف الصداع



الورد جميل ومفيد صحياً

تخفيف التوتر والإلتهابات والألم مثل الإيبيروفين. وطبقاً لما ورد بجريدة أخبار سوريا، وأوضحت الدراسة أن أفضل طريقة ليكون محلول نبات السنطيتون أكثر فعالية ينبغي وضع المحلول الناجم عنه على مكان الألم مباشرة. ومن النباتات المفصلة التي يمكن الاعتماد عليها هي "Espimhera" فهي تعمل على زيادة الإفرازات المعوية التي تعالج عسر الهضم.

هرمون بالمعدة يؤخذ عن طريق الحقن

وكشفت دراسة بريطانية جديدة عن هرمون أكسينتومودولين الموجود بشكل طبيعي في المعدة والذي يمكن استخدامه كعلاج جديد للسمنة. وتوسعى الشركاء العاملة في مجال تصنيع الأدوية حالياً على توفير هذا الهرمون في صورة أقراص ويرفع عن طريق الفم، حتى تجنب مرضى السمنة الخوز بالإبر.

دراسة حديثة: السمنة تعرض الأطفال لمضاعفات خطيرة



ثلث الأطفال الذين تجري لهم عمليات جراحية هم من الأطفال السمان

واشنطن/متابعات: أظهرت دراسة أمريكية أجراها مركز "ان آربرو الطبي" لجامعة ميتشيجان أن ثلث الأطفال الذين تجري لهم عمليات جراحية بدناء، مما يزيد من خطر تعرضهم لتعقيدات مرتبطة بالجراحة. وطبقاً لما ورد بجريدة اليوم، أجرى الدكتور اولوبوكولا أو نافيو القائم على الدراسة وزملاؤه على 6٠٧ طفلاً عمليات جراحية في مستشفى يو-ام فيما بين عامي ٢٠٠٤ و٢٠٠٤، ووجدوا أن ٣٦% منهم أوزانهم زائدة أو بدناء، مع تصنيف ١٠% على أنهم بدناء، و٥% على أنهم بدناء بشكل مرضي. وأشارت النتائج التي نشرت في دورية الجمعية الطبية الوطنية إلى أنه بناء على تحدييدات معينة مثل السن والنوع كان ١٤% من الأطفال أكثر من الوزن العادي، و١٧% بدناء. وقال الدكتور اولوبوكولا أو نافيو " أن دراستنا والدراسات التي تليها تساعدنا في تسليط الضوء على الطفل البدن على أنه مرشح بشكل خطير جدا للجراحة ومن ثم يستحق اهتماما اضافيا".

أمريكي يواجه السجن بسبب رسائل إلكترونية



واشنطن/متابعات: يواجه شخص من لوس أنجلوس السجن المؤبد لمدة ١٠١ عام بتهمة إرسال رسائل إلكترونية مزعجة لكونه أول شخص في الولايات المتحدة الأمريكية توجه إليه تهمة من هذا النوع.

ووفقاً لما جاء بجريدة الأيام فقد أدين جيفري جودين البالغ من العمر ٥٤ عاماً بتشغيله لأحد برامج الاحتيال الإلكتروني التي تخدع المستخدمين وتجعلهم يدلون بملومات شخصية مدعية أنها من شركات تجارية حقيقية. وقد قام جيفري بإرسال الملايين من هذه الرسائل الإلكترونية المخادعة مدعياً أنها من شركة أمريكا أونلاين والتي تطالب المستخدمين من تحديث بياناتهم الشخصية وإلا سيتم إلغاء حساباتهم، وينتظر جفري نطق الحكم عليه في ١١ يونيو ٢٠٠٧ لواجه عقوبة بالسجن المؤبد لمدة ١٠١ عام.

وزير البيئة الأندلسي: زرع حاررة الأرض بعدد 2000 جزيرة بالبحر الأبيض المتوسط



جزر الأرخيبيل الإندونيسي مهددة بالغرق بحلول عام 2030

جاكرتا/متابعات: أفاد وزير البيئة الإندونيسي بأن ارتفاع درجة حرارة الأرض يهدد ٢٠٠٠ جزيرة من جزر الأرخيبيل الإندونيسي بالغرق بحلول عام ٢٠٢٠، وذلك بسبب استمرار تآكل جليد القطب وارتفاع مستوى البحار والمحيطات. وأشار راشمان ويتلار الوزير الإندونيسي، إلى أن مشكلة الارتفاع الحراري ستعكس سلباً على الكيان الإندونيسي الموحد، الذي يشكل أكثر من ١٧٧٠٠ جزيرة، لكنه لم يحدد ما إذا كانت الجزر التي ستختفي مأهولة أم غير مأهولة بالسكان. و"CNN"، أوضح ويتلار أن أندونيسيا ستواجه أزمة حادة في زراعات الأرز، وهو الغذاء الشعبي لكل الإندونيسيين خلال العام المقبل بسبب التغيرات المناخية والتي ستتسبب في حدوث موجة جفاف في العديد من مناطق البلاد.

الكلمات المتقاطعة

Crossword puzzle grid with clues in Arabic. Clues include: 1- مطرب ملحن يمتنى من عدن (راحل). 2- أرض الأحقاف - اقتراب. 3- خطر - حلفان - في النهاية. 4- سيدة صغيرة - رتبة صغيرة في الجيش. 5- في العروق - برد - "جول". 6- مدينة وأسم جامعة فلسطينية - بريق. 7- ممشى - حرف موسيقي - رتبة عالية جداً في الجيش. 8- دخل (فعل) - من كبار الطير. 9- معشوقة قيس - نادل. 10- من الحواس - من الأسنان - من الجنون (مجازي).

الحلقة رقم 89

Another crossword puzzle grid with clues in Arabic. Clues include: 1- شاعر الأرض المحلطة والمقاومة. 2- كنف (الأم مثلاً) - توجهات رغبة. 3- مكان للماشية - سائر على رجليه. 4- في العروق - صوت الضفدع - عملة. 5- بلد أوروبي - نهي. 6- ظلمة - حاجز ماء - شهر سرياني. 7- جزيرة بعينه استراتيجيه. 8- العاصمة الثانية - قرع الجرس (فعل) - غير العرب. 9- قهوة - أخ الأب - شهر رومي. 10- من الزهور المحبة للضوء. 11- في الجمل - حرف موسيقي - حب. 12- شلف - بيت الأسد.

حل الحلقة 88

تحتوي على أكبر نسبة من الكالسيوم: «الدقة» المصرية خير علاج لهشاشة العظام



«الدقة» المصرية هي خليط من الكون والكسبرة النافثة والسهم والملح والفلفل الأسود

القاهرة/متابعات: أكد الدكتور محمد الشامي استشاري التغذية والصحة العامة والمناعة أن «الدقة» هو خليط من الكون والكسبرة النافثة والسهم والملح والفلفل الأسود تحتوي على أكبر نسبة من الكالسيوم الذي يقي الإنسان من هشاشة العظام أو اللص الصامت، لأنه في المرحلة الأولى يكون بلا أعراض ثم تحدث آلام متكررة ومتفرقة في عظام الجسم المختلفة.

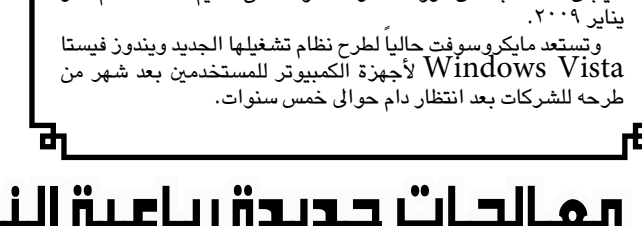
وتطبقاً لما ورد بجريدة الجمهورية، أوضح الشامي على ضرورة تناول طعام غني بالكالسيوم وفيتامين د، وكذلك التعرض للشمس لأنها تساعد على تكوين فيتامين د، وبما أن الطعام هو أسهل سبل الوقاية فيعتبر البطح والزبيب والجوافة والليمون وكذلك الحلبة وورق النخل والنعناع والجزر من أكثر الأطعمة غني بالكالسيوم، أما التوابل فتوجد بكثرة وغير مكلفة، فالكمون يحتوي على ٨٠٠١ مجم كالسيوم، والفلفل الأسود كل ١٠٠٠ مجم منه يحتوي على ٤٦٠ مجم كالسيوم، وكل ١٠٠ جم قرنفل يحتوي على ٧٤٠ مجم كالسيوم، وكل ١٠٠ جم كسبرة ناشفة تحتوي على ٦٣٠ مجم كالسيوم، وخليط «الدقة» أحسن علاج ووقاية لهشاشة العظام.

معالجات جديدة رباعية النوى من إنتل



واشنطن/متابعات: كشفت شركة إنتل العالمية النقاب عن ثلاثة معالجات رباعية النوى موجهة لقطاعات الأجهزة المكتبية والشركات.

تقدم الدعم لـ «إكس بي» حتى 2010 م



Windows XP الأكثر انتشاراً

واشنطن/متابعات: أعلنت شركة مايكروسوفت رائدة البرمجيات في العالم أنها ستمد فترة تقديم الدعم لـ مستخدمي برنامج Windows XP حتى عام ٢٠١٠ مجاًناً.

جاء ذلك بعد أن تلقت الشركة طلبات بالتأجيل من عملائها وبخاصة في اليابان خاصة بعد أن قررت الشركة التوقف عن تقديم خدمة الدعم آخر يناير ٢٠٠٩.

وتستعد مايكروسوفت حالياً لطرح نظام تشغيلها الجديد ويندوز فيستا Windows Vista لأجهزة الكمبيوتر للمستخدمين بعد شهر من طرحه للشركات بعد انتظار دام حوالي خمس سنوات.

لب المانجو يمنع تكاثر الخلايا السرطانية

نيودلهي/متابعات: أفادت دراسة حديثة بأن لب المانجو يحتوي على عناصر فعالة لعلاج سرطان البروستاتا، مؤكداً أنه يوقف تكاثر الخلايا السرطانية بدرجة كبيرة لإحتوائه على مركب كيميائي إلى جانب فيتامينات وأحماض عضوية تساعد على وقف المرض. وطبقاً لما ورد بجريدة الخليل الإمارتية، ذكر مركز أبحاث السموم بمدينة لكتاو بولاية اوتاربراديش شمالي الهند، أن لب المانجو يحتوي على مادة تعرف بالموبيل وهو مركب كيميائي فعال في علاج سرطان البروستاتا، كما أن المانجو تعتبر واحدة من أغنى المصادر الطبيعية "الببتاكاروتين" وهي مادة مضادة للأكسدة، بالإضافة إلى إحتوائها على مجموعة من فيتامين ب الذي يساعد على تقوية الجهاز العصبي.

جهاز جديد يرسم أي وجه يقف أمامه

لندن/متابعات: توصل فريق أمريكي بريطاني إلى إنتاج جهاز كمبيوتر جديد يتمكن من رسم أي وجه يقف أمامه، كما أنه يستطيع قراءة الحالة العاطفية والانفعالية للإنسان. وطبقاً لما ورد بجريدة الرياض، أشار الدكتور جون كولومز أحد الباحثين، إلى أن الجهاز قادر على تمييز الشخص الواقف أمامه، فإذا كان غاضباً يخرج الكمبيوتر رسماً رقمياً بالألوان قاتمة وخطوط متشعبة عنيفة، أما إذا كان الإنسان فرحاً يخرج الكمبيوتر ألواناً فاتحة وخطوطاً سلسلة رقيقة. وأوضح كولومز أن هذا الكمبيوتر يوجد به كاميرا ترصد وجه الناظر إلى الشاشة بما يسمح للجهاز بتحليلها ومن ثم تحديد الحالة العاطفية والتعبير عنها.