الرضاعة الطبيعية تعني حياة أطول

اكد بحث أجري بجامعة بريستول في الاونة الاخيرة ان الالاف من حالات الوفاة كان يمكن تجنبها إذا عادت المرأة لتغذي وليدها بالرضاعة الطبيعية. وكان علماء بالجامعة قد أجروا دراسة لقياس ضغط دم نحو 4736 طفلا في سن السابعة لمعرفة تأثير الرضاعة الطبيعية على ضغط دم هؤلاء الاطفال وسجل 34في المئة من الاطفال الذين أرضعوا طبيعيا بعد سن شهرين درجة واحدة أقل من أقرانهم على جهاز قياس ضغط الدم. وقال الباحثون انه كلما زادت فترة الرضاعة الطبيعية للطفل الوليد تحسنت معدلات ضغوط الدم الخاصة بهم وهو ما يعني معدل أقل للاصابة بأمراض القلب أو ما يعرف باسم الازمات القلبية. وقال الدكتور ريتشارد مارتين من قسم الطب الاجتماعي بالجامعة انه برغم ضآلة الفرق في ضغوط الدم إلا ان ذلك يعطي دلالات صحية مهمة. وذكرت الدراسة التي نشرت بجريدة "سركيوليشان" وهي جريدة جمعية القلب الامريكية ان درجة واحدة أقل في ضغط الدم ربما تقلل معدل الوفيات بنسبة 1.5 في المئة أو تمنع نحو الفي حالة وفاة مبكرة في بريطانيا سنويا. وقال الدكتور مارتين "ان نحو 40 في المئة من الاطفال الرضع في الولايات المتحدة وبريطانيا يعيشون على الرضاعة الصناعية" وأضاف انه "إذا زادت نسبة الرضاعة الطبيعية لتصل إلى معدل يتراوح بين 60 و90 في المئة فإن ذلك يعني تقريبا تفادي نحو 3000 حالة وفاة سنويا لاشخاص تتراوح أعمارهم بين 35 و 64 عاما. ورجحت الدراسة التي أجريت في إطار مشروع اسمه "أطفال التسعينات من القرن الماضي" ان الرضاعة الطبيعية تفيد الطفل عندما يصل إلى مرحلة المراهقة.

وعلى الرغم من انتشار المعرفة بفوائد الرضاعة الطبيعية للطفل إلا انه من غير الواضح حتى الان ما إذا كانت تسهم في تقليل مخاطر أمراض القلب التي تظهر عادة في مراحل لاحقة من العمر ومازال يدور جدل بين الباحثين بشأن الفوائد الحقيقية للرضاعة الطبيعية. وهناك من العلماء من أجرى بحوثا بشأن علاقة الرضاعة الطبيعية أو الصناعية بالسمنة التي تصيب الانسان في مراحل عمرية لاحقة.

تحذير الأطباء من استخدام البنسلين

.شكوك حول مدى فاعلية البنسلين أعلن الباحثون أن الأطباء الذي يعالجون الأطفال لصابين بعدوى الكور السحبي البكتيرية في الحلق يجب أن يستخدموا أدوية جديدة بدلا من البنسلين.

وقال أطباء الأطفال بالمركز الطبي في جامعة روتشستر الأمريكية إن استخدام المضادات الحيوية الجديدة أفضل ثلاث مرات من استخدام البنسلين. غير أن الأطباء البريطانيين يقولون إن البنسلين يعمل بشكل جيد ولا داع للتوقف عن استعماله في الوقت الحالي. يذكر أن عدوى احتقان الحلق البكتيرية تنتقل عن طريق استخدام أدوات مشتركة، فيما يعد الأطفال في سن المدرسة أكثر عرضة للاصابة بها. وأكد الأطباء في جامعة روتشستر والذين نشرت دراستهم في دورية طب الأطفال أن طائفة جديدة من المضادات الحيوية يطلق عليها اسم "السيفالوسبورين" يمكن أن تكون رخيصة كالبنسلين بينما تعمل بطريقة مماثلة. وقام العلماء ببحث في دراسات سابقة أجريت على سبعة آلاف طفل لمقارنة فعالية العقارين، وخلص الباحثون إلى أن كلا من البنسلين و السيفالوسبورين من المضادات "ضيقة المجال" والتي تتعامل مع شريحة محدودة من أنواع البكتريا المسببة للأمراض وليسا من القوة لدرجة إحداث مقاومة لدى المرض. وقد تؤدي المقاومة إلى ظهور بكتريا أكثر شراسة وهو ما يعد أحد الأضباب التقليدية لتفضيل استخدام البنسلين، غير أن الباحثين أشاروا إلى أن الأدوية الجديدة يستبعدان تحدث مقاومة في الوقت الذي تعد أكثر فاعلية في مهاجمة البكتريا المسببة لاحتقان الحلق. وقالت طبيبة الأطفال جانيت كايسي وقائدة فريق البحث في الدراسة إن "الأطفال المصابين بعدوى الحلق سيحصلون على نتيجة أفضل كثيرا إذا أخذوا السيفالوسبورين بدلا من البنسلين". وأضافت "بعض أنصار استخدام البنسلين لا يمضون وقتا كافيا في عيادات علاج الأطفال، الكثير من هؤلاء الأطباء تركوا منذ فترة جبهة علاج الأطفال المرضى يوميا". وقالت "الذين يتعاملون مع المرضى بشكل مستمر يرون مدى إحباط الأمر التي تعود بأسنانها مرة أخرى لتلقي مزيدا من الدواء ويتساءلون لماذا لم يقض المضاد الحيوي المستخدم على المرض". وتتعارض نتائج هذه الدراسة مع توصيات دأبت منظمة الصحة العالمية على إصدارها باستخدام البنسلين، ومن ثم دعت الدكتورة كايسي المنظمة إلى مراجعة توصياتها. غير أن الدكتور جورج راي عضو لجنة التوصية بالأدوية بالجمعية الطبية البريطانية قال ان البحث يتعارض مع ما تعلمه الأطباء وما جربوه بأنفسهم خلال ممارستهم للعمل.

وقال "من واقع خبرتي وجدت أن البنسلين يعالج عدوى الحلق وأظل أستخدمه حتى تتغير توصيات المنظمة". كما أضاف أن 90٪ من التهابات الحلق ناجمة عن عدوى فيروسات ومن ثم لا تتطلب مضادات

الحناء تحمي من الجذام والسرطان

أظهرت تحليلات كيميائية حديثة أن أوراق الحناء تحتوي مواد مقاومة للفطريات والجراثيم البكتيرية، وهو ما يكسبها خصائص وقائية ضد الإصابات الفطرية ومرض الجذام الليكروبي، الذي يصيب الجلد. وكشف العلماء أن أوراق الحناء تحتوي مواد جلايكوسايدية مختلفة، أهمها مركب لاوسون النشط، وجزيئات هيدروكسي-4.1 نفثوكينون المسؤولة عن التأثيرات البيولوجية والطبية، وهو ما يعطيها الصبغة واللون البني للسود المميز لها.

وتبلغ نسبة هذه المواد في أوراق الحناء من نوع لايميم ميس حوالي 8.8٪، مقارنة بالصنفين ذوي الأزهار البيضاء والحمراء والبنفسجية، في حين تتراوح نسبة الجلايكوسايد فيها بين 0.5 و 0.6٪. وبحسب التحليلات فإن كمية المواد الفعالة، وخاصة مادة لاوسون تزداد في أوراق الحناء كلما تقدم النبات في العمر، كما تحتوي أيضا حمض فهاليك ومواد تانيدية، تصل نسبتها إلى 10٪، إضافة إلى 1٪ من مواد سكرية وراتينجية. وكانت أبحاث مصرية أثبتت استخدام الفراعنة لأوراق الحناء في تحنيط جثث الموتى لمنع تعفنها، لكونها مقاومة للفطريات والجراثيم البكتيرية. كما ثبت أنها تساعد في علاج حالات القرع والانتانات الفطرية، الناتجة عن أمراض الجرب الجلدي عند الإنسان والحيوان، وصداع الرأس وتضخم الطحال وتخفيف التقلصات العدية.

وأظهرت الدراسات الحديثة أن لأوراق الحناء فعالية واضحة ضد بعض أنواع السرطان، منها مرض الساركوما، كما تملك تأثيرا مشابها لفيتامين (K) اللازم لوقف الإدمان والنزيف الداخلي. وتساعد الحناء في تخفيض ضغط الدم المرتفع، وتقوية القلب وتنشيطه، إضافة إلى فاعليتها في توسيع الشريين والوقاية من تضييقها، إلى جانب فائدتها في علاج التهابات الأمعاء والقولون.

توشيبا تطرح كمبيوتراً محمولاً من طراز ستالايت

تقنية تطيل عمر البطارية

طرحت شركة توشيبا اليابانية كمبيوتر أمحمولاً اطلقت عليه اسم "ساتلايت برو ام" المزود بمعالج بسرعة 1.4 جيجا هرتز الجديد يعمل بتقنية "سنترينو" التي تساعد على إطالة عمر البطارية وتحسن من أداء الجهاز. و الجهاز مزود بشاشة بللورية على درجة عالية من النقاء والجودة وبمقاس 15.4 بوصة ،كما أنه مزود بمحرك اقراص صلبة سعة 40 جيجا ،مما يسمح بتخزين كم كبير من المعلومات. ويمتاز الجهاز بوجود شريحتين للذاكرة العشوائية كل منهما تعمل بطاقة ميجا ، ويمكن توسعتهما إلى 2 جيجا. هذا وقد طرحت شركة توشيبا اليابانية مؤخرا جهاز كمبيوتر محمولا ينتمي لسلسلة ستالايت ويتميز هذا الجهاز وهو من طراز 145 بوجود مخرج للتليفزيون للتوصيل بأجهزة التليفزيون المختلفة كما انه يدعم تقنية الاتصال اللاسلكية. ويشغل الجهاز الجديد اقراص الفيديو الرقمية بأنواعها فضلا عن الاسطوانات المدمجة وتطبيقات الوسائط المتعددة، ويوجد بالجهاز منفذ SD يسمح بنقل الملفات من كثير من الأجهزة الالكترونية مثل المساعد الرقمي الشخصي PDA والكاميرات الرقمية وتخزينها على القرص الصلب. أما إمكانيات الجهاز الاخرى فتتمثل في وجود معالج من انتاج انتل طراز بنتيوم 4 ووحدة رام بسعة 512 ميجابايت، ويصل مقاس الشاشة إلى 15 بوصة وهو يدعم الصوت المحيطي من خلال السماعات المزودبها كما يمكن توصيلة بسماعات خارجية. يذكر أن محاولة شركة توشيبا لتوصيل الكمبيوتر بالتليفزيون ليست الاولى من نوعها فقد طرحت شركة "فرتوس" من قبل جهاز أصغر أمبتكر أمن طراز MC-500 لتحقيق التكامل بين جهاز الكمبيوتر والتليفزيون بربط الجهازين معا حتى يتحول شاشة التليفزيون الى جهاز ترفيهي متكامل ويشبه الجهاز المبتكر جهاز الاستقبال لكنه أصغر حجما وأخف وزنا ويعمل بتكنولوجيا لاسلكية تتيح له نقل اللفات من جهاز لآخر لاسلكيا . وفي اليابان أيضا ، كشف فريق علمي ياباني النقاب عن تقنية جديدة خاصة بالتليفزيون والبرامج المشاهدة من خلاله ، تتيح لك إختيار الفيلم الذي تريده، والتسوق وشراء ما تريد عبر شاشة التلفزيون ،أو حتى أن تلعب أحدث الألعاب مع صديق لك يعيش في مدينة أخرى . والتقنية الجديدة المعروفة باسم MDFM أو تقنية التحكم في تدفق بث وعرض الوسائط المتعددة أدت الى اتاحة قدرات لم تكن متوقعة أساسا للمشاهدة ، حيث أصبح المشاهد هو الذي يرسم خريطة عرض ما يريده من البرامج سواء الافلام أو المباريات الرياضية أو الافلام الوثائقية وغيرها الكثير، وباختصار شديد تعد هذه التقنية حلم جميع العاملين في صناعة الترفيه الذي تحقق لمصلحة المشاهد لتقدم له الجديد وتحتفظ له أيضا بالقدرات الحالية لاستقبال نظم البث التقليدية المتاحة. وصرح رئيس الفريق القائم بالتقنية بأن أساس الرؤية الجديدة جاء من خلال التفكير في كيفية تحكم المشاهد في كل ما يعرض ليتحول كل منزل وكل شاشة تلفزيون الى قناة خاصة تعرض ما يريده المشاهد في الوقت الذي يختاره ، وقد لقب الخبراء تلك التقنية بنظام الصندوق السحري الذي يتيح للمشاهد التحكم الكامل في أي وقت ولكل البرامج. يشار إلى أن هذه التقنية تتفوق تماما على كل الأنظمة التقليدية المستخدمة في العالم حاليا ، حيث تتيح التحكم في المشاهدة وتخليص المشاهد نهائيا من المتابعة السلبية أو البث السلبي للبرامج التلفزيونية. ومن المعروف أن أول بث تلفزيوني في الشرق الأوسط بدأ في الستينات ثم تطور مع أزمة الخليج ليبدأ بث الأقمار الصناعية للقنوات الفضائية وبعد ذلك ظهرت القنوات المشفرة ، ولكن بقيت حقيقة الامر أن جميع تلك الانظمة اتبعت أسلوب البث السلبي في تقديم برامجها للمشاهد ، حيث يتم اعداد البرامج أو الافلام وتحديد موعد إذاعتها مسبقا والمطلوب من المشاهد هو التواجد في الوقت الذي تحدده جهة البث امام الشاشة ليتابع البرامج، ولكن مع نظام البث الجديد فإن المشاهد هو الذي يتحكم في كل ما يريد مشاهدته في الوقت المناسب له. وتعتمد تقنية MDFM على البساطة التامة في الاستخدام وتلافي جميع عيوب الانظمة الأخرى وتحقيق التفاعل الكامل مع المشاهد فلو جلست امام شاشة التلفزيون تستطيع اختيار الفيلم الحديث الذي تود متابعته ولا بأس من الدخول الى موقع مطعمك المفضل لطلب الطعام الذي ترغب فيه ولو اضطررت يمكنك ايقاف الفيلم للانتهاء من الرد على محادثة هاتفية ثم اعادة متابعته وللرجال طبعا لن تفوتهم أي مباراة

اميركا تحظر حبوبا لإنقاص الوزن

بدأ يوم أمس الاثنين في الولايات المتحدة سريان حظر على تداول مكمل غذائي من الأعشاب لانقاص الوزن يعرف باسم إيفيدرا في توقيت الذي رفض فيه قاض تحادي طلبا للسماح باستمرار تسويق هذا المنتج المثير للجدل. وقال تومي طومسون وزير الصحة والخدمات الإنسانية إن مثل هذه المنتجات تشكل أخطارا صحية، وحث المستهلكين الذين مازالوا يستخدمونها على التوقف عن ذلك فورا.

وأكدت إدارة الغذاء والعقاقير الأمريكية انها ستمضي قدما في تنفيذ الحظر على هذا المنتج، بينما كان قاض تحادي ينظر في طلب من شركة N.F.A التي تسوق إيفيدرا لمنع الحكومة من حظره.

وهذا الحظر الذي طبقته الولايات المتحدة هو الأول بالنسبة لمكمل غذائي. وتربط الحكومة الأمريكية بين إيفيدرا وحدوث وفيات وإصابات بأزمات قلبية وسكتات دماغية. ويقول منتجون إن هذا المنتج لا ضرر منه عندما يتم استخدامه وفقا للإرشادات.

ويصف مسؤولو صحة إيفيدرا بأنه منشط خطير يتسبب في ارتفاع ضغط الدم وإرهاق الجهاز الدوري للجسم. وقالت متحدثة باسم إدارة الغذاء والعقاقير إنه منذ يوم الخميس الماضي تلقت الادارة 164 تقريرا بحالات وفاة بين مستخدمي هذا المنتج.

الزنك يساعد في تهدئة الأطفال

قدمت أحدث الدراسات العلمية في إيران حلا عمليا وسهلا لمشاكل شغب الأطفال وإزعاجهم المستمر للآباء والأمهات. فيمكن أن ينعم أولياء الأمور بالهدوء والراحة في المنزل بإعطاء أطفالهم المشاغبين أو زائدي النشاط مكملات عنصر الزنك الغذائية.

وأظهرت الدراسة التي أجراها المختصون في مستشفى روزبيه للطب النفسي بطهران أن مكملات الزنك تهدئ هؤلاء الأطفال والمصابين باضطراب عجز الانتباه وفرط النشاط، دون أن تؤثيهم أو تؤثر على قدراتهم الذهنية ومهاراتهم الادراكية.

وبعد دراسة 44 طفلا يعانون من هذه الاضطرابات تم تقسيمهم إلى مجموعتين، تناولت الأولى 55 مللي غراما من الزنك يوميا لمدة 6 أسابيع بينما تناولت الأخرى أقراصا عادية.

وتبين أن أداء الذين تعاطوا الزنك كان أفضل كثيرا وشهدوا تحسنا ملحوظا مقارنة بالذين لم يتعاطوا هذه الأقراص.

وكانت الدراسات السابقة قد أظهرت أن الأطفال المصابين بعجز الانتباه وفرط النشاط يعانون من حالات نقص غذائي لفيتامينات ومعادن مختلفة.

ولاحظ الباحثون أن سلوك جميع الأطفال الذين تعاطوا الزنك تحسن كثيرا مما يدل على أن هذا العنصر يلعب دورا في تنظيم إنتاج مادة الدوبامين في الدماغ والمسؤولة عن مشاعر السرور والنشوة، ويرتبط نقصها باضطرابات عجز الانتباه.

رصد كويكبات تشكل خطرا على الأرض

أعلن علماء فلك أميركيون اقترابهم من العثور على كل الكويكبات التي تشكل تهديدا بالاصطدام مع الأرض والقضاء على الحضارة البشرية. وقال خبراء للجنة الفرعية للعلوم والتكنولوجيا والفضاء بمجلس الشيوخ الأميركي إن مهمتهم الثانية ستكون البحث عن الأجسام الأصغر حجما التي قد تدمر مساحة أصغر تقدر بحجم مدينة. وأضاف الخبراء في مراجعة لبرنامج مراقبة الأجسام القريبة من الأرض، أنهم يسيرون وفقا للجدول الزمني للعثور عن أي جسم يزيد قطره عن كيلومتر واحد ويحتمل اقترابه من

وقال ليندلي جونسون من إدارة الطيران والفضاء الأميركية (ناسا) للجنة الفرعية إن عملية المسح بدأت رسميا عام 1998 وتم العثور على أكثر من 700 جسم من عدد يقدر بحوالي 1100. ويعتقد أنه تم إنجاز أكثر من 70٪ من المهمة أن تحقيق الهدف المنشود سيتم بحلول 2008. وقد كانت هناك مرات قليلة ثار فيها الفزع من هذه الكويكبات، ففي سبتمبر / أيلول الماضي اكتشف العلماء الكويكب (0047) وأوضحت القياسات الأولية احتمال اصطدامه بالأرض في 21 آذار 2004 بقدرة انفجار تفوق القنابل النووية التي ألقيت على هيروشيما عشرين مليون مرة. إلا أنه بعد مراجعة المعلومات قال العلماء إنه لن يصطدم بالأرض.

ويقول العلماء إن أجساما فضائية اصطدمت بالأرض بالتأكيد. ومن المعتقد أنه منذ قرابة 65 مليون عام أثار كويكب أو عدة كويكبات غبارا أكثيفا ونشاطا بركانيا نتج عنهما تغيير في المناخ قضى على الديناصورات. إلا واحدة فقط كل 700 ألف عام في المتوسط. ومن المعتقد أيضا أن كويكبا صغيرا ضرب الأرض كان السبب في تسوية منطقة تبلغ مساحتها كيلومتر امربعا من غابات سيبيريا عام 1908. اذا تأكد أن كويكبا في طريقه إلى اصطدام مروع بالأرض فإن الخبراء يقولون إن الأمر سيستغرق 30 عاما للاستعداد لعمل شيء ما حياله.

وقال مايكل جريفين رئيس قسم الفضاء بمختبرات الفيزياء التطبيقية بجامعة جون هوبكنز إن التحركات الرئيسية لتكوك فضاء بالإضافة إلى الوقود أو جود في لخزان الكبير فخارجي قد تتمكن من تحويل مسار كويكب قطره كيلومتر واحد بنجاح إذا تم إرساله قبل عشرين عاما من الاصطدام المتوقع. وقد تسوء الأمور أكثر في حال استخدام قنبلة نووية لأن أجزاء الكويكب بعد تفجيره ستبقى في نفس المدار وستتجمع مرة أخرى في نهاية الأمر.