منتصف النهار موعد شائع للولادة والإنجاب

أظهر بحث طبي جديد نشر في الولايات المتحدة الأميركية مؤخرا أن فترات ما بعد الظهر في فصل الخريف هي الموعد الأكثر شيوعا للولادة وإنجاب الأطفال.

فقد وجد الأطباء في جامعة تكساس بعد تحليل مواعيد الولادة لمدة عام واحد بمستشفى باركلاند ببدالاس أن الفترات ما بين الساعة الواحدة والثانية بعد الظهر هي من أكثر المواعيد التي تحصل فيها حالات المخاض والولادة، وأن فصل الخريف هو أكثر فصول السنة التي يكثر فيها إنجاب الأطفال.

ولاحظ هؤلاء الأطباء أن حالات الولادة كانت أقل في أوقات الصباح وخصوصا بين الساعة العاشرة وفترة الظهيرة. وتركزت معظم الولادات بين شهري أيلول وتشرين الثاني، بينما كانت الأقل في فصل الشتاء خلال شهري كانون الأول وشباط.

ونبه الباحثون إلى أن عمر الأم له يشكل فرقا فيما يتعلق بموعد الولادة، وله تتضح بعد العوامل التي تؤثر على هذا الموعد ولكن يعتقد أن هرمونات الأم والطفل تلعب دورا في ذلك.

وكانت دراسات أخرى قد بينت وجود أنماط فصلية معينة للولادة ترتبط بالطقس. ففي شمال أوروبا مثلا تزداد الولادات في فصل الربيع لتصل إلى أعلى ما يمكن، في حين تقل في أشهر الخريف والشتاء.

وقال العلماء في مجلة النسائية والتوليد إن انخفاض عدد المواليد في فصل الربيع يدل على قلة تعرض النساء للحمل في أشهر الصيف. كما أن الطقس الحار والدافئ يؤثر على نوعية الحيوانات المنوية وهو ما قد يؤثر بدوره على وقت الحمل وموعد الولادة، حيث تبين أن نوعية المنطقة تنخفض وتسوء في فصل الصيف لذا تنخفض معدلات الخصوبة في أكثر أشهر السنة حرارة.

هوت ميلك يثير حفيظة هوت ميل

صمم شاب مصري وصديقه موقعا جديدا لخدمة البريد الإلكتروني تحت عنوان هوت ميلك www.hotmailak.com على وتيرة بريد لهوت ميل الشهير، بهدف نشر الوعي الإلكتروني العربي، وتقديم خدمة الرسائل للمستخدمين العرب أينما كانوا حول العالم.

وحكاية الموقع الذي يقول مصممه فادي فكري انه أثار حفيظة بريد لهوت ميل الشهير لتقاربه مع الاسم، وتنافسه في الخدمة البريدية التي يقدمها، تجسد معنى الإصرار عند الشباب العربي الذي تكاتف معا لإنجاح الفكرة برغم ضعف الإمكانيات.

ويقول فكري المدير المسئول عن الموقع "ان فكرة موقع هوت ميلك بدأت عندما نجحت في تصميم موقع للشركة التي أعمل بها في القاهرة، وبعدها قمت مع صديقي وائل جودت بتصميم موقع خاص بنا أطلقنا عليه اسم www.prameg.com الذي حقق نجاح غير متوقع، وانتشار كبير في الأوساط العربية حتى وصل عدد الزائرين للموقع مليون ونصف زائر خلال أربعة أشهر فقط من عمر الموقع، وبواقع عشرة آلاف زائر يوميا، وهو ما دفعنا للتفكير في تصميم بريد خاص بالموقع".

ويضيف فادي "عندما بدأت رحلة البحث عن الدومين الخاص بالبريد كانت المفاجأة أن لهوت ميل لا يملك الأسماء المشتقة من الهوت ميل كما هو الحال في ياهوو الذي اشترى حق ياهووك، وياهوونا، وغيرها من الأسماء القريبة منه، ومن هنا بدأت أعمل عن الفكرة الرئيسية التي كانت أساس البحث، وفكرت في عمل موقع يختص بخدمة البريد الإلكتروني فقط على غرار لهوت ميل، بحيث يقدم الخدمة للمستخدمين العرب أينما كانوا حول العالم".

ويقول "وقع الاختيار على اسم هوت ميلك وأطلقنا الخدمة ولحمد لله حققت انتشار غير عادي في كافة الأوساط العربية، حيث وصل عدد المشتركين خلال شهرين إلى 35 ألف مشترك وهي نسبة كبيرة جدا في مدة قصيرة، ومن المنتظر أن يتضاعف المشتركين من خلال خطتنا في توسيع قاعدة المستفيدين من الخدمة". وعن نجاحه في تصميم الموقع، خاصة وانه خريج كلية التجارة بجامعة عين شمس قال فادي "أساس أي نجاح هو الحب والإصرار، حب المجال، والتصميم الكبير على إنجاح أي فكرة، فلم يمنعني نجاحي في عملي في تخصصي الأكاديمي من ممارسة حبي وشغفي بتصميم المواقع، والتي أنفقت فيها الكثير من العمر والجهد وأيضا المال حتى أتمكن من احتراف تصميم المواقع. بالإضافة إلى أن صديقي دراسته متخصصة في مجال الكمبيوتر، وقد تكاملا معا لإنجاح موقع برامج دوت كوم ونتواصل اليوم في نجاح بريد هوت ميلك، ونشر الثقافة الإلكترونية في المجتمع العربي ومنافسة غيرها من المواقع الغربية".

وأرجع فادي سبب إصرار هوت ميلك على معرفة الحالة الاجتماعية للمستخدمين لجدد للخدمة بالإضافة إلى البيانات الشخصية الأخرى التي يصر عليها مثل الجنسية والنوع ومجالات الاهتمام وغيرها إلى أنه يسعى لتقديم كل ما يناسب المستخدمين، وتلبية رغباتهم والتواصل السليم مع ظروفهم الاجتماعية، وهذا لن يتحقق إلا من خلال إعداد دراسة عن المستخدمين، فمثلا هناك رسائل تفيد الشباب والفتيات لا تفيد غيرهم من المستخدمين المتزوجين من الجنسين والعكس صحيح. ومن هنا يسهل توجيه الرسائل المفيدة للمستفيدين من الخدمة.

وأضاف فادي "لقد بلغ المستخدمين الآن لخدمة هوت ميلك 35 ألف مستخدم حول العالم منهم 28.5٪ من السعودية، 22.7٪ من مصر، 11٪ من أمريكا، 5٪ من البحرين، 4.7٪ من الإمارات، 4.1٪ من الكويت، 3٪ من الأردن، 2.9٪ من ألمانيا، 2.8٪ من إنجلترا، 2.4٪ من سلطنة عمان. وجاري الآن تنشيط الموقع في باقي الدول العربية التي لم تسجل بعد".

وعن المنتظر من الموقع بعد نجاحه في تقديم الخدمات البريدية قال فادي "خطتنا هي تلبية رغبات المستخدمين وتوفير كافة الخدمات لهم ولكن بعيدا عن السياسة والدين، وبالنسبة لشعار لا لاحتلال العراق وفلسطين الذي يرسل مع كل بريد فهو تعبير عن نبض الشارع العربي كله الذي يجهر برفضه لاحتلال العراق وفلسطين، وتعاطفه الكامل مع الحقوق العراقية والفلسطينية حتى باتت صرخة قوية تسمعها من الأطفال قبل الكبار".

ويضيف "كما أنها نوع من التظاهر الإلكتروني الذي يعبر عن نبض الجماهير بأسلوب متحضر متسع يتردد يوميا بحدأ ذني ألف مرة ويتضاعف بمضاعفة عدد رسائل المستخدمين".

وعن كيفية تمويل الموقع قال فادي "تعتمد على أنفسنا في تمويل الموقع، وهناك عرض من إحدى الدول العربية لرعاية الموقع رسميا يجري دراسته حاليا، كما عرضت نفس الدولة جائزتين لموقع برامج دوت كوم بسبب الإقبال الجماهيري عليه، وتشجيع الهواة العرب من محبي تعلم الكمبيوتر، وبرمجه المتطورة، سيتم منحهما لأفضل الواضيع المطروحة في منتدى الموقع".

وعن خدمة الماسنجر قال فادي "لقد قمنا بالفعل بتشغيل خدمة الماسنجر لمدة يومين، ولكننا أوقفناها لحين علاج الثغرات التي يمكن اختراقها من الهاركز، وعقب الانتهاء منها سيتم منحها من جديد". وعن الامان يقول مدير الموقع "اما بالنسبة لدرجة الأمان في استخدام البريد فالحمد لله رصدنا برامج حماية كثيرة لحماية الرسائل، وخصوصية المستخدمين للبريد. بالإضافة إلى استخدام أحدث الفلاتر سواء من جانبنا أو المطروحة لمستخدمي البريد لتنقية البريد من الرسائل الإباحية والدعائية المزعجة التي يعاني منها غالبية المستخدمين للبريد الإلكتروني على الشبكة".

الاحتباس الحراري قد يؤدي لذوبان جليد غرينلاند

ثوبان جليد غرينلاند يعني ارتفاع مناسيب البحار بمتوسط يبلغ سبعة أمتار. قال علماء بريطانيون ان طبقة الجليد الضخمة التي تغطي جزيرة غرينلاند قد تذوب في غضون السنوات الألف القادمة لتغرق الأراضي المنخفضة حول العالم إذا لم تنخفض انبعاثات غاز ثاني أوكسيد الكربون ويقل ارتفاع حرارة كوكب الأرض.

ويعني ذوبان طبقة الجليد الضخمة التي يتجاوز سمكها ثلاثة كيلومترات أن ترتفع مناسيب مياه البحار بمتوسط يبلغ سبعة أمتار مما يهدد بلدانا مثل بنغلاديش وجزرا في المحيط الهادئ وأجزاء من فلوريدا.

وقال جوناثان غريغوري العالم المتخصص في المناخ بجامعة ريدينغ في جنوب انجلترا ان أي منطقة ترتفع أقل من سبعة أمتار عن مستوى البحر سيغمرها الفيضان.

وقدر باحثون من قبل أن ارتفاع الحرارة بمتوسط ستوي يبلغ أكثر من ثلاث درجات مئوية سيكون كافيا لذوبان طبقة الجليد في المستقبل.

وتوصل غريغوري وزملاؤه إلى حسابات جديدة نشرت في دورية "نيتشر" العلمية تظهر أن ارتفاع درجة الحرارة بهذا القدر يمكن أن يحدث فعلا. وقال "وجدنا أن مستويات ثاني أوكسيد الكربون التي من المرجح تماما أن نصل اليها خلال هذا القرن كافية لإنتاج ذلك القدر من الحرارة".

وباستخدام وسائل ابتكرت خصيصا للجنة الحكومية للتغير المناخي قام غريغوري وفريقه بعمل دراسات على التغير في درجات الحرارة نتيجة زيادة تركيزات الغازات المسببة للظاهرة الاحتباس الحراري خلال 350 عاما القادمة. وحسب بنود بروتوكول كيوتو يتعين على الاتحاد الأوروبي خفض انبعاث الغازات المسببة للاحتباس الحراري بنحو 8٪ من مستويات عام 1990 بين عامي 2008 و2010. وللمساعدة على تحقيق هذه الأهداف أعد الاتحاد الأوروبي مشروعا دوليا للحد من الانبعاثات، من المقرر أن يبدأ تطبيقه عام 2005.

وستمنح الصانع في كل دولة عضو بالاتحاد شهادات بخصص قابلة للتبادل تسمح لها بإخراج كميات محددة من غاز ثاني أوكسيد الكربون المسبب للتلوث. لكن ذلك قد لا يكون كافيا. وقال غريغوري "بالنظر إلى صحة الحسابات فإن ذلك سيحدث ونحن نقترب من هذا الحد التخريبي وعندما يمكنك منع حدوث الذوبان عن طريق عدم السماح بتخطي انبعاث غاز ثاني أوكسيد الكربون للمستويات التي نتحدث عنها". وكان أقل تقدير لتركيز غاز ثاني أوكسيد الكربون في النماذج التي أعدها فريق العلماء 450 جزءا في المليون.

وقال غريغوري إن المستويات الحالية تظل عن هذا الحد لكن من المرجح أن تتجاوزه بحلول منتصف هذا القرن. وأضاف "لن يكون مستحيلا أن نبقى تحت هذا المستوى إذا كان هو الحد الحرج لكن ذلك سيعني خفضا في انبعاثات الغازات الملوثة أكبر من الذي تتم دراسته حاليا".

ثورة التلفزيون الرقمي تجتاح ألمانيا

لايدرك المواطن الألماني العادي أنه سيتعين عليه في غضون السنوات الست القادمة تحويل جهاز تلفزيونه العادي إلى النظام الرقمي (ديجتال) كي يتمكن من مشاهدة التلفزيون

الحقيقة البسيطة في الموضوع هي أن السلطات المسئولة عن البث التليفزيوني تقوم حاليا بإغلاق كافة أجهزة البث عن طريق الاثير. وستول تلك الايام التي يستطيع فيها جهاز التقاط هوائي (إيريال) مثبت على سطح المنزل أو إيريال داخلي مثبت في جهاز التليفزيون بحجرة المعيشة التقاط إشارات تليفزيونية من موجات الاثير، ففي برلين تم بالفعل إغلاق المحولات الارضية الانالوج. ومنذ عدة شهور لايستطيع سكان برلين مشاهدة التليفزيون الا عن طريق ديكو در رقمي يوضع على سطح جهاز التليفزيون لالتقاط الارسال أو بالاشتراك في القنوات التليفزيونية المشفرة وعلى نحو مماثل فإن أجهزة الارسال عبر موجات الاثير ستغلق أيضا في هامبورج في وقت لاحق من العام الحالي وفي مختلف أنحاء ألمانيا سيصبح البث التليفزيون الرقمي والمشفر هو البديل الوحيد تباعا وذلك في غضون الشهور والسنوات القادمة وحتى نهاية العقد الحالي. وبشكل متزايد يتم الضغط حتى على المشتركين في القنوات المشفرة لحملهم على شراء محولات رقمية بتكاليف إضافية على ما يدفعونه من رسوم اشتراك شهرية في تلك القنوات وذلك لتمويل نظام البث لعام على مستوى الدولة وقد أثار خبران يتعلقان بالقنوات المشفرة الدهشة في الايام الماضية. احدهما كان إعلان شركة الكوابل الالمانية العملاقة كابل ديوتشلاند جي ام بي تش أنها بسبيلها لشراء الشركات الثلاث الكبرى المنافسة لها في ألمانيا مقابل نحو ثلاثة مليارات دولار. وهذه الخطوة ستمنحها هيمنة شبه كاملة على نظام التشفير في ألمانيا بالاقتراض مباركة مكتب الكارتل الاتحادي لهذه الصفقة خلال الشهور القادمة. والخبر الثاني الذي غطى عليه الاول هو إعلان كابل ديوتشلاند أنها ستعرض ديكورات رقمية على مشتركيها في جميع أنحاء البلاد البالغ عددهم حاليا عشرة ملايين مشترك سيزيدون إلى 18 مليونا قريبا. وبتكلفة إضافية بالطبع وعن طريق الديكورات الرقمية الجديدة التي تختلف عن الديكورات الموجودة حاليا وبخاصة بالقنوات المشفرة وبرامج أدفع وشاهد فإن المشتركين سيكون بمقدورهم استقبال عدد من القنوات التجارية والعامة التي لن تتاح للمشاهدين الذين لا توجد لديهم محولات.

مواد التجميل تسرع ترهل الجلد

أصدرت دراسات علمية تحذيرا جديدا من خطورة الاستخدام الطويل للمكياج ومستحضرات التجميل على صحة البشرة وسلامتها وحيويتها بسبب احتوائها على مكونات وأحماض تسرع ترهل الجلد وتزيد حساسيته للشمس. وأوضح اختصاصيون أميركيون في الأمراض الجلدية أن المكونات الأساسية لكريمات التجميل وغيرها من المستحضرات الخصصة للزينة، قد تسرع الشيخوخة وبروز التجاعيد لأنها تزيد حساسية الجلد لحروق الشمس التي تؤدي بدورها إلى إصابته بالتجعد والترهل. وفسر الخبراء الأمر بأن أحماض "ألفا هيدوكسي" المعروفة أيضا باسم أحماض الفاكهة المستعملة في كريمات التجميل ومنظفات الجلد الخصصة لتحسين بنيته تساعد على تقشير الجلد والتخلص من الخلايا القديمة. لكن هؤلاء الخبراء أكدوا أن ذلك قد يعرض الخلايا الجديدة وطبقات الجلد الحساسة للتهيج وتتلف الناتج عن أشعة الشمس التي لا تؤدي إلى الشيخوخة فقط، بل إلى الإصابة بسرطان الجلد أيضا. ونبه الخبراء إلى أنه بالإمكان تجنب هذه المخاطر من خلال الاستخدام الحذر للمستحضرات الوقائية من أشعة الشمس والانتباه في حال احتواء المنتجات على أحماض "ألفا هيدوكسي" التي تجعل الجلد شديد الحساسية.

أشهر طرق التخلص من الكآبة

أفاد بحث مسحي نشرته مؤسسة خيرية للصحة العقلية بأن التحدث إلى شخص أو العائلة هي أكثر الطرق شيوعا للتغلب على المزاج السيئ. وكشف المسح أن خيار التحدث إلى شخص كأفضل خيار للتخلص من الكآبة. كما كشف أيضا عن اختلاف بين الرجال والنساء في هذا الأمر، حيث اختارت 83 بالمئة من النساء اللاتي شملهن المسح التحدث إلى شخص كأفضل السبل للخروج من حالة الكآبة، مقارنة بـ 68 بالمئة من الرجال. واختار أكثر من مثلين من الرجال ممارسة الجنس للتهدئة مزاجهم، بينما فضلت النساء قضاء الوقت مع العائلة. واحتلت العائلة المرتبة الثانية عند الرجال والنساء، حيث اختارها 45 بالمئة من الرجال و57 بالمئة من النساء. وقال الدكتور أندرو ماكلوتش المدير التنفيذي لمؤسسة الصحة العقلية إن الهدف من هذا المسح هو الحيلولة دون تجاهل الأشخاص صحتهم العقلية. وأضاف: «على الرغم من أن هذا البحث شيق إلا أنه يحمل رسالة جادة جدا". وقال المسح إن المواطنين في لندن ومناطق الوسط كانوا الأكثر رغبة في التحدث عن مخاوفهم بنسبة 83 بالمئة و84 بالمئة على التوالي، بينما كان مواطنو الشمال الغربي ويلز وسكتلندا الأقل رغبة في ذلك. وأضاف المسح أن ممارسة التمرينات تعد أحد آليات الخروج من حالة الحزن في لندن بنسبة 54 بالمئة وفي أيرلندا الشمالية بنسبة بالمئة وفي الجنوب الشرقي والجنوب الغربي بنسبة 20 بالمئة. وفي مناطق الشمال الغربي فمن المحتمل أن يشعر الناس هناك بأنهم فضل حالا إذا ما قضوا بعض الوقت مع العائلة.

فول الصويا لعلاج الصلع وسرطان البروستات

قال علماء إن تناول فول الصويا قد يحمي الرجال من الاصابة بمرض سرطان البروستاتا ومن الصلع. يأتي ذلك بعد أن توصل الباحثون الأمريكيون إلى جزيء يتم إنتاجه عند هضم فول الصويا في الأمعاء ويحول دون نمو الهرمون الذي يثير نمو سرطان البروستاتا ويسبب الصلع. وقال الباحثون الذين نشرت دراستهم في دورية "علم الأحياء التناسلي" إن هذه النتائج قد توضح أسباب ندرة الاصابة بسرطان البروستاتا بين اليابانيين الذين يتناولون فول الصويا كثيرا. وقال الباحثون إن هذا الجزيء قد يستخدم كعلاج للسرطان أو الصلع، كما أشار الباحثون إلى أن الجزيء الذي يدعى "ليكول" يعوق عمل هرمون "دي إتش تي" عند الرجال عن طريق إنتاج مادة تعرف بـ "تيستوستيرون".

وأضاف الباحثون أن هذا الاكتشاف يمثل أهمية ولا سيما بالنسبة للرجال المصابين بتضخم البروستاتا أو سرطان البروستاتا. وقد استخدم الباحثون هرمون دي إتش تي في الأبحاث الخاصة بأسباب الصلع عند الرجال. وكان قد تم تطوير أنواع عديدة من العقاقير على مدى السنوات الماضية بهدف إعاقة عمل هرمون دي إتش تي، غير أن الباحثين قالوا إن هذه العقاقير لها أعراض جانبية. وأفاد الباحثون أن الجزيء "ليكول" لا يمنع تكوين هرمون دي إتش تي ولكنه يعوقه عن العمل. وقد أجرى الباحثون تجربتين على الفئران، حيث أظهرت انخفاض حجم البروستاتا لدى الفئران الذكور الذين تم حقنهم بالجزيء. وفي إحدى التجربتين قام الباحثون بنزع خصيات الفئران الذكور ومن ثم لم يتم إنتاج هرمون دي إتش تي، غير أنه عندما حقنها الباحثون بالهرمون زاد حجم البروستاتا عندها. وعندما حقن الباحثون الفئران بجزيء ليكول وهرمون دي إتش تي، وجدوا أن الجزيء أعاق الهرمون عن عمله الطبيعي كمثير لنمو البروستاتا.

وقال البروفيسور روبرت هاندا من كلية الطب البيطري بولاية كولورادو والذي قاد فريق البحث في الدراسة، "لاشك أن إعاقة عمل هرمون دي إتش تي دون التأثير على التيستوستيرون سيمنح جزيء ليكول الضرة على تجنب العديد من الآثار الضارة للهرمونات الذكرية دون التأثير على آثارها الايجابية". وقال الدكتور كينيث ستيتشل الذي كان أول من تعرف على جزيء ليكول قبل 20 عاما، "هذه النتائج لها أهمية طبية كبيرة لأن إعاقة عمل هرمون دي إتش تي كان محل تركيز شركات الأدوية من أجل علاج سرطان البروستاتا وغيره من الأمراض". وأضاف، "يؤدي الجزيء الناجم عن فول الصويا هذه المهمة". وصرح متحدث باسم مركز أبحاث السرطان بالمملكة المتحدة ليي بي سي أونلاين قائلا، "يرتبط ذلك حالات السرطان بالنظام الغذائي غير أنه من لم يعرف بالتحديد أي العناصر الغذائية التي تحمي من السرطان أو تحول دون تعرضنا لخطر نمو السرطان". وأضاف، "نعلم أن الدول التي يتناول مواطنوها فول الصويا كثيرا مثل اليابان تقل نسبة الاصابة بسرطان البروستاتا بين مواطنيها".