

دراسة : علامات الشيخوخة تظهر في أواسط العشرينات



من سن 26 عاما، وهي السن الأصغر التي جمعت فيها بيانات للمشاركين في هذه الدراسة. وأوضح الباحثون أن هؤلاء الأشخاص لديهم معدل شيخوخة بيولوجية يبلغ ثلاث سنوات في كل عام واحد، في حين كان أكثرية المشاركين في الدراسة يشيخون كما هو متوقع بواقع سنة بيولوجية واحدة كل عام أو حتى أقل. وأشارت الدراسة إلى أن الأشخاص الذين يشيخ جسدهم بوتيرة أسرع حققوا أيضا «نتائج أسوأ في الاختبارات التي عادة ما يخضع لها الأشخاص فوق سن الستين، من بينها اختبارات التوازن والتنسيق وحل المشاكل». وأوضح تري موفيت المعد الرئيسي للدراسة وأستاذ علم النفس والأعصاب في جامعة ديوك أن هذه الاكتشافات «تعطينا أملا بأن يتمكن الطب من إبطاء الشيخوخة وإعطاء الناس سنوات أكثر للعمل». كذلك اعتبر معدو الدراسة أن هذا النوع من البحوث يفتح الطريق أمام فهم أفضل للشيخوخة اعتبارا من أعمار صغيرة عندما يكون الوقت متاحا أكثر لتفادي الإصابة ببعض الأمراض.

تطوير لقاح يحد من انتشار الإيدز .. قريبا



الناجمة عن «الإيدز» تراجعاً في السنوات العشر الماضية بنسبة وصلت 38%. وبحسب تقرير عن الأمم المتحدة، تراجعت نسبة الإصابات السنوية من ثلاثة ملايين في 2001 إلى مليوني إصابة سنوية في عام 2013 ، وسجلت لدى الأطفال في الـ 19 نفسها تراجعا بنسبة 58%. ولكن تبقى الوقاية والتوعية من أهم السبل للحد من انتشار «الإيدز» خاصة أن من أصل 35 مليون شخص يعيشون مع فيروس «الإيدز» 19 مليونا يجهلون أنهم مصابون به.

المناعة. غيتس أعرب عن أمله بتطوير لقاح ضد هذا المرض خلال السنوات العشر المقبلة. وهذا ما أثني عليه المدير العام لبرنامج الأمم المتحدة المشترك لمكافحة فيروس «الإيدز» ميشال سيدبيي، الذي أكد أن الخمس سنوات المقبلة أساسية في عملية الحد من انتشار «الإيدز» في العالم وإنهائه بحلول العام 2030. أما اليوم فيطال فيروس «الإيدز» خمسة و ثلاثين مليون شخص، قضى منهم مليون ونصف شخص لأسباب مرتبطة بالفيروس عام 2013. ولكن بشكل عام سجلت نسبة الإصابات بالأمراض



الى حد كبير بإمكانية استخدامه وسيلة علاجية بزيادته استهلاك السكر واستخدام الأوكسجين في الخلايا مؤديا بذلك مفعول التمارين البدنية. وقال الباحثان ان خطوتهما التالية هي دراسة تأثير هذا العلاج على المدى البعيد وكيف يعمل لتحسين تحمل السكر وخفض وزن الجسم.

غنيا بالدهون تسببت في انخفاض وزن أجسامها بنسبة 5 في المئة. ونقلت صحيفة واشنطن بوست عن البروفيسور كاغامبانغ «ان هذه الجزئ الجديد يخفض على ما يبدو مستوى السكر وفي الوقت نفسه يخفض وزن الجسم ولكن فقط إذا كان الذي يتناوله بدينا». وأشار توصلي الى ان الجزئيء واعد

والمجموعة الأخرى نظاما غنيا بالدهون جعلها بدينة وعرقل تحملها بل وحتى عن تطوير حبة لعلاج البدانة ومرض السكري من النوع الثاني. وقال العالمان في البحث الذي نشر في مجلة الكيمياء والبيولوجيا انهما أعطيا المركب 14 الى مجموعتين مختلفتين من الفئران. وكانت مجموعة تتبع نظاما غذائيا اعتياديا

قال أستاذ البيولوجيا الكيمياوية واستاذ متوصلي واستاذ الفيزيولوجيا التكاملية فليئو كاغامبانغ في دراسة نشرتها جامعة ساوثمبتون البريطانية انهما تمكنا من تركيب جزئيء يحاكي التمارين البدنية من خلال إيهام الخلية بأنها صرفت كامل طاقتها. ويعمل الجزئيء الجديد الذي سُمي «المركب 14» باطلاق تفاعل متسلسل من الأحداث في الخلية. ويكبح الجزئيء وظيفة انزيم اسمه اتك ATIC يقوم بدور اساسي في اطلاق اشارة الانسولين في الجسم. ويؤدي هذا بدوره الى تفعيل آلية نازمة لعملية التمثيل في الخلايا. وهذا النازم الرئيسي هو الذي يوهم الخلايا بأنها استنزفت طاقتها. وتستجيب الخلايا بتغييرات في مستوى السكر وعملية التمثيل مماثلة لما يحدث خلال التمارين البدنية مؤدية بذلك الى انخفاض الوزن. وإذا أمكن التحقق من هذه النتيجة وسلامة

خمس قواعد ذهبية للإبقاء على الأسنان سوية

ممارسة الرياضة صباحًا لمدة نصف ساعة. 3) غسل الأسنان عقب تناول الطعام سواء من خلال فرشاة الأسنان والمعجون أو غسول الفم مرتين يوميًا. 4) شرب المياه بكميات كبيرة من الماء يوميًا يساعد على حماية الفم والجسم من كثير من الأمراض. 5) تناول بعض الفواكه والخضراوات مثل الجزر والتفاح والتي لديها القدرة على تنظيف الأسنان بصورة طبيعية نظرًا لاحتوائها على الألياف الغذائية.

أسنان أطفالهن. ويستكمل د. وائل قائلًا: «هناك بعض النصائح والإرشادات التي يجب مراعاتها للحفاظ على صحة الأسنان وأهمها: 1) الاهتمام بتناول الأغذية الغنية بمادة الكالسيوم مثل اللبن والزبادي ومنتجات الألبان نظرًا لأن الكالسيوم من أهم العناصر الأساسية المكونة للأسنان. 2) التعرض لأشعة الشمس بقدر مناسب للحصول على فيتامين د والذي يساعد الجسم على امتصاص الكالسيوم سواء من خلال

كثير من الأشخاص ليسوا على دراية كافية ببعض المعلومات اللازمة للحفاظ على صحة أسنانهم وحمايتها من الأمراض والتسوس. حول ذلك يقول دكتور وائل هندي أخصائي علاج وتجميل الأسنان، يعاني الكثيرون من الشعور بالآلم تسوس الأسنان نتيجة عدم اعتنائهم بصحة أسنانهم لذلك يجب على الأشخاص خاصة الإمهات أن يكن على دراية كافية بكيفية العناية بصحة أسنانهم وكذلك

مضخة قلب مبتكرة .. أمل جديد للمرضى



حمل تلك العلبة في حقيبة أو حول منطقة الخصر. وتتسم تلك المضخة كذلك بحجمها بالغ الصغر لدرجة أنها قد تكون خيارا مناسباً للأطفال المصابين بأمراض القلب، وينتظر أن تخضع لاختبارات مطولة حول العالم عما قريب.

أمامهم الآن ذلك الخيار المتعلق بالحصول على تلك المضخات الجديدة التي تشكل طفرة مفيدة للغاية». وتلك المضخة، التي يقدر وزنها بـ 78 غراما، تعمل بعلبة بطاريات من سلك يتم توصيله من داخل البطن المريض. ويمكن

وهو جراح قلب بدرجة استثنائي، قوله: «: هناك مئات الآلاف من الأشخاص الذين يعانون من أمراض قلب متقدمة، وكان يقتصر العلاج في السابق على عدد قليل ممن يقوى على تحمل نفقات عملية زرع القلب الاصطناعي، لكن بات

نجح خبراء بريطانيون في تطوير مضخة قلب اصطناعية، بنفَس حجم كرة الغولف، على أمل أن تساعد في إنقاذ حياة الآلاف من المرضى الذين يعانون من متاعب القلب. هي المضخة الابتكارية التي تم تركيبها بالفعل قبل أسبوعين لمواطن بريطاني متقاعد يبلغ من العمر 63 عاما ليصبح أول شخص في العالم يستفيد من تلك المضخة. وركبت تلك المضخة لهاري شيفرز، وهو أب لثلاثة أبناء، بعدما تعرض لنوبة قلبية في آب (أغسطس) عام 2014 وتدهورت حالته الصحية ويات في انتظار عملية زراعة قلب. وفي غضون ذلك، بدأ يظهر الحديث عن تلك المضخة المبتكرة، وبالفعل سافر شيفرز إلى مستشفى فريمان في نيوكاسل، لبدء تلقي العلاج من جانب البروفيسور ستيفن سكويلر. ومنذ ذلك الوقت وحالته الصحية في تحسن، وسيعود لمنزله في غضون أيام. ويتم تركيب تلك المضخة، التي يقدر سعرها بـ 80 ألف إسترليني، وتضغر في الحجم عن القلوب