



## الأب أيضاً يستطيع الشعور بالحمل!



من مشروع «فريست بويد» للملبوسات: «بينما يكون لدى الأم الشعور المباشر بنمو الصغير في أحشائها، فإن الأب يشعر إلى حد ما أنه مستبعد». مضيفة: «لكن عندما ترتدي الأم رقعة ثقيلة لرصد ركولات الجنين، فإن الوالد يستقبل إشارات غير سوار معدني رفيع». وبذلك إذا تحرك الجنين إلى اليمين فإن الحبيبات الدوارة تفعل نفس الشيء. ويلاحظ إذا تحرك الجنين إلى أسفل، تتحرك تلك الحبيبات باتجاه قاعدة سوار المعصم.

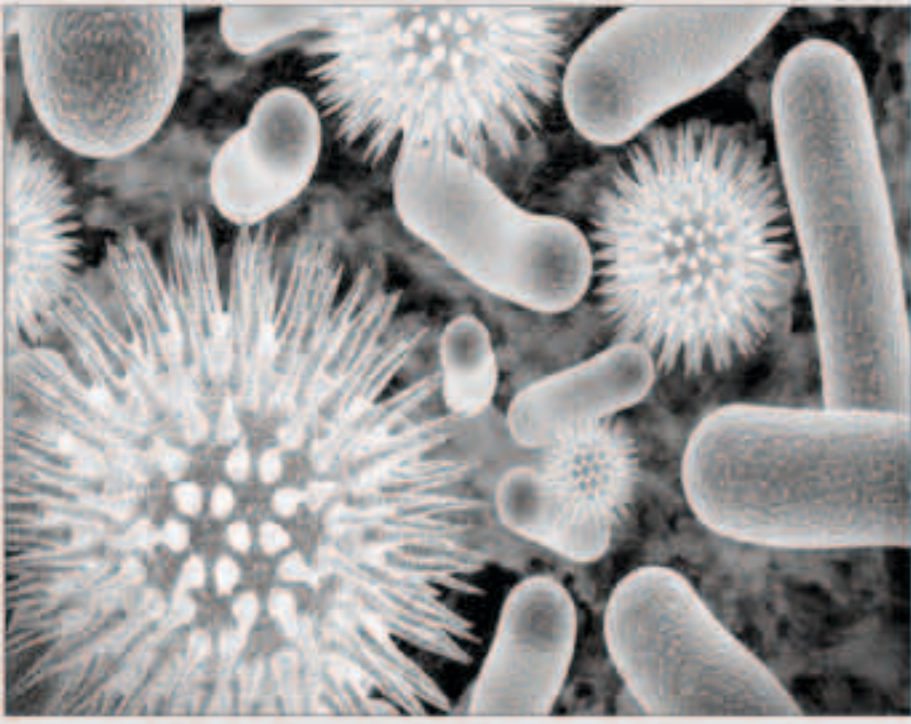
للإيجار أثناء الحمل وأضافت بيترزودوتير: «تحدث المشاركة في التو واللحظة. ولذا فإن الوالد يرتدي السوار سوف يشعر بالمشاركة في الوقت الفعلي للمشاركة في التجارب. وذلك من خلال تصنيع جهاز «فيو» وهو جهاز يستأجره الوالدان أثناء فترة الحمل. ويملك تقنية حديثة ومتنوعة عالي الجودة. لقد تم إزاحة الستار عن جهاز «فيو» بواسطة «فريست بويد» للملبوسات لأول مرة في مسابقة «عرض بولار بير» في أولو. بفنلندا، وفقاً لما نشرته مجلة «نيوزويك».

ولم يتحدد حالياً موعد لطرح المنتج بالأسواق، ولكن يؤمل أن يكون جاهزاً للتسويق ومطروحاً للبيع أو الإيجار في وقت ما من العام المقبل. لكي يفهم الرجل ويأتي هذا السوار الذكي «فييو» بعد عدد آخر من الأدوات المبتكرة، التي صممت خصيصاً لجعل الرجال يفهمون معنى أن تمر المرأة بتجربة الحمل.

وتشمل هذه الأدوات «دمون بايب»، وهي بطن حمل وهمية ترتبط بأشرطة حول البطن، وتحاكي 33 رطلاً من الوزن بما يعادل ما تحمله النساء الحوامل.

وكانت شركة «هاجين» لصناعة «الحفاضات» قد صممت تقنية مشابهة للسوار في العام 2013 مع حزام للحمل، يسمح للوالدين بأن يشعروا بحركات طفلها فور حدوثها، إلا أن تلك التقنية لم تعرض بالأسواق بعد.

## وصفتها بأنها أكبر تهديد لصحة البشر «الصحة العالمية»: الحاجة ملحة لتطوير مضادات حيوية لمحاربة 12 عائلة من البكتيريا المسببة للأمراض



من البكتيريا أن تصبح مقاومة للعقاقير. وقالت المنظمة إنه ينبغي للحكومات الاستثمار في مجال الأبحاث والتطوير لإنتاج أدوية جديدة للمضاد الحيوي، مشيرة إلى أنه لا يمكن التعويل على قوى السوق في توفير الأموال المطلوبة لمحاربة البكتيريا.

وقالت ماري-بول كيني، المدير العام المساعد للتقدم الصحية والابتكار بمنظمة الصحة: «إن مقاومة البكتيريا للمضادات الحيوية تزيد من خياراتنا من الأدوية ننفذ سريعاً». وأضافت قائلة: «إن تركنا

# هكذا تحرق المزيد من الوحدات الحرارية في العمل



«إيلاف»: أنت تعلم أن الوقوف لفترات خلال اليوم يمكن أن يقلل من بعض الآثار الضارة الناجمة عن الجلوس لوقت طويل. غير أن دراسة حديثة أجريت في جامعة غلاسكو في المملكة المتحدة تشير إلى أن صحتك ستتحسن إذا ركزت ليس على عدد ساعات الوقوف فحسب، بل أيضاً على عدد المرات التي تنقف فيها.

ويقول الباحثون إن هذه الحقيقة وحدها ليست مستغربة، لأن كل عملية انتقال من وضعية الجلوس إلى الوقوف (والوقوف إلى الجلوس) تتطلب تفعيل العضلات واستهلاك الطاقة. وتبين أيضاً أن حركات التمدد مع الوقوف بشكل متواصل لمدة أطول (15 دقيقة في المرة الواحدة) حتى لو كان الوقت الإجمالي الذي أمضوه واقفين هو نفسه.

المراض: في سيناريو آخر، كان المشارك يقف لمدة 15 دقيقة ثم يجلس لمدة 15 دقيقة وهكذا. أما السيناريو الثالث فقد كان شبيهاً بالثاني، باستثناء أن بعض فترات الوقوف والجلوس كانت أصغر، حيث كان المشارك يجلي لمدة 90 ثانية ثم يقف لمدة 90 ثانية أخرى.

وفي سيناريو الجلوس والوقوف (أي السيناريو الثاني والثالث)، كان الرجال يقفون على أقدامهم لمدة أربع ساعات، وفي حين تضمن السيناريو الثاني 32 ثلثاً انطوى على 320. وهذا ما أحدث فرقا: فبينما أحرق السيناريو الثاني نسبة 10.7% من السعرات الحرارية أكثر من سيناريو الجلوس بشكل مستمر، فالثالث أحرق نسبة 20.4% أكثر. بتعبير

آخر، أحرق الرجال حوالي 76 سعرة حرارية أكثر خلال اليوم الذين وقفوا فيه لمدة 15 دقيقة متواصلة، مقارنة مع الجلوس طوال الوقت. لكن أجسامهم أحرقت معدل 71 سعرة حرارية إضافية، وكدت حوالي 7.1 غرامات إضافية من الدهون - عندما رفعوا وتيرة الوقوف والجلوس.

ووفقاً للحسابات المذكورة في التقرير، فعلى مدى أربعة أسابيع، يمكن أن يترجم السيناريو الثاني والثالث بفقدان 2.7 و 4.9 أرطال من الوزن على التوالي. وحقيقة أن الوقوف بشكل أكثر تواتراً قد عزز أكسدة الدهون (العملية التي تكسر جزيئات الدهون في الجسم) قد تمتلك أيضاً تأثيراً على إدارة الوزن، إذ يبدو أن المستويات العالية من أكسدة

الدهون تليق من زيادة الوزن على المدى الطويل. وفي هذا السياق، يقول خبير فيزيولوجيا التمارين، توم هولاند، إنه على الرغم من صغر حجم العينة، فالنتائج منطقية وينبغي اعتبارها «خبراً رائعاً». وفي رسالة إلكترونية أرسلها هولاند لموقع RealSimple.com، لفت قائلاً: «لا يقف الأمر عند حد عدم اضطرابك إلى الوقوف طوال اليوم أثناء العمل أو في المنزل، بل أيضاً يمكنك الاستفادة فعلياً من خلال التمدد بين وضعيات الوقوف والجلوس». (علماً أن هولاند لم يشارك في الدراسة). وأضاف: «أعتقد أن أحد الأسباب هو أن الارتفاع من وضعية الجلوس وتخفيض ضغط ثقل جسمك على ظهرك مسراً يتطلبان

مجهوداً أكبر ويستلزمان طاقة أكثر من الوقوف بثبات بشكل متواصل».

وبحسب هولاند، قد يكون من الصعب، وحتى من المضر لإنشائك، أن تغير وضعيتك كل دقيقة ونصف خلال اليوم، ولكن حاول تغييرها مراراً بفترة العمل، ولكي يعمل هذا السوار، ترتدي الأم رقعة مراقبة الركل التي تتصل بالسوار لأسفكيا. وتقوم حبيبات صغيرة - دورية الحركة - في داخل الرقعة بتقليد حركة الطفل، بحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية.

شعور متزامن يستقبل السوار الإشارة في الوقت الفعلي، بحيث يشعر الأب بما يحدث في نفس اللحظة عندما تشعر الأم بشيء ما، ويجري حالياً تطوير السوار بمعرفة مهندسين من الدانمارك لمساعدة الأب على فهم ما تشعر به زوجته الحامل، بمعنى إدراك الأمور الطبية على الأقل.

وتقول ساندرأ بيترزودوتير

# العلاج الكهربائي «قد يعالج فقدان الشهية العصبي»



«إيلاف»: أعادت دراسة كندية أن التحفيز العميق للدماغ وزرع أقطاب كهربائية بداخله يمكن أن يكون وسيلة جديدة لعلاج فقدان الشهية العصبي.

وأجرى العلماء الدراسة على 16 شخصاً مصابين بفقدان شهية عصبي حاد، وتوصلت إلى أن هذا العلاج يساعد في تقليل الاكتئاب والتوتر، وادي في بعض الحالات إلى زيادة الوزن.

وأعاد باحثون إلى أن هناك حاجة لمزيد من الدراسات على نطاق أوسع قبل إمكانية النظر بشكل أكبر في تطبيق هذا العلاج.

ونشرت الدراسة في دورية «الانسيت للطب النفسي». «مرض مركزه الدماغ» وشملت الدراسة عدداً من النساء، تتراوح أعمارهن بين 21 عاماً و 57 عاماً، كن يعانين من فقدان الشهية لمدة 18 عاماً في المتوسط، وحاولن استخدام جميع طرق العلاج الأخرى المتاحة.

وكان هؤلاء النسوة يعانين من فقدان حاد للوزن، وقال الباحثون إن بعضهم يواجهون خطر الموت مبكراً بسبب هذا المرض.

وفي بداية الدراسة، وضعت أقطاب كهربائية في مناطق محددة من المخ يعتقد أن لها صلة بفقدان الشهية.

وفي غضون أشهر قليلة، شعر بعض المرضى بتحسن في أعراض الاكتئاب والتوتر. وبعد مرور 12 شهراً، زاد وزن عدد من المرضى.

وزاد متوسط مؤشر كتلة الجسم (وهو عبارة عن مقياس يعكس العلاقة بين الوزن والطول) لأفراد هذه المجموعة من 13.8 إلى 17.3 نقطة. ودرس الباحثون أشعة المسح الدماغية قبل وبعد عام

من التحفيز الكهربائي، وتوصلوا إلى حدوث تغييرات مستمرة في المناطق التي لها صلة بفقدان الشهية.

وقال الدكتور نير ليسمان، جراح الأعصاب في مركز سونيبروك للعلوم الصحية، «يبدو أن هذا العلاج يعمل بشكل جيد، ولا يوجد حالياً علاج فعال للأشخاص الذين يعانون من فقدان الشهية العصبي لفترة طويلة، (وهؤلاء هم الأشخاص الأكثر سقماً

والأكثر عرضة للموت جراء هذا المرض». وأضاف: «البحث الذي أجريته، والذي يستند إلى محاولات سابقة، هو واحد من أولى الاستراتيجيات التي تعتمد على الدماغ. وأظهر (البحث) أنه يساعد في (علاج) فقدان الشهية المزمن».

وتابع: «أمل أن تصبح قادرين من خلال هذا البحث على ترسيخ الفكرة بأن فقدان الشهية هو مرض مرتبط بالدماغ، وليس عليهم من خلال هذا العلاج».

أسرا تتعلق بالشخصية أو خيارات نمط الحياة». لكن الدكتور ليسمان أقر بأن العلاج لم يناسب جميع من خضعوا للتجربة.

«خطورة عالية» وأظهرت التجربة إصابة أحد المرضى بنوبات صرع لشهور عديدة بعد زرع القطب الكهربائي في الدماغ، بينما طالب الثمان آخرون بإزالة الأقطاب الكهربائية خلال التجربة.

وقال الدكتور كاري ماك آدمز، من جامعة «جنوب غرب تكساس الطبية»، في مقال له في نفس الدورية إن «هناك حاجة لمزيد من الأبحاث للتأكيد على فاعلية وسلامة (طريقة العلاج هذه) ونتائجها على المدى الطويل على عدد أكبر من الناس».

وقالت البروفيسورة ريبكا بارك، من الكلية الملكية للأطباء النفسيين، إنه «بالرغم من أن هذه النتائج مشجعة، فإنه يجب علينا تذكر أن التحفيز العميق لمريض فقد الشهية العصبي هو علاج تجريبي ينطوي على خطورة عالية».

وأضافت: «في أوكسفورد، نجري التجربة البريطانية الوحيدة المسجلة من هذا النوع». وأكدت أن «العنصر الرئيسي لبحثنا هو وضع معيار أخلاقي يضمن أن الأشخاص المعرضين للخطر لا يجري استقلالهم دون علمهم من خلال هذا العلاج».