

التدخين يضر العينين.. فهل يسبب العمى؟



وهو سبب مهم يدعو المدخنين إلى الإقلاع عن التدخين

باحث تركي: البلاد على مشارف أزمة سياسية واقتصادية خطيرة

شاهد.. نورس "داعشي" يفترس أرنباً مسكيناً دون مضغ! جثة طفل قهر هذا؟

الشاطئ تطل من جديد.. وعائلته "أي

يُعرّض ملايين الأشخاص ابصارهم للخطر باستمرارهم في التدخين، وفقاً لتحذير لأطباء عيون في المملكة المتحدة.

وعلى الرغم من العلاقة الواضحة بين التدخين وضرره على العين، إلا أن واحداً فقط من بين كل خمسة أشخاص في المملكة المتحدة يدرك أن التدخين يمكن أن يؤدي إلى العمى، وذلك وفقاً لاستطلاع أجرته الجمعية البريطانية لأطباء العيون.

موضوع يهيك ؟ نشرت منظمة الصحة العالمية، تقريراً أشارت فيه إلى أن عدداً كبيراً من الأشخاص يموتون سنوياً بسبب الأمراض الناتجة عن...الإقلاع عن التدخين .. استعن بالليوم صحة

ويقول المعهد الوطني الملكي للمكفوفين في بريطانيا إن خطر فقدان البصر عند المدخنين يزيد بمقدار الضعف مقارنة بغير المدخنين. وذلك لأن دخان التبغ يمكن أن يسبب ويقاقم عددا من أمراض العين. كيف يمكن أن يضر التدخين عينيك؟

يحتوي دخان السجائر على مواد

كيميائية سامة، يمكن أن تهيج أغشية العينين، وتؤديها. على سبيل المثال، يمكن للمعادن الثقيلة، مثل الرصاص والنحاس، أن تتجمع في عدسة العين، وهي الجزء الشفاف الذي يقع خلف بؤبؤ العين ويجلب أشعة الضوء إلى البؤرة، مما يؤدي إلى إعتام العدسة، فتصبح الرؤية غائمة. كما أن التدخين يمكن أن يزيد من مشاكل البصر المرتبطة بمرض السكري، وذلك عن طريق إتلاف الأوعية الدموية في الجزء الخلفي من العين (شبكة العين). كذلك يزيد احتمال إصابة المدخنين بمرض التنكس البقعي، المرتبط بتقدم العمر، بثلاث مرات مقارنة بغيرهم من غير المدخنين.

أما التنكس البقعي، فهو يمثل حالة تؤثر على الرؤية المركزية للشخص، ما يعني فقدانه للقدرة على رؤية التفاصيل الدقيقة للأشياء. كما أن المدخنين أكثر عرضة بنسبة 16 مرة من غيرهم للإصابة بفقدان مفاجئ للرؤية، بسبب الاعتلال العصبي البصري، إذ يتوقف تدفق الدم إلى العين.

أفضل الخطوات

من جهة أخرى، قالت الجمعية البريطانية لأطباء العيون إن التوقف عن التدخين، أو تجنبه، هو أحد أفضل الخطوات التي يمكنك اتخاذها لحماية البصر، إلى جانب إجراء فحوصات منتظمة للعين.

كذلك أكدت عايشة فضلاني، أخصائية أمراض العيون ومستشارة لدى الجمعية البريطانية لأطباء العيون: "يميل الناس إلى معرفة الصلة بين التدخين والسرطان، لكن الكثير منهم لا يدركون تأثير التدخين على العينين".

وتابعت: "التدخين يزيد من خطر حدوث ظروف تهدد البصر، مثل التنكس البقعي المرتبط بتقدم العمر،

بدون واي فاي..كوريا الشمالية تطلق هاتفها النقال المعتمد



كشفت كوريا الشمالية عن أحدث إنجازاتها في تكنولوجيا الهواتف الذكية عبر إطلاقها لهاتفها الذكي الخاص، المسمى (Pyongyang 2425)، والذي يعمل باستخدام تطبيقات معتمدة من الحكومة فقط، وغير قادر على

الاتصال بشبكة واي فاي لاسلكية خارجية. وتطور كوريا الشمالية تكنولوجيا الهواتف الذكية منذ زهاء خمس سنوات كجزء من خطط التحديث، وقد أصدرت بالفعل ثلاث علامات تجارية للهواتف الذكية المنتجة محلياً والمتاحة للشراء وهي: أيرانغ (Arirang)، وجيندالاي (Jindallae)، وبيونغ يانغ (Pyongyang).

ويحتوي الهاتف على جميع ميزات جهاز آيفون العادي، مثل تقنية التعرف على الوجه، والشحن اللاسلكي، والمعالج ثماني النوى؛ لكنه يعمل على الشبكة اللاسلكية الوطنية في كوريا الشمالية المسماة (Mirae)، وهي شبكة مملوكة للدولة توفر المحتوى المعتمد من الحكومة فقط.

ويتعذر على الهاتف الاتصال بأي شبكة واي فاي أو اتصال أجنبي، ويمنع المستخدمين من فتح الصور ونغمات الرنين التي تأتي مع الهاتف بشكل قياسي.

وبالرغم من إصرار كوريا الشمالية على التمسك بفلسفة الحكم الذاتي والاعتماد على نفسها، لكن يبدو أن الهاتف مُصنع في الصين، وذلك وفقاً لرقمه المتسلسل.

وترغم خدمة الأخبار الكورية الجنوبية

أشياء يفضلها المغامرون بأيفون وساعة آبل الذكية



تبدأ هواتف آيفون، و"ساعة آبل الذكية" Apple Watch، أولى مراحل تصنيعها داخل مختبرات آبل في مدينة كوبرتينو Cupertino بولاية كاليفورنيا الأميركية، وتُجمع داخل مصنع معقم لا تَجَل لوجود ذرة غبار فيه، أو حتى بصمات الأصابع.

تضم الإصدارات الجديدة من هواتف آيفون وساعة آبل الذكية العديد من الميزات التي تجعل مغامر آتك أكثر متعة، لذلك سنستعرض اليوم بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها باستخدام هذه الأجهزة في رحلات المغامرة حيث لا تكون إشارة الشبكة متاحة غالباً.

يؤدي وجودك في مغامرة برية حتماً إلى تعرض الساعة للمطر، والعرق، والماء من كل جانب، وتشتهر ساعة آبل الذكية بأنها جيدة للمباحين، ولذلك يمكنها النجاة من مطول الأمطار، أو السقوط في بحيرة، بفضل دعمها ميزة مقاومة المياه والغبار.

في حين أن هواتف آيفون لا تزال غير مقاومة للماء بنسبة 100% من الناحية الفنية، لكن حتى الآن لم تواجه أي مشاكل عبر الأمطار الغزيرة، أو حتى عند الوقوع في أي سطح مائي ضحل.

دعنا نتساءل، ماذا كان يفعل المسافرون فيما مضى قبل تطوير نظام تحديد المواقع العالمي «GPS»؟ كانوا يستخدمون خريطة ورقية، أو يعتمدون على البوصلة. وبالرغم من أن هذه الأدوات لا تزال مفيدة للغاية حتى الآن، إلا أن هواتف آيفون وساعة آبل الذكية قد

iCloud، لتصل إليها بسهولة من أي جهاز آخر. أضافت آبل تحسينات هائلة إلى عمر البطارية في هواتفها الجديدة، فإذا كنت تستخدم هاتف iPhone 6s القديم، وانتقلت لهاتف iPhone XR الجديد، ستحصل على عمر البطارية، إذ أكد على ذلك عشاق المغامرات الذين استخدموا الهاتفين في رحلاتهم.

فمع هاتف iPhone XR لم يكن هناك أي قلق حول البطارية بل ساعدتهم في التقاط كل الصور التي يريدونها، وتتبع المسارات، والاتصال بشبكة خلوية عند توفرها.

أيضاً ميزة «Live Photos» التي تنتج لك التقاط الذكريات لحظة وقوعها من خلال صور متحركة مصحوبة بالصوت مدتها 3 ثوانٍ، ويتيح لك وضع HDR التقاط عدة صور بدرجات ألوان مختلفة ودمجها تلقائياً، حتى تحصل على صورة واحدة رائعة تجمع بين التفاصيل في كل من الظل والضوء.

ويساعدك وضع «التصوير المتتابع» Burst، في التقاط صور متعددة دفعة واحدة حتى يصبح لديك عدد كبير من الصور للاختيار من بينها، كما يمكنك مزامنة كل الصور التي تلتقطها عبر "آي كلاود"،

إعداداتها المختلفة، كما تدعم عدداً كبيراً من أوضاع التصوير التي تساعدك على التقاط اللحظات الرائعة في رحلات المغامرة باحترافية عالية.

فعلى سبيل المثال عندما تجد نفسك وسط مناظر طبيعية خلابة، وتخشى ألا تتمكن من التقاط صورة للمشهد بأكمله في صورة واحدة، يمكنك استخدام وضع «بانوراما» Pano للحصول على صورة مذهلة بزواية واسعة، وهو وضع ممتاز للتصوير عند سلاسل الجبال، والشلالات، والأشجار العملاقة، أو غيرها من المناظر الطبيعية.

كما تدعم كاميرا هواتف آبل

فتحتحاً بعداً جديداً بالكامل للمسافرين بعد أن أصبح نظام «GPS» متاحاً في "وضع الطيران" Airplane Mode، وهو الوضع الذي يُعرف باسم وضع عدم الاتصال.

تجدر الإشارة إلى أن خرائط Apple Maps تتيح هذه الميزة فقط للمسفر بالسيارات، لكن مطوري التطبيقات طوروا بعض الأدوات المذهلة التي توفر هذه الميزة أثناء التجول.

لا شك أن هواتف آيفون تتمتع بكاميرا رائعة، حيث تحاول آبل دائماً التركيز على جودة الكاميرا، ودعمها بميزات أكثر. تتمتع كاميرا هواتف آيفون بسهولة التعامل مع جميع

تدهور متواصل في قدرات التفكير ووظائف الدماغ وفقدان الذاكرة.

ويتطور المرض تدريجياً لفقدان القدرة على القيام بالأعمال اليومية، وعلى التواصل مع المحيط، وقد تتدهور الحالة إلى درجة انعدام الأداء الوظيفي.

فيما يزيد معدل انتشار الخرف بشكل كبير مع التقدم في العمر، حيث يؤثر على 5% من السكان الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً، وتصل النسبة إلى 50% عندما تصل أعمارهم إلى 90 عاماً.

أما أدوية الستاتين فهي مجموعة علاجية تعمل على خفض كمية الكوليسترول في الدم، التي قد تسبب في تشنج وضيق في الشرايين.

وكانت دراسات سابقة كشفت أن أدوية الستاتين يمكن أن تخفف الوفيات الناجمة عن الإصابة بسرطانات الرئة والخصي والبروستاتا والأمعاء، وتوفير حماية ضد مجموعة عقب العمليات الجراحية المختلفة، ذلك حمى التيفويد والمالاريا والسالمونيلا.

تتحول لعلاج فعال لتسريع عملية النّثام الجروح عقب العمليات الجراحية المختلفة، خاصة لدى المرضى الذين خضعوا لجراحة في القلب.

لدى مرضى الخرف الشديد، مقارنة مع غير المصابين بالخرف.

موضوع يهيك ؟ أفادت دراسة نرويجية حديثة أن العناية بالأسنان، وغسلها بشكل منتظم يمكن أن يقي من أمراض اللثة التي تقود لخطر الإصابة بمرض...صدق أو لا..

العناية بالأسنان تقيك من خطر الزهايمر صحة من جهتها، قالت الدكتورة سارة جارسيا من معهد كارولينسكا بالسويد، شارك بالدراسة عدد كبير من مرضى الخرف، ما يعني أن المرضى لم يتم اختيارهم بصورة عشوائية للعلاج كما لو كانوا في تجربة سريرية، ولهذا السبب، يمكننا إظهار العلاقة بين الأدوية الخافضة للكوليسترول وانخفاض معدلات الوفاة بين مرضى الخرف.

وأضافت أن نتائجنا مشجعة وتشير إلى أن المرضى الذين يعانون من الخرف يستفيدون من العقاقير الخافضة للكوليسترول إلى حد مماثل للمرضى الذين لا يعانون من الخرف.

مرض الخرف، هو حالة شديدة جداً من تآثر العقل بتقدم العمر، وهو مجموعة من الأمراض التي تسبب ضموراً في الدماغ، ويعتبر الزهايمر أحد أشكالها، ويؤدي إلى

أفادت دراسة سويدية حديثة بأن العقاقير الخافضة للكوليسترول، التي يطلق عليها أدوية الستاتين (statins)، يمكن أن تخفف خطر الوفاة والإصابة بالسكتة الدماغية لدى مرضى الخرف.

أجرى الدراسة باحثون بمعهد كارولينسكا السويدي، وعرضوا نتائجها، الاثنين، أمام مؤتمر الأكاديمية الأوروبية لطب الأعصاب الذي يعقد في الفترة من 29 يونيو / حزيران الماضي إلى 2 يوليو / تموز الجاري في أوسلو والنرويج.

وللوصول إلى نتائج الدراسة، راقب الفريق 44 ألفاً و920 مريضاً بالخرف في السويد، بين عامي 2008 و2015، حيث راقبوا استخدامهم لأدوية الستاتين.

ووَجِدوا أن من يستخدمون العقاقير الخافضة للكوليسترول ينخفض لديهم خطر الوفاة الناجمة عن العديد من الأسباب المرضية بنسبة 22%.

كما وَجِدوا أن من يستخدمون تلك العقاقير انخفض لديهم خطر الإصابة بالسكتة الدماغية بنسبة 23%، مقارنة مع من لا يستخدمون تلك الأدوية.

يذكر أنه عادة ما تزيد معدلات الإصابة بالسكتة الدماغية بما يزيد عن 3 أضعاف لدى مرضى الخرف المعتدل، و7 أضعاف

بشرى لمرضى الخرف.. أدوية الكوليسترول تفيدكم!

