



منها 3451 حالة وفاة. وتعتبر الصين وكوريا الجنوبية وإيطاليا وإيران هي الأكثر تضررا.

طريقة اختبار الدم بعد. وبلغت عدد حالات الإصابة بالفيروس التاجي في العالم اليوم 101.000 حالة،

يكن دقيقاً بما فيه الكفاية، أملة في تطوير اختبارها الخاص. كما أن إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) لم توافق على

## اختبار منزلي جديد يكشف «كورونا» في 15 دقيقة فقط

في المرحلة الأخيرة، وثلاثة خطوط تعني أن المريض إيجابي لكلا النوعين من الأجسام المضادة. ورغم أنه تم تشخيص حالات مصابة بكورونا في كل من الصين وإيطاليا باستخدام هذا الاختبار، إلا أن بريطانيا رفضت التعامل به. وتستغرق حاليا الاختبارات التي تستخدمها «الصحة العامة في إنجلترا» من 24 إلى 48 ساعة ليقرأها أخصائي في المختبر. في ذلك الوقت، يمكن للمرضى المشتبه بإصابتهم بالفيروس القاتل أن يثيروا الجرائيم لأشخاص آخرين. وأكدت دائرة «الصحة العامة في إنجلترا» أنها لم تستخدم اختبار الدم المتقدم لأنه لم

التحليل، الذي يبلغ حجمه حجم جهاز Apple TV أو جهاز التحكم عن بعد Roku، جنباً إلى جنب مع بعض العازلة، و ينتظر 15 دقيقة. ويتم عرض النتائج بطريقة مماثلة لتلك الموجودة في اختبار الحمل في المنزل. ولكن بدلاً من الإجابة بـ «نعم» أو «لا»، يمكن أن تكشف في أي مرحلة من المرض يعاني الشخص المصاب. خط واحد يعني سلبي، خطان بعيدان عن بعضهما البعض يعني أن العينة تحتوي على أجسام مضادة يبدأ الجسم في صنعها بعد وقت قصير من الإصابة. خطان أقرب من بعضهما البعض يعني أن الشخص إيجابي بالنسبة للأجسام المضادة

ظهر اختبار منزلي جديد يزعم مستعملوه أنه يكشف الإصابة بفيروس كورونا خلال 15 دقيقة فقط. ويتم عرض النتيجة بطريقة مماثلة لتلك التي يظهرها اختبار الحمل في المنزل. وأعلنت BioMedomics في 5 مارس الجاري أن اختبارها «السرير والسهل» جاهز ويتم استخدامه في كوريا الجنوبية واليابان وإيطاليا والصين وبعض دول الشرق الأوسط. وقالت دراسة أجرتها المؤسسة أن الاختبار أنتج استجابة صحيحة بنسبة 80 في المائة. ويسمى الاختبار Igm / IgG السريع، ويأخذ عينة دم من خلال وخز إصبع الإنسان أو الوريد، يقوم الشخص بحقنها في جهاز

## 3 فيتامينات إضافتها في نظامك الغذائي يعالج تساقط الشعر



نادراً ما يكون تساقط الشعر علامة على وجود حالة مرضية خطيرة، لكن فقدان الكثير من الشعر بشكل سريع نسبياً قد يؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس. وينبع جزء من فقدان الثقة بالنفس والشعور باليأس من أن تساقط الشعر حالة لا مفر منها، لكن الأدلة تشير إلى أنه يمكن التحكم في تساقط الشعر عن طريق إضافة فيتامينات محددة إلى النظام الغذائي اليومي، وهي:

3 - فيتامين (هـ) أو E: على غرار فيتامين (سي)، فإن فيتامين (هـ) هو أحد مضادات الأكسدة التي يمكن أن تمنع الإجهاد التأكسدي، وفي إحدى الدراسات، شهد الأشخاص الذين يعانون من تساقط الشعر زيادة بنسبة 34.5% في نمو الشعر بعد تناولهم فيتامين (هـ) لمدة ثمانية أشهر. وتعد بذور عباد الشمس واللوز والسبانخ والأفوكادو مصادر جيدة لفيتامين (هـ).

بصيلات جديدة، وهي المسام الصغيرة في فروة الرأس حيث يمكن أن ينمو شعر جديد. ويعتقد أن فيتامين (د) يلعب دوراً في إنتاج الشعر، إلا أنه لا يعرف حتى الآن ما هو الدور الفعلي لفيتامين (د) في نمو الشعر. وبينما يمتص الجسم فيتامين (د) بشكل طبيعي من خلال التعرض المباشر لأشعة الشمس، إلا أنه يمكن الحصول عليه أيضاً عن طريق الأسماك الدهنية وبعض الفطر.

أيضاً على امتصاص الحديد، وهو معدن ضروري لنمو الشعر. ومن الأطعمة الغنية بفيتامين (سي)، نجد الفراولة والحمضيات. 2 - فيتامين (د): يرتبط انخفاض نسبة «فيتامين الشمس» بالإصابة بالصلبة، وهو مصطلح طبي يطلق على أحد أمراض المناعة الذاتية الذي يتم فيه فقدان الشعر. وتظهر الأبحاث أن فيتامين (د) قد يساعد في إنشاء

## بسبب كورونا.. تأجيل الاحتفاء بالرباط عاصمة للثقافة الأفريقية



وسبق ذلك إعلان وزارة الصحة المغربية، الاثنين الماضي، تسجيل أول حالة إصابة مؤكدة بفيروس كورونا، مشيرة أن الحالة لمواطن مغربي، يقيم في إيطاليا. وأضافت الوزارة في بيان: «الحالة إصابة مؤكدة بالفيروس لمواطنة مغربية (89 عاماً) قادمة من إيطاليا، الخميس، وهي في حالة حرجة كونها مصابة بمرض مزمن»، بحسب ما أفاد مدير مصلحة الأوبئة بوزارة الصحة.

وقرر المغرب، الخميس، تعليق الأنشطة الثقافية والرياضية التي يشارك فيها أجنب، وإقامة المباريات الرياضية دون جمهور، تحسباً لانتشار فيروس كورونا. وجاء القرار عقب الإعلان عن ثاني حالة إصابة مؤكدة بالفيروس لمواطنة مغربية (89 عاماً) قادمة من إيطاليا، الخميس، وهي في حالة حرجة كونها مصابة بمرض مزمن»، بحسب ما أفاد مدير مصلحة الأوبئة بوزارة الصحة.

أفادت لجنة عواصم الثقافة الأفريقية، السبت، أنه تقرر تأجيل الإطلاق الرسمي للاحتفاء بالرباط عاصمة للثقافة الأفريقية، الذي كان من مقبلاً يوم 26 مارس الجاري، إلى تاريخ لاحق. وأوضحت اللجنة في بيان لها أن هذا القرار اتخذ تماشياً مع التدابير المتخذة من طرف السلطات المغربية، في إطار مكافحة خطر انتشار فيروس كورونا، حسبما نقلت وكالة الأنباء السعودية «واس».

## انتشار فيديو يزعم ظهور بركان في السعودية.. والسلطات توضح



لمحافظة خيبر. وقال المتحدث الإعلامي بمدني المدينة المنورة: «إن الحريق عبارة عن اشتعال وتصادع أدخنة من مخلفات حيوانية مطمورة تحت الأرض تم إشعالها بمصدر خارجي، حيث سبق وأن تمت مباشرة حوادث مماثلة في أوقات مختلفة في ذات الموقع». وبين المتحدث أنه سبق وقوف لجنة مشتركة من الدفاع المدني وهيئة المساحة الجيولوجية على المسالة، وثبت لها أنها مخلفات حيوانية.

أوضحت السلطات في السعودية، السبت، حقيقة الفيديو الذي انتشر على مواقع التواصل الاجتماعي، ويظهر فيه اشتعال نار وتصادع أدخنة من كهف يقع بمحافظة خيبر. وأشارت مديرية الدفاع المدني بمنطقة المدينة المنورة في بيان لها حول مقطع الفيديو المتداول ويظهر فيه اشتعال نار وتصادع أدخنة من كهف أم الجرسان، بأنه تمت مباشرة فرقة إطفاء إلى الموقع المتواجد على بعد 40 كيلو متر شرق مركز التمد التابع

## تحذير.. أكثر من مليار جهاز أندرويد عرضة للاختراق

المحررة الصحفية في شؤون التقنية كايت بيفان إنه ينبغي أن يكون المستخدمون قادرين على الاعتماد على هواتف تحظى بفترات دعم أطول لأجهزتهم الذكية. وأضافت إن من دواعي القلق الشديد أن «أجهزة أندرويد الباهظة الثمن لها عمر افتراضي قصير قبل أن تفقد دعمها الأمني، مما يترك ملايين المستخدمين معرضين لخطر عواقب وخيمة إذا وقعوا ضحية للمتسللين». وتابعت قائلة: «يجب أن تكون غوغل وشركات تصنيع الهواتف الذكية على علم مسبق بالتحديثات الأمنية، بمعلومات واضحة حول المدة التي ستستغرقها وما الذي يجب على العملاء فعله عند نفاذها». ودعت بيفان الحكومات للمضي قدماً في وضع تشريعات لضمان أن يكون المصنعون أكثر شفافية بشأن التحديثات الأمنية للأجهزة الذكية وتأثيرها على المستهلكين.

ورداً على التقرير، قال المتحدث باسم غوغل إن الشركة «ملتزمة بتحسين مستوى الأمان لأجهزة أندرويد بشكل يومي». وأضاف «تقدم تحديثات الأمان مع إصلاح الأخطاء وغيرها من أشكال الحماية كل شهر، ونعمل باستمرار مع شركاء الأجهزة لضمان حصول مستخدمي أندرويد على تجربة سريعة وأمنة مع أجهزتهم».



أو إس»، إصدارات جديدة من نظامي التشغيل سنويا، ويعقبها تحديثات دورية أصغر لعدة سنوات بعد إصلاح أي مشكلات أخرى موجودة في أحدث نسخة من نظام التشغيل. ووفقاً لتقرير صادر عن منظمة «ويتش»، فإن الطرز القديمة من هواتف موتورولا وسامسونج وسوني وإل جي معرضة لخطر الاختراق والتسلل بسبب ضعف التحديثات الأمنية أو عدم وجودها، كما أنها تحتوي على نقاط ضعف وخلل أمني. وقالت منظمة «ويتش»: «إن أي شخص يستخدم هواتف أندرويد صنعت عام 2012 أو قبل، بما فيها الأجهزة الأكثر شعبية مثل «غالاكسي إس 3» وتعليقاً على ذلك، قالت

أما أنظمة التشغيل القديمة للهواتف الذكية، وغالبا تلك التي يزيد عمرها على عامين، فإنه لا يمكنها الحصول على التحديثات الأمنية، حيث تشجع الشركات مثل غوغل المستخدمين للحصول على النسخة الأحدث من نظام التشغيل بدل البحث عن التحديثات لنظام التشغيل القديم، من أجل ضمان عدم تعرض هواتفهم للاختراقات الأمنية ولهجمات المتسللين.

وكشف تقرير صادر عن منظمة «ويتش»، وهي منظمة بريطانية غير ربحية تعنى بحقوق المستهلكين، أن حوالي 40 في المئة من مستخدمي أندرويد يقومون بتشغيل إصدارات قديمة من نظام التشغيل، وأن أجهزتهم لم تعد تتلقى تحديثات أمنية مطلوبة من غوغل. ويعد أندرويد نظام التشغيل الأكثر شعبية في العالم، ونتيجة لذلك، تقول مجموعة «ويتش» إن هناك مليار من مستخدمي الهواتف الذكية يأتوا عرضة لخطر سرقة بياناتهم وللهجمات الإلكترونية الأخرى. وفقاً لإحصائيات غوغل للعام 2019، هناك أكثر من 2.5 مليار جهاز نشط في العالم، تعمل بنظام التشغيل أندرويد.

### حماية الهواتف

وجرت العادة أن تصدر كل من غوغل وأبل، وهما الشركتان اللتان طورتا أكثر أنظمة تشغيل الهواتف الذكية شعبية في العالم «أندرويد» و«آي