علماء يعتبرون زيت جوز الهند من الدهون المشبعة الضارة بالصحة

قال خبراء أمريكيون متخصصون في أمراض القلب إن زيت جوز الهند من المكونات غير الصحية للغذاء تماما مثل دهون اللحم البقري والزبدة.

وقالت جمعية القلب الأمريكية، في أحدث الإرشادات الطبية التي أصدرتها، إن زيت جوز الهند يحتوي على دهون مشبعة، تؤدي إلى ارتفاع نسبة الكوليسترول الضار في الدم، مضيفة ان هذه النسبة تبلغ 82 %، وهي نسبة تتجاوز الدهون المشبعة في الزبدة، ودهون اللحم البقري، ودهن الخنزير التي تبلغ 63، و50، و39 في المئة على الترتيب.

ويُباع زيت جوز الهند على أنه طعام صحي ويزعم البعض أن الدهون التي يحتوي عليها أفضل من الدهون المشبعة، لكن الجمعية الأمريكية للقلب قالت إنه لا وجود لأدلة علمية على ذلك. مؤكدة على أهمية التحكم في كمية الدهون المشبعة التي نتناولها في غذائنا، وأن نستبدلها بدهون غير مشبعة توجد في بعض الزيوت النباتية، مثل زيت الزيتون، وزيت دوار الشمس.

مواقيت الصلاة	فجر	شروق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
	03:13	04:48	11:49	03.23	06.50	08:22

البحر	أعلى مد	أدنى جزر
	17،27	00،27
	07،03	13،18

الطقس	العظمى	الصغرى
	47	32

في الصميم

تأتي كلمة سمو أمير البلاد التي عودنا على القائها – حفظه الله – في العشر الأواخر من رمضان كخارطة طريق يرسم خلالها جهوده وأجهزة الدولة في ما يرضي الله أولا ثم ما يحقق مصلحة الوطن والمواطن.. كما يؤكد من خلالها جهوده الإنسانية في انقاذ الإنسان الذي يعاني في جميع بقاع العالم بالإضافة إلى جهوده الديبلوماسية في رأب الصدع الخليجي وتبوؤ الكويت المكانة الدولية في نشر السلام.. حفظه الله ورعاه وابقاه ذخرا لوطنه وشعبه والداً للجميع وقائدا يوجه سفينتنا إلى بر الأمان.

Retweet

May Al Thaher @ladyattorny

ولا واحد بريئ ... حسبي الله عليهم المجرمين كل واحد وظيفه شكبرها وياخذ من خير الكويت واخرتها ولاءه مو حق ديرته #خلية العبدلي

د. طارق العلوي @DrTariqAlalawi

الأحكام التي صدرت بحق #خلية العبدلي، هي إدانة نهائية لإيران بتورطها في «الإرهاب» ضد الكويت.. رغم أن الكويت لم تضر إيران بشيء!

HR. عبدالمحسن العماش @abdulmohsen1995

#خلية العبدلي دليل ثابت و قطعي انكم اتباع لايران

@Alwasatkuwait

رئيس فنزويلا يهاجم «تويتر» بعد إغلاق حسابات حكومته

الرئيس الفنزويلي نيكولاس مادورو وسط مجموعة من أنصاره

قال الرئيس الفنزويلي نيكولاس مادورو يوم السبت إن تويتر يمثل «تعبيرا عن الفاشية» بعدما أغلقت الشركة حسابات حكومته متهما الشركة الأمريكية بأنها تضطهد أتباعه.

وأحد حسابات تويتر التي تم إغلاقها تعود لراديو ميرافلوريس وهي محطة أنشأها مادورو تبث من قصر الرئاسة ومن بين برامجها برنامج موسيقى الصلصة الذي يستضيفه الرئيس.

وقال مادورو في تجمع بثه التلفزيون «عطل تويتر ألوف الحسابات في فنزويلا اليوم... ببساطة لكوننا تشافيزيين في إشارة إلى أنصار الزعيم الاشتراكي الراحل هوجو تشافيز.

وكان تشافيز رائدا بين السياسيين في استخدام تويتر حيث كان له ملايين المتابعين وكان في كثير من الأحيان يعلن أنباء على تويتر. وحتى يومنا هذا يتجاوز عدد متابعي تشافيز عدد متابعي مادورو على تويتر حيث كان يتابع تشافيز أربعة ملايين متابع في حين يتابع مادورو ثلاثة ملايين.

وحث مادورو صحفيا مؤيدا للحكومة على نشر صور لمدير تويتر في فنزويلا ليظهر للناس «من المسؤول عن التلاعب». ولم يتضح بعد ما إذا كان لتويتر موظفين في فنزويلا.

ولم ترد جهات اتصال وسائل الإعلام الموجودة على موقع شركة تويتر على بريد إلكتروني يطلب التعليق. ولا تصنف الشركة كراكاس من بين المدن التي يوجد بها مكاتب دولية لها. ولم يتضح سبب تعليق الحسابات أو عدد الحسابات التي تأثرت. وقال وزير الاتصالات والمعلومات إرنستو فيلجاس في وقت سابق إن 180 حسابا أغلقت.

الكرواتيون يستخدمون القوارب البدائية وسيلة للتنقل في «زادار»

يحافظ الكرواتيون في مدينة «زادار» الساحلية، جنوبي البلاد، على استخدام القوارب البدائية، للتنقّل بين ضفتي ممر مائي من البحر الأدرياتيكي، يخترق المدينة، ويجعل جزءًا منها على شكل شبه جزيرة صغيرة.

وتسير تلك القوارب الصغيرة بين ضفتي الممر المائي، منذ القرن الرابع عشر، وتوارثت الأجيال ذلك التقليد إلى اليوم.

وتعتبر المسافة التي تربط بين شبه الجزيرة واليابسة، أقصر ممر بحري في العالم، وتطلق على رحلات القوارب التي تنظّمها عائلات معينة، اسم «باركوجولي».

ويبلغ طول الممر البحري الواصل بين مدينة زادار وشبه الجزيرة، 72 متراً فقط، يقطعه الركاب على متن القوارب الأثرية بنحو دقيقتين.

وخلال العقود السابقة كانت رحلات القوارب تُنظّم بغرض نقل الركاب والبضائع التجارية، وتُنظّم حالياً بهدف السياحة، ومواصلة استحضار الماضي والحفاظ على تراث المدينة.

ورغم إنشاء الحكومة الكرواتية عدداً من الجسور الواصلة بين ضفتي الممر، إلّا أنّ العديد من السكان يفضلون ركوب القوارب في تنقلاتهم، بغض النظر عن حالة الطقس.

القوارب البدائية وسيلة للتنقل

وقال «سيمي غريكوف» قائد أحد تلك القوارب لوكالة أنباء «الأناضول»، إنه «منذ 4 أعوام يزاول مهنته التي ورثها من آبائه وأجداده».

وتابع غريكوف قائلاً: «هناك عدة أسر في المدينة تحافظ على هذا العمل التراثي، وفي زمن الحرب العالمية الأولى، قامت النساء بمهمة قيادة القوارب، بسبب التحاق الذكور بالجيش».

وتمتلك كرواتيا ثاني أطول ساحل على البحر الأدرياتيكي، بعد إيطاليا، كما تطل على البحر دول سلوفينيا والبوسنة والهرسك والجبل الأسود وألبانيا.

السدود قد تتسبب بجفاف مناطق واسعة من الأرض!

أكد عدد من علماء البيئة أنهم توصلوا إلى نتائج تظهر تأثير التوسع في بناء السدود على حرمان مناطق واسعة من الأرض من المياه.

ووفقا للخبراء فإن «أكثر من ربع سكان العالم يعانون اليوم من نقص الموارد المائية بسبب التوسع الكبير في بناء السدود، و حجم الإنفاق الدولي على عملية بناء تلك المنشآت وصل إلى 2 ترليون دولار في السنوات العشر الأخيرة».

وتشير الإحصائيات إلى أن «أكثر من 23% من سكان الأرض فقدوا القسم الأكبر من الموارد المائية اللازمة لسقاية الأراضي الزراعية، بعد التوسع الذي شهده العالم في عملية بناء السدود، بينما يستفيد من هذه السدود نسبة أصغر من الناس، الأمر الذي يشكل مؤشرا خطيرا على النظام البيئي في العالم».

السدود تحرم مناطق واسعة من المياه

وأشار الخبراء في مثال لتأثير السدود على مناطق واسعة من العالم، إلى الكوارث التي تسبب بها بناء السدود على النهر الأصفر، والتي أدت إلى جفاف مناطق كبيرة شمال الصين، فضلا عن تلك التي بنيت على نهر الغانج بالهند، والتي تسببت بجفاف أراض كثيرة على ضفافه، والتي بنيت على طول نهر الفرات بتركيا والتي أدت لنقص المياه في مناطق حوض الفرات في العراق وسوريا.

وبالنظر إلى كل تلك الآثار البيئية، توصل الخبراء إلى أن السدود قد تكون مفيدة لبعض المناطق في العالم، لكنها تلحق الكوارث بالمناطق الأخرى.

باحثون يطورون اختباراً جديداً للدم يحدد مرضى الإنفلونزا المحتاجين لرعاية طبية مستعجلة

طور الباحثون اختبارا جديدا للدم، يمكن أن يحدد مرضى الإنفلونزا الذين يحتاجون إلى رعاية طبية مستعجلة.

ويتطلب هذا الاختبار قطرة دم واحدة فقط، حيث يقيس إشارات الإنذار المبكر للعدوى، التي تستهدف الجهاز المناعي في البداية.

ويقول الباحثون إن اختبار الدم الجديد، يستطيع التنبؤ بالمرضى المعرضين لتطور العدوى الثانوية المميتة، مثل الالتهاب الرئوي.

وحصل الاختبار المسمى «شاشة اختبار الإنفلونزا عالية الخطورة» (HIST)، على براءة اختراع، حيث يتطلب قطرة من الدم وساعات قليلة للتنبؤ إذا ما كان مرضى الإنفلونزا أكثر عرضة لخطر العدوى الثانوية القاتلة، بدقة تبلغ 91%. وطُوّر هذا الاختبار من قبل الدكتور، بيجامن تانغ، ومجموعة من الباحثين، في معهد Westmead للأبحاث الطبية في أستراليا، حيث كان يعمل على تطوير معظم المعدات المتاحة، في مختبرات علم الأمراض.

وتجدر الإشارة إلى أن الأطباء في السابق كانوا قادرين على إجراء اختبار الدم، للكشف عما إذا كان الشخص مصابا بعدوى الإنفلونزا فقط، ولكنهم لم يعرفوا ما إذا كان عرضة لخطر الإصابة بالعدوى القاتلة.

الناشر: دار الأخبار للصحافة والنشر والتوزيع «ذ.م.م.»
بدالة: 24645000
إدارة التحرير
هاتف: 123 – 24645315 – فاكس: 24645145
E-mail: editorial@alwasat.com.kw
إدارة الإعلان
هاتف: 24645269 – فاكس : 24645146
E-mail: advertising@alwasat.com.kw
إدارة التوزيع والاشتراكات
هاتف: 24645127 – فاكس : 24645146
اشتراك الأفراد 40 د.ك - اشتراك الوزارات 75 د.ك
إدارة التسويق والعلاقات العامة
هاتف: 24645269 – فاكس: 24645146
E-mail: marketing@alwasat.com.kw