# الوسط

كلمة صادقة.. لخير الكويت

الأربعاء 19 جمادى الآخرة 1439 هـ/ 7 مارس 2018 – السنة الحادية عشرة – العدد 3141

16 صفحة ـ 100 فلس

رئيس التحرير: عدنان محمد الوزان

www.alwasat.com.kw


## الأنظمة الغذائية منخفضة الدهون جيدة

قال باحثون أمريكيون إن النظام الغذائي المنخفض الكربوهيدرات يساعد في خسارة الوزن مثل النظام الغذائي المنخفض الدهون، وذلك بعد إجراء دراسة مقارنة شملت أكثر من 600 مشارك. وقال العلماء في تقرير صدر في مجلة الجمعية الطبية الأمريكية (جاما) إن التركيب الجيني واستقلاب الأنسولين للأفراد لا يؤثر على نتيجة أي من النظامين الغذائيين. ولايزال العلماء مقتنعين أن هناك سمات شخصية يمكنها توفير معلومات بشأن أي نظام غذائي يلائم أكثر شخصا بعينه. ويأملون في التوصل للمزيد في الدراسات التالية. قام الفريق تحت إشراف كريستوفر جاردنر من كلية الطب بجامعة ستانفورد بتقسيم المشاركين البالغ عددهم 609 إلى مجموعتين، حيث تناول بعضهم أطعمة منخفضة الدهون لمدة عام فيما استمر الآخرون على نظام منخفض الكربوهيدرات.

| مواقيت الصلاة | فجر | شروق | ظهر | عصر | مغرب | عشاء |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 04:48 | 06:07 | 11:59 | 03.20 | 05.51 | 07:09 |

| البحر | أعلى مد | أدنى جزر |
|---|---|---|
| | 14:55<br>03:18 | 08:59<br>21:25 |

| الطقس | العظمى | الصغرى |
|---|---|---|
| | 33 | 16 |

## في الصميم

مسابقة ملكة جمال المحجبات مسخرة عربية وإهانة لأمر فرضه الله على النساء.. الحجاب أكثر من قطعة قماش تغطي بها المرأة رأسها فهو غطاء لكل جسدها وأخلاق وأسلوب حياة قائم على الاحتشام.. شوية وعيّ!

## Retweet

سعاد فهد المعجل @suadalmojel

أن تموت جوعاً وأنت حر خير من أن تعيش عبداً وأنت سمين.

Aziz Alqenaei @Azizalqenaei

لن تستطيع المجتمعات العربية الولوج إلى المستقبل إلا بسيادة مفاهيم العقل والحرية، وليس بتكرار مقولات وفقه الماضي، ففي مجتمعاتنا لا تنبت الديمقراطية ولم يتأنسن الإنسان لأننا إلى اليوم لم نبني عقلاً حديثاً يستمد إلهامه من واقعه المعاصر

Bo Rashed @ThamerAlarboud

اللهم اقصف من كان السبب في قصف الأبرياء في الغوطه بسوريا وبدد قوته واجعل ملائكة العذاب يتولون امره بسوط من عذابك القوي المتين

@Alwasatkuwait

## فرانسيس مكدورماند تستعيد تمثال الأوسكار بعد فراق قصير بسبب السرقة

«بعد فراق قصير.. التأم شمل فرانسيس مكدورماند وتمثال الأوسكار حيث احتفلا بتناول شطيرة برجر مزدوجة بالجبن من إن آند أوت».. هذا ما صرح به سايمون هولز وكيل أعمال النجمة في بيان مشيرا إلى مطعم (إن آند أوت) للوجبات السريعة.

وكانت مكدورماند الفائزة بجائزة أوسكار أفضل ممثلة يوم الأحد الماضي اكتشفت اختفاء تمثال الأوسكار بعد أن وضعته على المنضدة خلال احتفال باذخ أقيم في هوليوود بعد انتهاء حفل توزيع الجوائز.

وقالت شرطة لوس انجليس يوم الاثنين إنها ألقت القبض على تيري برايانت (47 عاما) ووجهت له تهمة السرقة من الدرجة الأولى واشترطت كفالة حجمها 20 ألف دولار لإطلاق سراحه. واستردت الشرطة تمثال الأوسكار وأعادته لمكدورماند.

وكان برايانت بث تسجيل فيديو له وهو يرتدي حلة توكسيدو ممسكا بتمثال الأوسكار ويقول لضيوفه إنه الفائز.

ولم يتضح بأي صفة حضر الحفل إلا أن الشرطة قالت إنه كان يحمل تذكرة.

وحصلت مكدورماند (60 عاما) على أوسكار أفضل ممثلة عن دورها في فيلم (ثري بيلبوردز أوتسايد إيبينج ميزوري) وهي المرة الثانية التي تفوز فيها بالأوسكار.

فرانسيس مكدورماند بعد فوزها بجائزة أوسكار أفضل ممثلة في هوليوود

## الإفراط في تناول الملح يضر الدماغ

تضر الحمية الغذائية الغنية بالملح بالدماغ جدا حتى عندما لا يعاني الشخص من ارتفاع ضغط الدم.

أظهرت نتائج دراسة أجريت على الفئران المخبرية، أن الحمية الغذائية ذات ملوحة عالية تقلل من كمية الدم المتدفق إلى الدماغ وسلامة الأوعية الدموية. كما أنها تقلل من القدرات المعرفية.

وجاء في الدراسة التي نشرها باحثون في «Neuroscience» أن هذا ليس بتأثير ارتفاع ضغط الدم، بل إشارة من الأمعاء على دماغ منظومة المناعة. وتؤكد النتائج التي حصل عليها الباحثون أنه حتى قبل الإصابة بارتفاع ضغط الدم وتضرر الأوعية الدقيقة في الدماغ، ترسل الأمعاء المالحة إشارات لتهيئة الأرضية اللازمة لمختلف التغيرات الضارة. ولاحظ العلماء ظالأشخاص الذين يعانون من ارتفاع تركيز الملح، يظهر في أمعائهم الدقيقة رد فعل مناعي، يؤدي إلى توسع الخلايا اللمفاوية «Th17» وارتفاع مستوى إنترلوكين 17، الذي يسبب تلف الطبقة الداخلية للأوعية الدموية في الدماغ.

## علماء يبتكرون تقنية للفصل بين سائلين بالليزر

ابتكر علماء تقنية مذهلة لفصل سائلين عن بعضهما البعض باستخدام الليزر، ومن المتوقع أن يكون لهذا الاختراق العلمي تطبيقات عديدة متقدمة.

ويمكن أن يساعد هذا الاكتشاف في تطبيق استخدام التقنية في إنتاج أجهزة الكمبيوتر والهواتف، والأدوية والدهانات والمصابيح الكهربائية والخلايا الشمسية، ما يجعلها أرخص بكثير.

وبحسب «روسيا اليوم» فإن هذه المنتجات تعتمد على إنتاج البلورات لاستخدامها ضمن التكنولوجيا، ولكن ليس من الممكن السيطرة على عملية التبلور، ما يزيد من المشاكل المتعلقة بالتصنيع.

ولكن يستخدم النهج الجديد الليزر للسيطرة على التقلبات في ما يسمى، النقطة الحرجة، ولتوجيه النظام نحو مرحلة فصل الحالة. وقال البروفيسور كلاس وين، الذي قام بتصميم هذه التقنية وتطويرها: «إن العلمية تشبه حالة وجود فنجان من الشاي مع الحليب، ثم استخدام الليزر لامتصاص الحليب، وقد يبدو الأمر بديهياً، ولكن يحدث كل شيء ضمن قوانين الفيزياء».

بدوره يؤكد فينلي والتون، الذي قام بالعمل: «هذه هي الخطوات الأولى نحو فهم كامل الدور، الذي تلعبه التقلبات الحرجة في تنوي (عملية تشكل بنية جديدة) الكريستال، وهدفنا هو السيطرة الكاملة على التَّنوي، بما في ذلك نوع الكريستال الذي يتم إنتاجه».

ونُشرت الورقة البحثية بعنوان: السيطرة على فصل الحالة والتنوي باستخدام إمكانات الليزر، في مجلة الطبيعة الكيميائية، بتمويل من مجلس البحوث العلمية الهندسية والفيزيائية.

فصل بين سائلين باستخدام الليزر

## ملياردير أميركي يعثر على حطام حاملة طائرات مفقودة

قال الملياردير الأمريكي بول ألن إنه عثر على حطام حاملة طائرات أمريكية مفقودة منذ أيام الحرب العالمية الثانية، تسمى (يو.إس.إس ليكسنجتون)، وذلك بعد مرور 76 عاما على غرقها في معركة بحر الكورال.

وأوضح ألن أول أمس الاثنين أن سفينة الأبحاث التابعة له المسماة «بيتريل» رصدت وجود الحاملة ليكسنجتون في موقع يبعد بمسافة أكثر من 800 كيلومتر شرقي أستراليا.

وأظهرت مقاطع الفيديو، التي تم تصويرها تحت الماء ونشرت على الموقع الإليكتروني الخاص بألن، حطاماً متآكلاً للسفينة الحربية الغارقة، وذلك على مسافة ثلاثة كيلومترات تحت سطح البحر، إلى جانب مجموعة من الطائرات الأمريكية المدمرة.

وكانت هذه القطعة البحرية الغارقة التي حملت لقب» الليدي ليكس» أول حاملة طائرات تدخل الخدمة بالبحرية الأمريكية، وغرقت أثناء معركة بحر الكورال في 8 مايو 1942 بعد أن أصابتها قذائف الطوربيد اليابانية.

وقامت المدمرة الأمريكية (يو.إس.إس. فيلبس) بإخلاء السفينة الحربية أولاً قبل غرقها، وقتل 216 من طاقمها في الحادث، بينما غرقت 35 طائرة كانت على متن الحاملة.

وقال روبرت كرافت، مدير عمليات ما تحت البحار التي يقوم بها ألن، إن «ليكسينجتون كانت على رأس قائمة أولوياتنا، لأنها كانت واحدة من أكثر السفن التي فقدت أثناء الحرب العالمية الثانية أهمية».

وأضاف «إنني عملت مع بول ألن لتحديد منهاج البحث، وذلك على أساس عوامل الجغرافيا والتوقيت وغير ذلك من عوامل، وخططنا لتحديد موقع ليكسينجتون لمدة ستة أشهر وجاءت النتيجة إيجابية».

وقاد الملياردير ألن، وهو أحد مؤسسي شركة مايكروسوفت، عدداً من مهام البحث الناجحة تحت الماء، كما اكتشف موقع السفينة الحربية الأمريكية (يو.إس.إس. إنديانابوليس) العام الماضي والتي غرقت عام 1945.


بدالة: 24645000

الناشر: دار الأخبار للصحافة والنشر والتوزيع «ذ.م.م.»

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