

## الكشف عن مخاطر جديدة للمسمنة

مقاومة للأنتوسولين خلال فترة التجربة، وبينما لم تتمكن الفئران الأخرى من ذلك وعندما قام الباحثون بزرع بكتيريا الأمعاء الضارة من هذه الحيوانات التي تعاني من نقص هرمون الجلوبيولين المناعي IGA إلى الفئران بدون البكتيريا، فإنها حملت أيضا المقاومة. تشير التجربة إلى أن IGA يمكنه التحكم في بكتيريا الأمعاء الضارة، وقد يكون (الجلوبيولين المناعي IGA) يشكل طبيعي من إنتاج الجسم لمقاومة الأنتوسولين، يتم أيضا على الوصول إلى المخ لقمع الالتهابات المرتبطة بالصلب المتعدد.

وقال دان وينر، الباحث في معهد تورونتو بكندا (إدا) تمكنا من تعزيز الأجسام المضادة للجلوبيولين المناعي. فقد تمكن من التحكم في نوع البكتيريا الموجودة في الأمعاء، تلك التي من المرجح أن تكون مرتبطة بالالتهابات ومقاومة الأنتوسولين في نهاية المطاف.

نيويورك - الزمان  
كشفت نتائج دراسة طبية عن أن اختلال نظام الشخص يمكن أن يقلل من نظام المناعة ويجعله أكثر عرضة للإصابة بمرض السكر.

وقد تجر البدينة الأجسام المضادة المعروفة باسم (الجلوبيولين المناعي) IGA أو على التسرب من خلال IGA أنسجة المعدة، مما يؤدي إلى التهاب يؤدي إلى تطوير الجسم لمقاومة الأنتوسولين، يتم إنتاج IGA بشكل طبيعي من قبل أجسامنا وهو أمر حيوي لتنظيم البكتيريا التي تعيش في أمعائنا. وتشد الباحثون في كلية الطب جامعة نيويورك على كونها بمثابة آلية دفاعية تساعد على تحديد البكتيريا التي يحتمل أن تكون خطيرة والتي تستفيد من التغييرات في البنية.

وقام الباحثون بتغذية فئران التجربة بنظام غذائي غني بالدهون التي تحتوي على مستويات منخفضة من IGA والفئران بكميات طبيعية من IGA أسبوعا وأثبتت IGA الدراسة أن الفئران التي تعاني من نقص الجلوبيولين المناعي IGA تمكنت من تطوير

## خمسة فوائد لشرب الشاي ليست على الببال



في الشاي ترتبط بانخفاض خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان.

وفقا لمديره الطب النفسي والتغذوي ونمط الحياة في مستشفى ماساتشوستس العام وكلية الطب بجامعة هارفارد أوما نايدو فقد (تبين) أن له فوائد عديدة على أمراض سرطان الجلد والسرورسات والسرعة والندي.

وأضافت نايدو أن (أنواع) الشاي المختلفة تؤثر على أنواع مختلفة من (السرطان)،

هذه المضادات (تقضي على) الجذور الحرة في الجسم، التي ترتبط بالأمراض عند البشر وتضمن أمراض السرطان والزهايمر وباركنسون وغيرها، وتقلل من الالتهابات.

ويعتقد الأطباء والباحثون بأن للشاي العديد من الفوائد، لعل من أبرزها الفوائد الخمس التي سوف نعرضها في مقالنا هذا.

يقول باحثون إن مضادات الأكسدة والمركبات الموجودة

في الشاي ترتبط بانخفاض خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان.

وفقا لمديره الطب النفسي والتغذوي ونمط الحياة في مستشفى ماساتشوستس العام وكلية الطب بجامعة هارفارد أوما نايدو فقد (تبين) أن له فوائد عديدة على أمراض سرطان الجلد والسرورسات والسرعة والندي.

وأضافت نايدو أن (أنواع) الشاي المختلفة تؤثر على أنواع مختلفة من (السرطان)،

لندن - الزمان  
نصح خبراء التغذية بشرب الشاي غير المحلى كونه غنيا بمضادات الأكسدة، التي تمنع الأمراض المزمنة وتساعد على إصلاح الخلايا في الجسم.

ويقول الطبيب وجراح العظام في توليدو بولاية أوهايو، أنتوني كوري إن الشاي يأتي من نبات كاميليا سينينسيس، الذي يحتوي على مضادات الأكسدة المعروفة باسم (الكاتيكين)، والأهم من ذلك إبيغالوكاتشين غالاتي وأصناف كوري أن EGCG

لندن - الزمان  
نصح خبراء التغذية بشرب الشاي غير المحلى كونه غنيا بمضادات الأكسدة، التي تمنع الأمراض المزمنة وتساعد على إصلاح الخلايا في الجسم.

ويقول الطبيب وجراح العظام في توليدو بولاية أوهايو، أنتوني كوري إن الشاي يأتي من نبات كاميليا سينينسيس، الذي يحتوي على مضادات الأكسدة المعروفة باسم (الكاتيكين)، والأهم من ذلك إبيغالوكاتشين غالاتي وأصناف كوري أن EGCG



## عادل إمام والزهايمر.. أين الحقيقة؟

القضاء عطلته الصيفية مع عائلته.

وأوضحت المصادر أن الفنان الكبير من المقرر أن يستأنف تصوير مسلسل (فلانتينو) نهاية العام الجاري أو مطلع العام المقبل تمهيدا لعرضه في سياق دراما رمضان، وذلك بعد قرار عدم عرضه في رمضان الماضي لأسباب إنتاجية، ومشارك في البطولة دلال عبد العزيز، وحدي الميرغني، ورانيا محمود ياسين، وبدرية طلبة، وسليمان عيد، وهدى المقتي، من تأليف أيمن بهجت قمر، وإخراج رامي إمام.

القضاء عطلته الصيفية مع عائلته.

وأوضحت المصادر أن الفنان الكبير من المقرر أن يستأنف تصوير مسلسل (فلانتينو) نهاية العام الجاري أو مطلع العام المقبل تمهيدا لعرضه في سياق دراما رمضان، وذلك بعد قرار عدم عرضه في رمضان الماضي لأسباب إنتاجية، ومشارك في البطولة دلال عبد العزيز، وحدي الميرغني، ورانيا محمود ياسين، وبدرية طلبة، وسليمان عيد، وهدى المقتي، من تأليف أيمن بهجت قمر، وإخراج رامي إمام.



## مفاجآت الموبايل الجديد ليست سعيدة دائما.. صدمة لعشاق آيفون

تشغيل جديد باسم أي أو إس 11 اكتمل أن آيفون 13 سيخضع لبعض التحديثات الشكلية، ومنها إضافة لون جديد، هو (الأخضر الداكن).

وأستند موقع (سي نت) على معلوماته السابقة، من خلال سلسلة تقارير نشرت خلال الأشهر القليلة الماضية، والتي تتراوح ما بين مصادر موثوقة، مثل وكالة (بلومبرغ) الأمريكية، ومحلل (أبل) الشهير، ميجن تشي كو، بالإضافة إلى التحسينات المنتشرة على موقع (تويتر) بشأن آيفون 11.

بقية الخبر على موقع (الزمان)

ليس صحيحا ما تردد حول كون هاتف آيفون 11 سيديم تقنية الجيل الخامس، أما بالنسبة لشائعة طرح (آيفون) قابل للطي، فلن يتوافر المنتج قبل عام 2021. وأكد التقرير أن هواتف آيفون 11 التي ستطرح خلال العام الحالي لن تختلف كثيرا عن 2019 التي طرحت العام الماضي، مشيرا إلى أنها لن تكون نسخة طبق الأصل منها، ولكنها مشابهة لها، ولفت التقرير إلى أن (أبل) اهتمت فقط بإجراء تطوير صغير على الاتنصوير، وزيادة سرعة المعالجة، واستخدام نظام

ليس صحيحا ما تردد حول كون هاتف آيفون 11 سيديم تقنية الجيل الخامس، أما بالنسبة لشائعة طرح (آيفون) قابل للطي، فلن يتوافر المنتج قبل عام 2021. وأكد التقرير أن هواتف آيفون 11 التي ستطرح خلال العام الحالي لن تختلف كثيرا عن 2019 التي طرحت العام الماضي، مشيرا إلى أنها لن تكون نسخة طبق الأصل منها، ولكنها مشابهة لها، ولفت التقرير إلى أن (أبل) اهتمت فقط بإجراء تطوير صغير على الاتنصوير، وزيادة سرعة المعالجة، واستخدام نظام

ليس صحيحا ما تردد حول كون هاتف آيفون 11 سيديم تقنية الجيل الخامس، أما بالنسبة لشائعة طرح (آيفون) قابل للطي، فلن يتوافر المنتج قبل عام 2021. وأكد التقرير أن هواتف آيفون 11 التي ستطرح خلال العام الحالي لن تختلف كثيرا عن 2019 التي طرحت العام الماضي، مشيرا إلى أنها لن تكون نسخة طبق الأصل منها، ولكنها مشابهة لها، ولفت التقرير إلى أن (أبل) اهتمت فقط بإجراء تطوير صغير على الاتنصوير، وزيادة سرعة المعالجة، واستخدام نظام

## كلام صريح حبر ودم (13)

أدباء معتقلون  
مشهد داخلي: المكان قاعة محكمة خاصة: الوقت ظهر: تتحرك الكاميرا على وجوه ثلاث قضاة بوجوه متجهمة وصارمة: ثم تنتقل الكاميرا إلى رجل نحيف يقف في داخل القفص وبملابس ممزقة: يسأله القاضي بسخرية:  
- أنت أديب لو تاجر سلاح؟  
- أديب سيادة القاضي  
- لعد شئو قضية المسدس؟  
- يا مسدس سيادة القاضي؟  
- المسدس اللي بيعته على مجرم؛ حتة يكتل الرفيق الحزبي  
- سيادة القاضي: أنا بحياتي ما لازم مسدس بايدي لا تكذب: أنتو أدباء مدينة صدام كلكم مشكوك - يتداول القاضي مع مستشاريه للحظات ثم يهتف:  
- قرار الحكم: قررت المحكمة الخاصة على المجرم حميد جاسم المختار بالحبس لمدة...  
تنتقل الكاميرا بسرعة إلى وجه حميد المختار الذي تظهر على ملامحه ابتسامة ذابلة...  
قطع

مشهد داخلي: الوقت مساء، المكان غرفة في المختبرات العامة: يظهر رجل بشعر أشيب واقفا يدين مؤثقتين أمام المحقق الذي يجلس خلف مكتبه: يدخل بارتياح وهو يطرح أسئلته:  
- أنته بعثي؟  
- لا سيدي  
- ليش ما صرت بعثي؟  
- سيدي: أنا كرت جياتي للادب  
أني مستغرب شلون خلوك مسؤل الصفحة - الثقافية بجريدة الجمهورية وأنته مو بعثي؟  
ينفث المحقق دخان سيجارته بوجه الرجل الأشيب ويسأله:  
- تعرف ليش أنته هنا؟  
- لا والله سيدي  
- الأفضل أن تعترف  
- أعترف على شئو سيدي؟  
منو من الأدباء اللي تشك بولاتهم للسيد الرئيس - الله يحفظه؟  
( يبقى الرجل الأشيب صامتاً) فيواصل المحقق كلامه...  
- لازم الضيافة عجبك هنا؟  
- ضيافة محترمة سيدي  
- حضرتك تستهزئ؟  
شوف عبد الزهرة زكي: أنته مراح تشوف الضوه - إذا ما تعترف؛ حرس تعال رجعة للقبور...  
قطع

مشهد داخلي: الوقت ظهر: المكان قاعة محكمة، تتحرك الكاميرا على رجل بملابس رثة، يقف تلقاً في قفص أمام أحد القضاة الذي يسأله غاضباً:  
- التقرير المكتوب ضدك مو بصالح مطلقاً  
- ممكن أعرف ما مكتوب بالتقرير سيادة القاضي؟  
- تعرف أنته لسانك طويل، - حضرة جناب الكسيف متعرف شئو جريمته؟

بقية المقال على موقع (الزمان)  
حسن النواب  
hassanalnawwab@yahoo.com

## توقيع محمية طبيعية.. نيابية وسياسية

الظاهرة الاستثنائية في العراق هي أن الوزراء في أية حكومة مرت عليه، هادنون وديعون في أغلبيتهم، يتجنبون الدخول في جدالات مع الشعب بالرغم من الشتائم التي يعرفون أنها تنهال عليهم صباح مساء. غير أنه في المقابل هناك ظاهرة نواب البرلمان الناريين المتفجرين للشعائر الشتامين المزيدين المرعدين القاسين على الناس، الذين قد يذهب الظن بهم أنهم جاءوا إلى المجلس النيابي ليحاصموا مع الشعب الذي من المفترض أنه انتخبهم في يوم مشرق وليس مظلماً.

ضيق صدر النائب العراقي من سماع اعتراضات ومطالبات المواطنين ظاهرة تستحق الدراسة. فالنائب في أية دولة مصنع لصوت الشعب لأنه ممثلة في الواجهة الرسمية التي هي البرلمان.

أبرز أسباب هذه الظاهرة هي جهل النائب بأوليات دوره فضلاً عن انحسار أفق السواد الأعظم من النواب إلى المدار الحزبي المقيت الذي لفظهم إلى البرلمان، وهم لم ينلوا الأصوات الحقيقية التي يمكن أن تكون دالة على أنهم ممثلو شعب، وليس بضع مئات لا أحد يدري كيف صوتوا.

التقسامات بالحرص والتوافقات وجداول الترضيات وتفاهات الأوقات الحرجة والتوزيعات المقررة مسبقاً العنصرية والمقاعد مسألة من الفساد السياسي المحمي بالتشريعات والقوانين، لكن لا يمكن أن تستمر الأوضاع إلى ما لا نهاية.

وهنا الأمر ليس مرتبطاً بهذه الدورة البرلمانية على نحو خاص، بالرغم من أنها تبدو الدورة الأقل كثافةً وإنتاجاً، كما أن الأمر ليس خاصاً بالشعب السياسي الحالي وحده برغم ما فيه من بلايا ورزايا وتديس وتفكيك وهدر وضياح وتغليظ ساذجة لقرص الشمس.

الفساد ليس في عظمة النقود وليس بحاملها وحسب، ولكن في البنية الحاضرة، أو هذه المحمية (الطبيعية) لكل ما يقود للانهار.

فاتح عبد السلام  
fatihabdulsalam@hotmail.com

## بدائل السكر ليست آمنة والموزاريل لمرضى ضغط الدم

ولا تخضع هذه المادة المحلية السمرء لعملية التصفية المتكثفة على غرار السكر الأبيض، ويحافظ السكر الأسود على كثير من العناصر الغذائية بفضل عدم إخضاعه للتصفية، لكن المفاجأة الصادمة هي أن 90 في المئة من مكوناته عبارة عن سكر، ما نقل موقع (جوسون البيو) الكوري الجنوبي، فإن (المحليات الصناعية) لا تخلو من المخاطر، كما أن بعض الأنواع تحتوي نسبة لا يستهان بها مثل السكر الأسود وشراب الصبار.

ويجري إنتاج السكر الأسود بالاعتماد على العصير المستخلص من قصب السكر،

يحتاجه، بحسب صحيفة (إكسبريس).  
بشمار إلى أن هناك أربع خطوات بسيطة للتعامل مع ارتفاع ضغط الدم، التخلص من الوزن الزائد والتوقف من شرب الكحول والتدخين والحد من تناول الصوديوم وممارسة التمارين الرياضية. وبحسب ما نقل موقع (جوسون البيو) الكوري الجنوبي، فإن (المحليات الصناعية) لا تخلو من المخاطر، كما أن بعض الأنواع تحتوي نسبة لا يستهان بها مثل السكر الأسود وشراب الصبار.

ويجري إنتاج السكر الأسود بالاعتماد على العصير المستخلص من قصب السكر،

لتناول الأطعمة الغنية بالدهون، بالإضافة إلى جين الموزاريل، ينصح أخصائي التغذية أيضاً

لتناول الأطعمة الغنية بالدهون، بالإضافة إلى جين الموزاريل، ينصح أخصائي التغذية أيضاً

لتناول الأطعمة الغنية بالدهون، بالإضافة إلى جين الموزاريل، ينصح أخصائي التغذية أيضاً

صدر حديثاً  
قطارات تصعد نحو السماء  
نقص  
فاتح عبد السلام  
قطارات تصعد نحو السماء  
قصص  
المدار العربية للعلوم ناشرون - بيروت  
يطلب عبر الانترنت من موقع نيل ونترات  
www.neelwafurat.com