

لا يشعر بالعار من لا يعرف العار، ولا يعرف العار من لا يعرف الشرف، ويا لذل قوم لا يعرفون ما هو الشرف وما هو العار.

سعادة

## هل تعلم؟!

- أن وزن مجموع النمل الموجود في الأرض، يفوق وزن البشر بنسبة 10/1.
- أن بصمة اللسان تميز كل إنسان عن الآخر، تماما كما بصمة الإصبع.
- أن كل سنة، يتحطم أكثر من عشرة آلاف منقار طائر بسبب اصطدامها بزجاج النوافذ.
- أنه في بنغلادش، يُحكم على طلبة المدارس بالسجن إذا اتهموا بالغبش في الامتحان النهائي.
- أن ربع العظام الموجودة في جسم الإنسان يكون في القدم.
- أن مادة الزجاج تعتبر من المواد غير القابلة للتحلل، إذ يتطلب تحليلها ملايين السنين.
- أن غالبية الناس الذين يعثرون على حفلة ضائعة يرجعونها إذا كان فيها صورة لفلان.
- أن 15 دقيقة من الضحك تعادل ساعتين من النوم لجسم الإنسان.
- أن محمداً قلم الرصاص اخترعت بعد 220 سنة من اختراع القلم.



## «القبولة الملكية» تخطف منك الحياة!

خلصت دراسة بريطانية حديثة إلى أن قبولة الظهيرة الطويلة، تساهم في زيادة خطر الوفاة بشكل مفاجئ، كما وجد العلماء أن الشباب البريطانيين الذين يأخذون قبولة لساعة تقريباً، تزيد لديهم احتمالات الوفاة المبكرة بنسبة الثلث. وتنقسم القبولة، بشكل عام إلى ثلاثة أنواع: «القبولة الملكية» أو الطويلة، وهي التي يتعدى وقتها ثلاثين دقيقة، والمعتدلة وتكون ما بين 5 و30 دقيقة، والسريعة وهي الغفوة القصيرة التي لا يتعدى وقتها خمس دقائق. وتؤكد معظم الدراسات أن المدة المناسبة للقبولة هي من 15 إلى 20 دقيقة، وأن التوقيت الأفضل لها هو ما بين الساعة الواحدة والساعة الثالثة، وهو التوقيت الذي ينخفض فيه النشاط الفكري والجسمي لدى الإنسان. وأكد الخبراء أن مدة القبولة يجب ألا تتجاوز 20 دقيقة، وهذه المدة كافية لأن يكتسب الجسم وخلاياه العصبية راحة وراحة ليستولاهم لأكثر من ساعة فترتفع لديهم القدرة على التركيز من جديد. ويظهر الخطر الأكبر من «القبولة الملكية»، إذا تراكمت مع أمراض الرئة، مثل التهاب الشعب الهوائية وانتفاخ الرئة والتهاب الرئوي.

وتزيد حالات الوفاة، إضافة إلى أمراض الجهاز التنفسي لدى البالغين الذين يأخذون القبولة بشكل يومي بنسبة أكبر من الأشخاص الذين يتجنبونها، ويرجح العلماء السبب أن هذه القبولة تثير الالتهابات في الجسم. وأجرى خبراء جامعة «كامبردج» البريطانية الاختبار على 16.000 رجل وامرأة من بريطانيا، يبلغون من العمر ما فوق 13 عاماً، بحسب صحيفة «ديلي ميل».

وتابع العلماء الأشخاص الذين تجرى عليهم الدراسة لفترة من الوقت، ومقارنة معدلات الوفيات مع عادات النوم، وجدوا أن خطر الموت يزيد بنسبة 14 في المئة عند الأشخاص الذين غفوا لمدة أقل من ساعة خلال اليوم، أما الذين استمروا قبولتهم لأكثر من ساعة فترتفع لديهم السهولة إلى 32 في المئة.

وانتشرت دراسة في الصين في فترة ماضية، أفادت بأن القبولة لمدة أكثر من 30 دقيقة تزيد من فرص تطور مرض السكري.

وتأتي هذه الدراسة لتقود دراسة علمية قديمة نشرتها مجلة «سيكولوجيا»، إذ اعتبرت أن هناك فوائد صحية مهمة للقبولة بعد الظهيرة، وبيّنت الدراسة عدداً من الأسباب التي تستوجب القبولة، وأهمها القدرة على الإنتاج بشكل أفضل وأوفر، والقضاء على هورمونات القلق والأرق التي تكون منتشرة في الجسم.

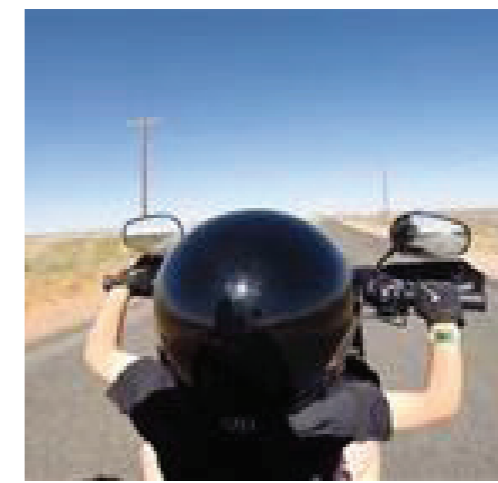


## لقاح واحد ضد خمسة أمراض للأطفال



يعمل علماء روس على إنتاج لقاح للأطفال للوقاية من خمسة أمراض، بحسب وسائل الإعلام الروسية. وتكررت وزارة الصحة الروسية، أنها تتخذ إجراءات جذية لرفع مستوى الوقاية الصحية في البلاد، إذ يعمل العلماء والأطباء حالياً على إنتاج لقاح للوقاية من خمسة أمراض لحماية الأطفال منها.

وقالت وزيرة الصحة الروسية فيرونكا سكفورتسوا: «يجري حالياً العمل على إنتاج لقاح للوقاية من خمسة أمراض هي: الخناق، شلل الأطفال، الكزاز، السعال الديكي، والأمراض التي تسببها عصيات فايكس، وستكون اللقاح من خمسة مركبات ليكون أقل ضرراً على الطفل وجهازه المناعي».



## طفل يقود دراجة «هارلي ديفيدسون»

أثار فيديو لطفل يقود دراجة نارية جدلاً واسعاً في الولايات المتحدة، إلى حد المطالبة باعتقال والده الذي كان يجلس خلفه على متن الدراجة النارية نفسها.

سمح «يعقوب هيويز» لطفله «راين» البالغ من العمر 6 سنوات، أن يقود دراجته النارية الضخمة من طراز «هارلي ديفيدسون» على الطريق السريع في تكساس بسرعة مجانية.

واتهم عدد من الأشخاص الوالد بالاستهتار، إذ يُظهر الفيديو عدم ارتدائه خوذة أو وسائل للحماية، فضلاً عن أن ارتكاب طفله خطأ واحداً كان من الممكن أن يؤدي إلى وقوع حادث خطير.

ومعروف عن «هيويز» أنه مولع بالدراجات النارية منذ صغره، وقد ورث ابنه «راين» هذا الحب إذ يملك دراجة نارية خاصة، فضلاً عن أنه يرافق والده على متن دراجته النارية.

## بروتين يساعد في علاج العقم

تمكن باحثون من تحديد بروتين على سطح خلية البويضة يتفاعل مع بروتين آخر على سطح خلية الحيوان المنوي، ليسمح لهما بالالتقاء والاندماج لتكوين جنين، وهو اكتشاف قد يساعد في علاج العقم.

وقال الباحثون إن هذا البروتين الذي أطلقوا عليه اسم «جونو» تكريماً لإلهة الخصوبة والزواج عند الرومان، ونظيره في الحيوان المنوي، ويطلق عليه اسم «أزومو». نسبة إلى مزار للزواج في اليابان، ضروريان للتكاثر في الثدييات بما في ذلك البشر.

وتتم عملية الإخصاب عندما تتعارف خلية بويضة وخلية حيوان منوي، وتندمجان لتشكيل جنين، لكن كيفية تعارفهما كانت لغزاً. وأضاف الباحثون إن هذا الفهم الجديد لدور البروتينين قد يساعد على تحسين علاج العقم وتطوير وسائل جديدة لمنع الحمل.

وأوضح جافين رايت من معهد «ويلكوم ترست سانجر» في بريطانيا، وهو أحد الباحثين الذين شاركوا في الدراسة التي نشرتها مجلة «نيتشر»، أنه بتحديد هذا التفاعل بين «جونو» و«أزومو»، تعرفنا الآن على هوية بروتين الاستقبال على سطح الحيوان المنوي لأبينا وبويضة أمنا اللذين لا بد أن يتفاعلا في لحظة الحمل.

ويفحص الباحثون الآن نساء عاقرات في محاولة لمعرفة ما إن كان العقم يرجع إلى مشكلات في استقبال «جونو».



## الدم من الخلايا الجذعية

تمكّن العلماء من إنتاج الدم الاصطناعي من الخلايا الجذعية، وهذا يعني الحصول على كميات غير محدودة من الدم الذي يمكن استخدامه في عمليات نقل الدم.

يعمل في جامعة «أندنبرة» في اسكتلندا فريق علمي متخصص في الهندسة الحيوية، برئاسة مارك تيرنير، لإنتاج الدم من الخلايا الجذعية، وخصص لتنفيذ هذا المشروع الكبير مبلغ 8,5 مليون دولار. يقول تيرنير، لم نتوقع سابقاً في الحصول على كريات الدم الحمراء، أما الآن فقد حصلنا عليها وهي صالحة لنقل الدم. وسيشارك عام 2016 في اختبار النتائج التي حصلنا عليها، فإلا فمرضى يعانون مرض فقر الدم (أنيميا البحر المتوسط) أي أنهم بحاجة إلى تجديد الدم باستمرار، إذ سيغطي لكل منهم في البداية 5 ميليلترات من الدم الاصطناعي، لتحديد كيفية تعامل الجسم معه.

ويضيف تيرنير: «ليس هدف الاختبارات والمشروع بأكمله، إلغاء التبرع بالدم، ولكن بعد مضي 20 سنة، ستصبح عمليات نقل الدم الاصطناعي مسألة طبيعية لا تثير دهشة أحد. سيُنْتَج الدم الاصطناعي من خلايا جلد إنسان فضيلة دم O لأن هذه الفضيلة يمكن نقلها إلى كافة الأشخاص من دون النظر إلى فصيلة دمهم. ومع مرور الزمن سيصبح سعر الدم الاصطناعي، أقل من سعر دم المتبرعين».

## 12 قطعة ذهبية صغيرة داخل أمعاء رجل أعمال

ذكر تقرير صحفي أن جراحين في نيودلهي، تمكنوا من إخراج 12 قطعة ذهبية صغيرة، كانت داخل أمعاء مريض، كان يشكو آلاماً في أمعائه. وأفادت صحيفة «نيويورك تايمز أوف إنديا»، أن رجل الأعمال، يبلغ 63 سنة، ابتلع القطع يبلغ وزنها 33 غراماً والمعروفة باسم «بسكوت الذهب»، في سنغافورة، وحضر بها إلى الهند في الثامن والعشرين من الشهر الماضي.

إلا أنه لم يتمكن من إخراجها بعد أن استقرت في أمعائه الدقيقة، على رغم أنه شرب كميات كبيرة من المياه ومسحّلات للهضم. وفي السابع من الشهر الحالي، تقدم الرجل بطلب لإجراء جراحة، قائلاً إنه ابتلع غطاء زجاجة المياه وأنه يتالم.



الإدارة والتحرير

بيروت - شارع الحمراء - بناية الميزان  
 هاتف 01-748920.1.2  
 فاكس 01-748923  
 الموقع الإلكتروني www.al-binaa.com  
 البريد الإلكتروني info@al-binaa.com  
 التوزيع شركة الأوفال 5-14.5-6663 01

هيئة التحرير

رمزي عبد الخالق  
 نظام مارديني - جورج كعدي  
 المدير الفني محمد رَمّال

رئيس التحرير

ناصر قنديل

البناء

تصدر عن «الشركة القومية للإعلام»  
 صدرت في بيروت عام 1958

المدير الإداري

زياد الحاج

المدير المسؤول

محمد عقل

المستشار العام

ربيع الدبوس