

كونوا سداً منيعاً ضدّ الدعوة إلى بعث النعرات الهدامة.

سعادة

بيض الدجاج يقي الرجال من السكري



بينت نتائج دراسة علمية، أن ببيض الدجاج يحمي الرجال من الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري. وأجرى علماء من الجامعة الشرقية في فنلندا دراسة مكثفة لمعرفة احتمالات تطور النوع الثاني من مرض السكري عند الرجال. وخضع لهذه الدراسة أكثر من ألفي رجل أعمارهم 42-60 سنة، وتابع الباحثون حالتهم الصحية خلال 20 سنة. وخلال فترة الدراسة أصيب أكثر من 430 منهم بالنوع الثاني من مرض السكري، وعند التقصي تبين أن الرجال الذين تناولوا أربع بيضات في الأسبوع انخفض لديهم خطر الإصابة بالسكري بنسبة 37 في المئة، مقارنة بالذين كانوا يتناولون بيضة واحدة فقط. تجدر الإشارة إلى أن ببيض الدجاج مادة غذائية مفيدة جداً، إذ تحتوي البيضة على 6.5 غرام بروتين و5.7 غرام دهون مستحلبة. كما تحتوي على الأحماض الأمينية والفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم. ومع ذلك ينصح الخبراء الأشخاص الذين يعانون من النوع الثاني من مرض السكري، بعدم زيادة كمية البيض التي يتناولونها، لأن هذا يزيد من فرص تطور أمراض القلب.



آخر الكلام

الممكن الاستراتيجي

د. نسيب أبو ضرغام

لا شك في أن توقيع الاتفاق النووي بين إيران والغرب (1+5)، أحدث دينامية على مستوى المنطقة، ولا سيما المشرق العربي. أما لماذا المشرق العربي؟ فلأن هذا المشرق قد شهد فراغاً في منظومة القوة التي كان بإمكانها صوغ معادلة وأعدت، وبالتركيب، أساساً لمستقبل مختلف، لا تنعكس إيجابياته على سورية الطبيعية فقط، بل تتعدى ذلك، إلى بلدان عربية أخرى.

بعد احتلال العراق من قبل التحالف الصهيوني-أميركي، وبعدما أشعلت الحرائق الصهيونية في جسد الدولة السورية منذ عام 2011، ظهر المشرق العربي خالياً من استراتيجية شاملة تتبناها دولة، بحيث يجري استفراد كل دولة على حدة. التوقيع على الاتفاق النووي بين إيران والمغرب، جعل المنطقة تقف عند مرحلة مختلفة عن التي سبقت الاتفاق. ذلك أن سمة هذه المرحلة، هي الإمكان الاستراتيجي، بعد أن كان هذا الإمكان رغبة وأمنيةً بفعل الكوارث التي أنزلها الاحتلال الأميركي للعراق من جهة، وبفعل ما يُسمى «بالربيع العربي» من جهة ثانية.

إننا في سورية الطبيعية نعيش لحظة الإمكان الاستراتيجي، وحتى ينتقل هذا الإمكان إلى واقع، لا بد من وجهة نظرنا من أن تقوم دولتا العراق والشام، بتأسيس الميثاق القومي الذي يؤسس لقوة قومية مشتركة تديرها أركان مشتركة، وكل ذلك مستند إلى رؤية استراتيجية مشتركة.

لم يعد جائزاً أو مبرراً، أن يكون محور المقاومة في سورية الطبيعية موزعاً على قوى، تتناغم ولكنها لا تتأسس في سياق مواجهة شاملة واحدة.

لم يعد مبرراً أن تتكبر قوى المقاومة في سورية الطبيعية ضمن حدود سايكس - بيكو، لأنها بهذا التكرار تقضي على كثير من الإمكان الاستراتيجي الذي أشرنا إليه.

لقد فرضت تداعيات المواجهة مع قوى التكفير ومن وراءها، حقيقة وحدة الجبهة، ووحدة القوى المقاتلة على الجغرافيا الموحدة.

لقد أصبح الممكن الاستراتيجي الكامن في واقعنا، ممكناً على وشك التحقق، إذا توافرت له شروطه، وهي في كل حال غير مستعصية.

إن ما فرضته القوى التكفيرية التدميرية يقوم على مدى الجغرافيا في سورية الطبيعية بعملية تدمير ممنهج للجيش والدول والمجتمعات والحضارة، وقد أسقطت الحدود وانطلقت من أن المشرق هو المدى الواحد الذي ستقوم عليه دولة للتكفيريين.

إزاء الخطر الواحد، في المدى الجغرافي الواحد، وعلى جميع مقومات الوجود الواحد، ليس من الممكن أن يبتثق زمن جديد، ووجود قومي جديد يرسى لنا حضوراً مختلفاً عن ذاك الذي ولدته لنا سايكس - بيكو؟

إن الاتفاق النووي مع إيران، يعطي إشارة تحوّل نوعي في تعاطي العرب مع قضايانا، وهو بكل حال (الاتفاق) سينتج معطى جيوسياسي مختلفاً في المنطقة بأسرها، وبخاصة على مدى سورية الطبيعية إذا أحسن استثمار نتائجه.

ليس من المنطقي ألا نرى على مدى سورية الطبيعية هيئة سياسية موحدة لكل من العراق والشام، وهيئة أركان مشتركة تجمع قوى المحور المقاوم كافة على مدى سوريا الطبيعية.

ليس من المنطقي أن يتأخر قيام مجلس التعاون المشرقي، هذا المجلس الذي سيحتضن في حال قيامه، تفعيل المعطيات السياسية والعسكرية والاقتصادية والإعلامية كافة على مدى هذا المشرق.

هذا المجلس الذي يشكل قيامه إنجازاً (نووياً) في السياسة المشرقية، وفي وجودنا القومي رمة.

إن تخلفنا عن توحيد قدراتنا كلها على مدى سورية الطبيعية، ليس ضرراً لنا فحسب، بل هو إضعاف لمعادلة المواجهة الدولية التي نجد أنفسنا في حلف معها، المواجهة التي يخوضها الحليف الدولي ضد الولايات المتحدة وقواعدها السياسية في المنطقة، وفي مقدمها «إسرائيل» والدولة التركية بقيادة أردوغان.

لم يعد مقبولاً أن تكون الجغرافيا الفاصلة بين الحليفين الاستراتيجيين «إسرائيل» وتركيا، جغرافيا مجزأة، كما لم يعد مقبولاً أن تكون إمكانات وقدرات دول هذه الجغرافيا منفصلة عن بعضها بعضاً، ومحتمسة في محاسب سايكس - بيكو... لقد وحد التحالف المعادي من أميركا و«إسرائيل» وتركيا، قوى الموت التكفيرية على الرقعة الجغرافية الواحدة، واعترف بها، دولة وجغرافيا، فيما نحن لا نزال نواجه هذه الكارثة بعقلية الدول والجغرافيا المجزأة.

لقد خلق اعتراف الغرب بإيران دولة نووية إمكاناً سوف يولد تبديلاً جيوسياسياً استراتيجياً على مدى المشرق، فهل نحن جاهزون لتوظيف هذا الممكن توحيداً في الجغرافيا والسياسة والدفاع والاقتصاد والإعلام؟ هل نحن متنبهون لدقة اللحظة التاريخية، والتي إذا التقطناها، نكون قد حجزنا لنا مكاناً في صناعة تاريخ المنطقة على الأقل؟

العالم اليوم، يتمخض عن ولادة قريبة، ستكون نظاماً دولياً جديداً، متعدد الأطراف، وهي فرصتنا التي لم نجدتها منذ خسرتنا استقلالنا السياسي، يوم دخل هولوكو عام 1258 النووي الإيراني انتصاراً لكل محور المقاومة، وجمع طاقات اتفاق سايكس - بيكو ووعد بلفور وقيام دولة العدوان اليهودي في فلسطين.

الجغرافيا السورية (لسورية الطبيعية) والإمكانات الاقتصادية، والصمود الأسطوري لجيوشنا ومقاومتنا، والحضارة الضاربة في التاريخ، كل ذلك يشكل معطى جيوسياسي - اقتصادي - استراتيجي، ينبغي أن يتموضع في معادلة قومية حاضرة له، معادلة قوامها بغداد - بيروت، مقدمة لتعم الأمة بأسرها.

معادلة شرط تحققها إرادة سياسية، وإطارها مجلس تعاون مشرقي، وفعلها حضور كريم عزيز حرّ على مسرح التاريخ النووي الإيراني انتصاراً لكل محور المقاومة، وجمع طاقات الأمة السورية في محورها المقاومة انتصاراً للوجود القومي أولاً وللنووي الإيراني ولمحور المواجهة الدولية، وهكذا تعود الأمة السورية لتكتب التاريخ من جديد.

علماء سيبيريا يبتكرون نسيجاً يماثل نسيج العظام

تمكن علماء من سيبيريا من ابتكار مادة يمكن استخدامها في إعادة بناء عظام الإنسان المتضررة. وقال مدير مختبر مركبات المواد الوظيفية في معهد سيبيريا للتكنولوجيا فيتالي غوسيف: «فكرنا هذه المادة بزيادة صلابة هذه المادة لتكون ممتثلة لصلابة التيتانيوم، ولكن من دون شوائب حديدية». وأضاف: «اكتشفنا شيئاً مدهشاً، إذ تحولت المادة لتكون لزوجة منخفضة ليسهل إيصالها إلى الموقع المطلوب بالحقن».

تجدر الإشارة إلى أن المادة الجديدة اجازت بنجاح الاختبارات كافة التي أجريت على الحيوانات، وقريباً ستخضع للاختبارات السريرية البشرية. ويحصل الباحثون على المادة الجديدة التي أطلقوا عليها اسم «إسمنت العظام» بصورة عفوية عندما كانوا يدرسون خواص مركب،

ويجعل الشفاء عند وضعه على مفصل اصطناعي من التيتانيوم. وقال مدير مختبر مركبات المواد الوظيفية في معهد سيبيريا للتكنولوجيا فيتالي غوسيف: «فكرنا هذه المادة بزيادة صلابة هذه المادة لتكون ممتثلة لصلابة التيتانيوم، ولكن من دون شوائب حديدية». وأضاف: «اكتشفنا شيئاً مدهشاً، إذ تحولت المادة لتكون لزوجة منخفضة ليسهل إيصالها إلى الموقع المطلوب بالحقن».

تجدر الإشارة إلى أن المادة الجديدة اجازت بنجاح الاختبارات كافة التي أجريت على الحيوانات، وقريباً ستخضع للاختبارات السريرية البشرية. ويحصل على نسيج عظمي حقيقي



إنقاذ بحار ظل مفقوداً في المحيط الأطلسي 66 يوماً

قالت سلطات خفر السواحل الأمريكية إنها عثرت الخميس الفائت على البحار الذي كان في عداد المفقودين منذ أكثر من شهرين، على مسافة 200 ميل قبالة ساحل ولاية كارولينا الشمالية. وكانت عائلة «لويس غوردان» (37 سنة) قد أبلغت قوات خفر السواحل يوم 29 كانون الثاني الماضي عن فقدانه وقاربه «انجيل»، وقال والد غوردان إنهم فقدوا الأمل بالعثور عليه وكانوا يعتقدون أنه قد مات.

وبمجرد أن علم والد غوردان بالعثور على ابنه اتصل به قائلاً: «يا إلهي، كم هو جميل أن أسمع صوتك مرة أخرى، لقد كنا نضلي جميعاً من أجلك».

وقال مسؤولو سلطات خفر السواحل إنهم قاموا بالإنقاذ غوردان بواسطة طائرة هليكوبتر من متن سفينة ألمانية تدعى «هيوستن إكسبرس»، عثرت بالصدفة على

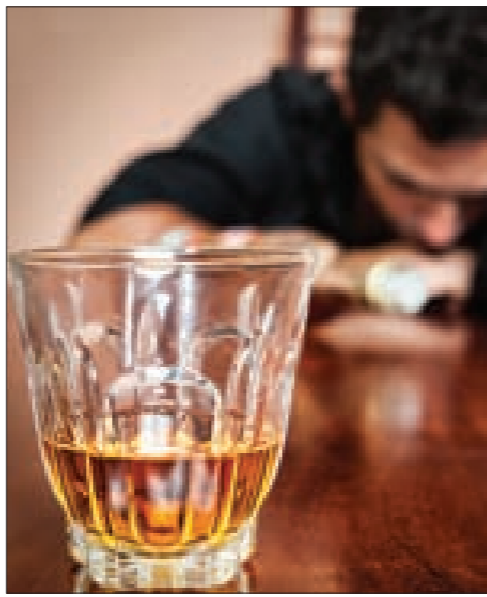
غوردان فوق قاربه الصغير، ثم قام بحارتها بنقله إلى سفينتهم، وشكر والد غوردان قبطان سفينة «هيوستن إكسبرس» لاكتشاف ابنه وإنقاذ حياته. وأوضح سلطات خفر السواحل أن التفاصيل حول كيفية اختفائه سيتم تحديدها لاحقاً، قائلين: «لا يوجد سبب للشك في ما حدث، وسوف نحصل على مزيد من المعلومات عندما يمكن التحدث معه»، إلا أن من المعروف أن غوردان ظل قرابة شهرين فوق قاربه الصغير المقلوب يصطاد السمك ويأكله حياً ويشرب من مياه الأمطار بعد تجميعها.

وقد نقل البحار إلى مستشفى «ستار نورفولك» العامة في نورفولك، وقال خفر السواحل إنه سيعالج لإصابته في الكتف، ويجري التحقق من إصابات أخرى في جسده.

الإدمان على الكحول يقصر العمر

درس العلماء خلال 12.5 سنة الأمراض التي تصيب المدمنين على الكحول. وبينت نتائج هذه الدراسة، التي أجراها علماء من بريطانيا، أن المدمنين على الكحول لا يصابون بإعتام عدسة العين «Cataract»، (الماء الأبيض) والنوبات القلبية ومشاكل الأوعية الدموية. كان الهدف من هذه الدراسة معرفة درجة تأثير الكحول على طول العمر. وخضع للدراسة 233710 أشخاص، غير مدمنين على الكحول، و23371 شخصاً من المدمنين، كانت حالتهم الصحية تحت مراقبة مستمرة من جانب الأطباء خلال 12.5 سنة.

وبينت نتائج هذه الدراسة أن الإدمان على تناول المشروبات الكحولية يقصر العمر بمقدار 7.6 سنة، ويصاب المدمن بـ 27 مرضاً: أمراض الكبد، أمراض الجهاز الهضمي، أمراض الجهاز العصبي وغيرها من الأمراض. لكن العنبر والمدمش في نتائج الدراسة، أن المدمنين نادراً ما يصابون بإعتام عدسة العين، وأمراض القلب والأوعية الدموية.



منبه مغناطيسي يعالج الكآبة

يؤثر المنبه المغناطيسي في دماغ الإنسان بحقله المغناطيسية ويمكنه أن يعالج الكآبة بصفتها مرضاً خطيراً قد يتسبب بعمت الإنسان ومن يحيط به.

تعتبر الكآبة أكثر الأمراض النفسية انتشاراً، حيث يبدأ الإنسان المصاب بها في التفكير بالانتحار. وأفادت بعض وسائل الإعلام بأن الطيار الثاني للطائرة «إيرباص» الألمانية الذي تسبب في تحطمها يوم 24 آذار في جبال الألب بجنوب فرنسا ومقتل جميع ركابها، كان يعاني من هذا المرض. وصرح مدير فرع الدراسات النفسية الطبية في شركة إنتاج الأجهزة والعدادات الموحدة الروسية ألكسندر كوليش أن شركته بصدد تصميم جهاز طبي



يدعى «المنبه المغناطيسي» من شأنه علاج الكآبة، ويتوقع أن يظهر الجهاز في السوق الروسية بعد عامين. وقال كوليش إن المنبه المغناطيسي يؤثر في مخ الإنسان بحقله المغناطيسي، مضيفاً أن فكرة تصميم الجهاز قد طرحت، ولم يستبعد الخبير أن يكون الجهاز مطلوباً في الأسواق الأجنبية.

الإدارة والتحرير

المدير المسؤول: رمزي عبد الخالق

هيئة التحرير: نظام مارديني

جورج كعدي - إنعام خروبي

المدير الفني: محمد رسال

رئيس التحرير

ناصر قنديل

البناء

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

المدير الإداري

زياد الحاج

المستشار العام

ربيع الدبوس

بيروت. شارع الحمراء. استرال سنتر
هاتف 2. 01-748920
الموقع الإلكتروني www.al-binaa.com
البريد الإلكتروني info@al-binaa.com
التوزيع شركة الأوفال 01-666314.5
فاكس 01-748923