

هرمون التستوسترون وأعراضه الجانبية على الرجال

واشنطن - الزمان
ظل العلماء والأطباء لسنوات طويلة يقدرون تأثير نسبة هرمون تستوسترون بشكل خاطئ، إذ أشار بحث جديد لمعهد بحوث الصحة العامة والأمراض الداخلية في واشنطن إلى أن هذا الهرمون الذكري له انعكاسات سلبية جانبية لا يجب الاستهانة بها. فكما هو معروف عندما يتقدم الرجل بالمرح تنخفض نسبة هرمون التستوسترون في دمه، وهذا الانخفاض في الهرمون الجنسي له تأثير أيضا، فهو يؤدي إلى تراجع قوته الجسدية وخفة حركته، لهذا يصبح الكثير من الأطباء يتابع علاج يتضمن تناول هرمون تستوسترون اصطناعي، لكن هنا تكمن المشكلة، فالبحوث التي أجراها أطباء المعهد تلت على وجود مخاطر تراقف هذا العلاج، وبسبب ما ورد في البحث عند تناول هرمون التستوسترون يتحسن وضع الرجل نفسيا واجتماعيا وتقل حدة عصبته ويسلك حياة زوجية مستقرة، لكن في المقابل عليه أن يأخذ في الحسبان إمكانية تعرضه مع الوقت لمشاكل صحية. فالمعهد أخضع 3000 رجل لعلاجات التستوسترون الاصطناعي لمدة عامين وكانت النتائج النفسية مرضية لكنه اضطر إلى إيقاف التجربة لأن الكثير من المتطوعين أصيبوا بمشاكل في القلب والدورة الدموية، بالرغم من أنهم لم يعانون قبل التجربة من مشاكل من هذا النوع.

ويع أن الدكتور رولف هدرش المشرف على التجربة لا يريد منذ الآن إعادة سبب ذلك إلى الهرمون الاصطناعي لكنه فضل عدم مواصلة التجربة، وكما قال لا يمكنني أن أحدد التأثير المباشر للهرمون الاصطناعي على المصابين وعلى إصابتهن بمشاكل في نظام الدورة الدموية، لكن طالما تم التحذير من انعكاسات الهرمون الانثوي الاستروجيني على المرأة وبالتالي على الدورة الدموية والقلب، لذا يفضل عدم لجوء الرجال إلى هذا الهرمون إلى أن تتضح الصورة عن نتائج تناوله على المدى الطويل والتأثيرات الجانبية له.



الأنشطة البشرية تقضي على العناصر الحيوية في الصحراء

الرعي الجائر وراء إضطراب التنوع البيئي

القاحلة، حيث تم تضمين قطاع عرضي من الحيوانات شمل مئة وعشرة أنواع في التحليل. ويعد الصيد الجائر وقطع الأشجار والرعي والحرائق وإخبال أنواع غريبة من الكائنات ضمن الطرق التي يدمر بها البشر المجتمعات الريفية. بالرغم من أن الصحراء والأراضي القاحلة ربما تكون أماكن جديدة في كثير من الأحيان، إلا أنها تدعم النظم البيئية الهشة والمعقدة والتي تلعب الأدوار وتفرق البذور. وقالت تشيللو (إن الحياة في الصحراء يمكن أن تكون غير مستقرة بالنسبة للكثير من الثدييات، لأنها معرضة دوماً لإختلال كبيرة وغير متوقعة حسب الظروف البيئية، بما يمكن أن يكون له تأثير سلبي في القضاء على الموارد التي تعتمد عليها).

القاحلة، حيث تم تضمين قطاع عرضي من الحيوانات شمل مئة وعشرة أنواع في التحليل. ويعد الصيد الجائر وقطع الأشجار والرعي والحرائق وإخبال أنواع غريبة من الكائنات ضمن الطرق التي يدمر بها البشر المجتمعات الريفية. بالرغم من أن الصحراء والأراضي القاحلة ربما تكون أماكن جديدة في كثير من الأحيان، إلا أنها تدعم النظم البيئية الهشة والمعقدة والتي تلعب الأدوار وتفرق البذور. وقالت تشيللو (إن الحياة في الصحراء يمكن أن تكون غير مستقرة بالنسبة للكثير من الثدييات، لأنها معرضة دوماً لإختلال كبيرة وغير متوقعة حسب الظروف البيئية، بما يمكن أن يكون له تأثير سلبي في القضاء على الموارد التي تعتمد عليها).

تغيير الموطن الطبيعي

أثرت أنشطة الإنسان على فار الصحراء وموطنه أمريكا اللاتينية، كما تعتقد الدراسة أن النشاط البشري أكثر تدميراً لدور الثدييات في النظام البيئي، فالنشر يحدون تغييرات جوهريّة في شكل الموطن الطبيعي، مثل الحرق أو الرعي

دراسة: زيوت السمك تقلل ظهور أعراض تقدم العمر المادة تساعد في بناء عضلات الفئران

مليغرام من EPA وقد تحتوي على 400. ونصع أي شخص يود أن يزيد من تناوله من EPA وDHA بأن يتناول كبسولات تحتوي على أعلى مستويات هذه الأحماض الدهنية، وبدلاً من الكبسولات فإن الحميات المتوسطة من الأسماك التي تحتوي على هذه الزيوت يمكن أن تقدم نفس الكميات التي استخدمت في التجربة.

نطاق واسع
وتلقى الباحثون الآن تمويلًا لتنفيذ تجربة أكبر على 65 شخصًا من الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا للتأكد من الآثار المفيدة للأحماض الدهنية. وستبدأ التجربة الجديدة بعد الاتفاق مع الرجال والنساء الذين سيخضعون للتجارب. وبيّنت الأبحاث السابقة اختلاف استجابة الرجال والنساء للتحسينات الجديدة من البروتين، وكذلك اختلاف استجاباتهم بالنسبة للتحسينات العضلية. ويشرك الدكتور غاري هذا بقوله: "المستأد لديهن نفس مستويات إنتاج البروتين الموجود لدى النساء الأصغر سنًا بينما تنخفض المستويات لدى كبار السن من الرجال مقارنة بالرجال الأصغر سنًا". ومن المقرر أن تبدأ التجربة على نطاق أوسع الشهر المقبل، وسوف يتم اختيار أشخاص من منطقة أبردينشاير.

معدلاً أقل في فقد قوة العضلات من نظيراتها التي يتم إعطائها بنظام غذائي عادي. يقول الدكتور غاري: "إن زيت السمك له قدرة على تعزيز بناء العضلات في الفئران، ولكن الفئران ليست كالبشر، ولهذا فالخطوة الثانية هي محاولة تجربتها على البشر". ومن أجل هذا اعتمد الدكتور غاري على 14 سيدة في عمر 65 عامًا قسمن إلى مجموعتين، أخضعهما لبرنامج غذائي لمدة 12 أسبوعًا، ويتضمن البرنامج تمرينات عضلية لمدة 30 دقيقة. ونصف السيدات تم إعطاؤهن أحماض EPA وDHA التي تحتوي على مادة أوميغا-3 الدهنية، بينما أعطيت المجموعة الأخرى زيت الزيتون كعلاج بديل. وتم قياس قوة عضلات الساقين لدى السيدات في بداية ونهاية التجربة. وكانت النتائج مقلقة، حيث ارتفعت قوة عضلات السيدات اللاتي يتناولن زيت الزيتون بنسبة 11 في المئة بينما ارتفعت النسبة الإحصائية بشكل كبير لدى السيدات اللاتي يتناولن أحماض EPA وDHA لتصل إلى 20 في المئة. ولكن الدكتور غاري أكد في حديثه لـ بي بي سي أن إحدى المشكلات في أن كمية EPA تختلف في الجرعة، فكبسولة تحتوي على واحد غرام من زيت السمك قد تحتوي على 100

لندن - الزمان
أكدت دراسة علمية أن الاستخدام المعتدل والتناول المنتظم للأحماض الدهنية الموجودة في زيوت السمك يمكن أن يقلل من ظهور أعراض التقدم في السن. وأظهر عرض لتنتائج التجربة في المهرجان البريطاني العلمي في أبردين أن السيدات في عمر الخامسة والستين اللاتي يتناولن أحماض أوميغا-3 الدهنية، اكتسبن قوة عضلية أعلى مرتين من أخريات خضعن لنفس الاختبار مثل قوتهم في الزيتون. وربطت بعض الدراسات بين زيادة التناول لأحماض أوميغا-3 التي توجد بشكل عام في زيوت السمك مثل أسماك الماكربل والسردين في الوجبات وبين الفوائد الصحية المحتملة مثل تقليل الإلراض التاجية بالقلب. فخلال فترة التقدم في السن يقل حجم العضلة بنسبة بين نصف إلى إثنين في المئة سنويًا، وهذه العملية التي يطلق عليها "ساركوبينيا" تسبب الضعف والجمود لدى كبار السن. والمعلومات المعروفة حول مدى انتشار الساركوبينيا في بريطانيا محدودة، ولكن البيانات القادمة من الولايات المتحدة تشير إلى أن ربع الأشخاص بين سن الـ 50 والـ 70 عامًا يعانون من هذه الأعراض ويرتفع المعدل إلى النصف لدى الذين تتخطى أعمارهم الثمانين عامًا. ووفقًا للدكتور ستيفوارت غاري من جامعة أبردين، فإن أعداد المصابين بالساركوبينيا كبيرة جدًا، وأنه ما بين نصف إلى واحد في المئة من حجم ميزانية دور الرعاية ينفق على الأمراض المرتبطة بالساركوبينيا.

تقارير

فحص دم جديد للكشف عن إصابة الأجنة بمتلازمة داون

لندن- الزمان
توصل أطباء بريطانيون إلى فحص دم متطور من شأنه أن يكشف عن إصابة الجنين بمتلازمة داون. صرح باحثون في مستشفى كينغز كوليدج البريطاني بأن فحصاً جديداً لدم النساء الحوامل للتحقق من خلو أجنهن من أعراض متلازمة داون يمكن أن يصبح متوفرًا في مراكز هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية بحلول عام 2017، مما سيساهم في إنقاذ حياة 300 رضيع كل عام. وقال البروفيسور نيوكلايدس كيبورس، الباحث في مركز هاريس للطف الجنين في مستشفى كينغز كوليدج في لندن، إن هذا الاختبار على درجة عالية من الدقة، وهو بمثابة فحص وراثي لجميع النساء الحوامل، وليس فقط لدى النساء اللواتي تعاني من مخاطر عالية.

وأضاف البروفيسور نيوكلايدس الذي عمل على تطوير هذا الاختبار أن فحص الدم سوف يخفف عدد الذين يحتاجون إلى إجراء عملية جراحية إلى 10 نساء من أصل 10 آلاف امرأة.

وأشار إلى أنه "من أصل 10 آلاف امرأة، يثبت أن 30 منهن تحملن أجنة مصابة بمتلازمة داونز. كما أن العملية الحالية لتتلق 27 حالة فقد، لكن الاختبار الجديد سوف يساعد على الكشف عن جميع هذه الحالات".



فأر الخلد الإفريقي مفتاح لينبوع الشباب

واشنطن - الزمان
بعدما بدأت تشير تقارير بحثية إلى أن متوسط العمر المتوقع بدأ يزيد بمعدل لا يمكن توقعه، هو ست ساعات يومياً، كل يوم، على مدار القرن الماضي تقريباً، فقد جاء بحث حديث ليكشف عن السبب الذي يقف وراء ذلك والمثير أن الباحثين اعتمدوا بشكل أساسي في دراستهم على ذلك الفأر قديم الشكل الذي يعرف بفأر الخلد الإفريقي، والذي يعيش في الجحور، وهو في نفس حجم الفأر العادي تقريباً، لكنه يعيش مدة أطول منه ثماني مرات، حيث يعيش نحو 30 عاماً أو شيء من هذا القبيل.

وتبين أنه وبمجرد أن تنتهي سنوات المراهقة لدى البشر، فإن الأشخاص يتقدمون في العمر على نحو أسرع وأسرع. كما أن فرص الوفاة في فترة الشباب في ولاية فلوريدا، وقد يتم عما قريب تصعب حبة من خلال الدراسات التي تتم على فأر الخلد وهي الحبة التي قد تحقق حلمه في نهاية المطاف.

واشنطن - الزمان
بعدما بدأت تشير تقارير بحثية إلى أن متوسط العمر المتوقع بدأ يزيد بمعدل لا يمكن توقعه، هو ست ساعات يومياً، كل يوم، على مدار القرن الماضي تقريباً، فقد جاء بحث حديث ليكشف عن السبب الذي يقف وراء ذلك والمثير أن الباحثين اعتمدوا بشكل أساسي في دراستهم على ذلك الفأر قديم الشكل الذي يعرف بفأر الخلد الإفريقي، والذي يعيش في الجحور، وهو في نفس حجم الفأر العادي تقريباً، لكنه يعيش مدة أطول منه ثماني مرات، حيث يعيش نحو 30 عاماً أو شيء من هذا القبيل.

وتبين أنه وبمجرد أن تنتهي سنوات المراهقة لدى البشر، فإن الأشخاص يتقدمون في العمر على نحو أسرع وأسرع. كما أن فرص الوفاة في فترة الشباب في ولاية فلوريدا، وقد يتم عما قريب تصعب حبة من خلال الدراسات التي تتم على فأر الخلد وهي الحبة التي قد تحقق حلمه في نهاية المطاف.

باحثون: القطط تسبب العمى والفصام والإكتئاب

لندن- الزمان
حذر باحثون بريطانيون من خطر الطفيليات التي تنقلها القطط إلى البشر، والتي قد تسبب العمى والخرف والعمى الخلقي والاضطراب. قال ريتشارد هوليمان، المستشار في علم الأحياء بجامعة مستشفى سانت جورج في لندن، إن القطط تنقل للبشر طفيلية توكسوبلاسما غوندي، وهي خطيرة السلونيل والبكتيريا المتكوية، التي تصيب الكثير من الأشخاص. وأشار إلى أن طفيلية توكسوبلاسما غوندي تصيب قلة من الأشخاص، لكن في حال الإصابة بها يكون أثرها مدمراً على الإنسان، "فإذا ولد أحد الأطفال مع طفيلية توكسوبلاسما غوندي الخلقية فسيستأثر بها طوال حياته". وأظهرت نتائج رسمية صادرة عن وكالة معايير الغذاء البريطانية أن 350 ألف بريطاني مصابون بهذه الطفيلية كل عام، مشيرة إلى أن 80 بالمئة منهم قد لا يظهرن أي أعراض مرتبطة بالمرض. وحذرت الوكالة من مخاطر الطفيلية التي قد تسبب العمى الخلقي، أو العمى، أو الخرف، أو الانقسام، مشيرة إلى أن البشر قد يصابون بالطفيلية بعد تناول اللحوم والخضار الملوثة، أو الاتصال المباشر بوبرة حاملة للطفيلية، وشددت الوكالة في تحذيرها على أن الحوامل من الأكثر عرضة للإصابة بالطفيلية، ما يشكل خطراً على الجنين.



القناة	الوقت	البرنامج
القناة الشرقية	10:00	مسلسل (الثانية بعد الظهر) بطولة سليمان خضير وحسن حسني ومحمد هاشم
	11:00	اهل المدينة
	19:20	زيتون الست بطولة دالي
	19:50	ملعب الشرقية
	22:00	الحصاد
قناة دبي	06:21	دبي ماركة مسجلة
	07:30	نشرة اخبار الإمارات
	09:00	دبي هذا الصباح
	11:00	مسلسل درامي
	12:00	مجنون ليلى
	13:00	مع اسامة اطيح
	14:00	مسلسل درامي
	15:00	نشرة الاخبار العالمية
	15:30	برنامج غنائي
	18:00	خادمة القوم
	19:00	دبي ماركة مسجلة
	20:30	نشرة اخبار
	21:00	مسلسل حكاية سمر
	22:00	نشرة الاخبار
	22:30	الليلة مع فايز
قناة ام بي سي (1)	04:15	انت عمري
	05:00	بيت عامر
	05:45	شربات لوز
	06:30	صدى الملاعب
	07:15	الاميمي
	08:15	انت عمري
	09:00	اوراق متساقطة 5
	10:00	برنامج الخاتمة (اعادة)
	11:00	صباح الخير يا عرب
	13:00	نساء حائرات
	14:00	بيت عامر
	15:00	انت عمري
	16:00	الاوراق المتساقطة 5
	18:00	الاميمي
	19:00	نساء حائرات
	20:00	برنامج الخاتمة
قناة ام بي سي 1	08:00	بتوقيت
	08:00	غريتش على قناة ام بي سي 1

الثانية بعد الظهر