



## المسألة فيها كسر عظم جراحة إطالة الساق التجميلية.. موضة تكتسب زخما

لم تعد جراحة إطالة الساق حكراً على الحالات الطبية، بل تحولت إلى خيار تجميلي يلجأ إليه الكثيرون لتعزيز طولهم، حيث تتراوح تكلفتها بين ٨٠ ألف دولار و٢٥٠ ألف أمريكي. وتعتبر العملية بسيطة من الناحية التقنية، حيث يقوم الأطباء بكسر عظم الفخذ وإدخال قضبان قابلة للتمديد، تضاف إليها مسافة تبلغ حوالي ١ ملم يومياً. ومع مرور الوقت، ينمو العظم ليملأ الفراغات، ما يمنح المريض زيادة في الطول تتراوح بين ٥ و٧ سم. ويؤكد الدكتور درور بالي، مدير معهد بالي لجراحة العظام والعمود الفقري في فلوريدا، أن نسبة متزايدة من المرضى يخضعون لهذه الجراحة لأسباب تجميلية بحتة، وليس لعلاج تشوهات خلقية. وقال الدكتور: «استغرق الأمر وقتاً طويلاً لفهم ما كان يخفيه جراحو التجميل. لقد كانوا يعالجون مشاكل مرتبطة بصورة الجسد واحترام الذات» وبالنسبة إلى العديد من الرجال، لا يرتبط الطول بمظهرهم فحسب، بل أيضاً بكيفية نظر المجتمع إليهم. وإلى جانب التكلفة المادية العالية، تستغرق فترة التعافي عدة أشهر، وقد تصاحبها مضاعفات مثل العدوى، تلف الأعصاب، أو تيبس المفاصل. كما يحتاج المرضى إلى إعادة تأهيلهم البدني، ويتوجب عليهم الاعتماد على العكازات أو المشاية خلال مرحلة الشفاء. لكن، وعلى الرغم من الإقبال المتزايد، فإن من يخوض هذه التجربة يدرك جيداً أن الأمر ليس بهذه البساطة.. فالمسألة فيها كسر عظم، بكل ما تحمله العبارة من معنى.



## خصائص علاجية مذهلة للعسل

اكتشف علماء من جامعة سيدني الأسترالية خصائص قوية مضادة للبكتيريا في عسل ثلاثة أنواع من نحل أستراليا غير لاسع، وتشير مجلة Applied and Environmental Microbiology إلى أن هذه الأنواع هي Tetragonula carbonaria وTetragonula hockingsi وAustroplebeia australis وأظهرت الدراسة أن هذا العسل يحتفظ بخصائصه العلاجية حتى بعد التسخين والتخزين طويل الأمد، ما يميزه عن عسل النحل الأوروبي المعتاد. ويحتوي عسل النحل الأسترالي، على عكس العسل الأوروبي، الذي يعتمد على المضاد للبكتيريا بشكل كبير على بيروكسيد الهيدروجين، على كل من بيروكسيد الهيدروجين ومكونات فريدة غير بيروكسيدية تضمن فعاليته الثابتة ضد الكائنات الدقيقة. ويجعل شبات هذه الخصائص وتعدد استخداماتها من العسل أداة واعدة في مكافحة مقاومة المضادات الحيوية، إحدى أهم المشكلات الصحية العالمية. ويشير الباحثون، إلى أن شبات النشاط المضاد للبكتيريا لوحظ في جميع عينات العسل من مختلف أنواع النحل والمناطق، ما يفتح آفاقاً واسعة للاستخدام التجاري. ولكن، انخفاض حجم الإنتاج (حوالي نصف لتر من العسل لكل خلية سنوياً) لا يزال يمثل عقبة أمام التوسع، بيد أن تخفيف شروط العناية بالخلية يمكن أن تساعد في حل هذه المشكلة. وتجدر الإشارة إلى أن العلماء أثبتوا سابقاً أن العسل يسرع التئام الجروح الحادة والمزمنة بفضل خصائصه المطهرة والمضادة للالتهابات والمعدلة للمناعة. كما يمكن للعسل الطبي، وخاصة عسل المانوكا (عسل ينتج في نيوزيلندا وأستراليا)، له خصائص مضادة للبكتيريا، أن يتكيف ويتحكم بالالتهابات ويحفز عملية تجديد الأنسجة، ما يفتح آفاقاً لاستخدامه في علاج مختلف الأمراض الجلدية.



## أوروبا تستنفر لموجة حر تاريخية

أن «البيئات الداخلية قد تصبح شديدة الخطورة»، كما نبهت من تأثيرات الحرارة على فعالية الأدوية، ومخاطر في مرافق الرعاية الصحية. وشددت السلطات الصحية على ضرورة التأكد من تخزين الأدوية في أماكن باردة، والإكثار من شرب الماء، وتجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس. كما نصحت بعدم الخروج في الفترة بين ١١ صباحاً و٦ مساءً، وهي ذروة ارتفاع الحرارة. ومن المتوقع أن تصل ذروة الموجة الحارة يوم الإثنين، مع تسجيل الحرارة بالانخفاض تدريجياً اعتباراً من الثلاثاء، ٣٦ درجة مئوية في لندن، قبل أن تبدأ درجات الحرارة بتبقى فوق المعدل السنوي الطبيعي. لكنها مراقبة الأوضاع عن كثب، واتخاذ الاحتياطات الضرورية، في ظل استمرار اشتعال النيران في مناطق متعددة، وتوقعات باندلاع حرائق إضافية بفعل الجفاف والرياح الساخنة.

إلى «مرتفعة جداً» وخاصة في شرق وجنوب البلاد. وفي إيطاليا، أغلقت السلطات عدة محاور مرورية، بينما أعلنت حالة التأهب القصوى في ٢١ مدينة، منها روما وميلانو والبندقية. وفرضت بعض المناطق في صقلية وشمال البلاد حظراً على العمل في الهواء الطلق خلال ساعات الذروة. أما في البرتغال فقد توقعته هيئة الأرصاد أن تصل درجات الحرارة إلى ٤٢ درجة مئوية في لشبونة، مع وضع ثلثي البلاد تحت الإنذار البرتغالي. وتزايدت مخاوف اندلاع حرائق في شمال البلاد وجنوبها على السواحل السياحية. وفي اليونان، وكافح فرق الإطفاء حرائق هائلة التهمت منازل وحقولاً قرب بلدة بالايا فوكايا الساحلية وأخرى في جزيرة خيوس، مما استدعى عمليات إجلاء واسعة، بينما وصلت درجات الحرارة إلى ٣٨ درجة مئوية. أطلقت وكالة الأمن الصحي البريطانية تحذيراً من مخاطر ارتفاع الوفيات، وخصوصاً بين كبار السن وأصحاب الأمراض المزمنة، مشيرة إلى

دخلت أوروبا حالة تاهب قصوى هذا الأسبوع مع تصاعد درجات الحرارة إلى مستويات قياسية، وسط تحذيرات من موجة حر قد تبلغ ٤٧ درجة مئوية في بعض المناطق. ودعت السلطات المواطنين إلى البقاء في منازلهم وتجنب الأنشطة الخارجية، في ظل تفاقم المخاطر الصحية واندلاع حرائق غابات واسعة النطاق. وفي المملكة المتحدة، توقعته هيئة الأرصاد الجوية أن تصل درجات الحرارة إلى ٣٦ درجة مئوية اليوم الإثنين، ما قد يجعلها أحر يوم في يونيو منذ بدء تسجيل البيانات، وفق «سكاي نيوز». وتم تفعيل تنبيه صحي حتى الثلاثاء في عدة مناطق، بينها جنوب شرق إنجلترا وساوث ويست وسومرست، بالتزامن مع انعقاد مهرجان غلاستنبيري الشهير. كما حذرت الهيئة من موجة «قنبلة حبوب لقاح» قد تتسبب في معاناة شديدة لـ ١٦ مليون بريطاني من المصابين بحساسية حبوب اللقاح، حيث ستصل مستوياتها

## مصنك الكلام



تفسير  
tefla.kh@aaknews.net  
طفلة الخليفة

البحرين تسير في طريقها، تطور تشريعاتها وإجراءاتها ونظمها من أجل أن تكون أكثر عدالة والتزاماً بحقوق الإنسان من دون أن يفرض ذلك عليها أحد ولكنها تلتزم بالقواعد والقوانين الدولية والإنسانية وما شرعه ديننا الحنيف من اتزان وحكمة وعدالة في حق الجميع. وقد كان لذلك مردوده الخير على الجميع، حيث ذكر القائم بأعمال المحامي العام محمد خالد الهزاع أن مملكة البحرين نموذج رائد في احترام حقوق الإنسان وحرياته الأساسية من مؤسسات متخصصة تكفل حقوق الإنسان وتحفظ كرامته موضحاً أن وحدة التحقيق الخاصة تعكس التزام مملكة البحرين بحقوق الإنسان.

وأشار إلى أنه منذ تأسيس الوحدة شهدت آليات عملها تطوراً ملحوظاً وخصوصاً مع كون الوحدة جهة لا مثيل لها على مستوى المنطقة وذات اختصاص دقيق ومحدد وقطعت شوطاً كبيراً في ثقافة المساءلة وتعزيز ثقة المجتمع في منظومة العدالة، وهذا ما أثمر عن انخفاض نسبة الشكاوى التي تختص بها الوحدة إلى ما يقرب من ٩٠٪ وهو مؤشر إيجابي للغاية على فاعلية الإجراءات المتبعة ويعكس جهود الوحدة في تأكيد سيادة القانون.

## ترامب يجدد رغبته بجعل كندا الولاية الأمريكية الـ ٥١ لسببين أحدهما حبه لها

قال الرئيس الأمريكي دونالد ترامب أمس الأحد إن كندا يجب أن تكون الولاية الحادية والخمسين في الولايات المتحدة لاعتمادها الكامل على واشنطن. وقال في مقابلة مع قناة «فوكس نيوز»: «أنا أحب كندا. بصراحة، يجب أن تكون كندا الولاية الحادية والخمسين. هذا صحيح، لأن كندا تعتمد كلياً على الولايات المتحدة، ونحن لسنا معتمدين على كندا». وترامب يتحدث عن ضم كندا إلى الولايات المتحدة، ويجدد دعوته لجعلها الولاية الأمريكية الـ ٥١. وبيانات التوترات بين الولايات المتحدة الأمريكية وكندا، بعد فرض واشنطن رسوماً جمركية إضافية على المنتجات المستوردة. هذا وأعلن ترامب، في وقت سابق، أن الولايات المتحدة ستنتهي جميع المحادثات التجارية مع كندا بسبب ضريبة الخدمات الرقمية الكندية على شركات التكنولوجيا الأمريكية. وقال ترامب في منشور على وسائل التواصل الاجتماعي إن «ضريبة الخدمات الرقمية في كندا على شركات التكنولوجيا الأمريكية هي هجوم مباشر وصارخ على الولايات المتحدة».

## كريستيانو رونالدو يخطط لأن يعيش بقية حياته في السعودية



أكد النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو أنه يخطط للعيش في السعودية بقية حياته، وأن أحد أسباب تجديده عقده مع النصر يرجع إلى رغبته في التنويع بلبق مهم مع النادي. وأكد رونالدو أن رفضه لفكرة اللعب في كأس العالم للأندية بأمريكا يرجع إلى رغبته في أن يكون في أتم الجاهزية خلال الموسم المقبل، مضيفاً أن السعودية بلد رائع للعيش بسبب السلام والأمان. وأعلن النصر يوم الخميس أن قائد البرتغال جدد عقده حتى ٢٠٢٧. يستمر في صفوفه لما بعد احتفاله بعيد ميلاده الـ ٤٢، وانضم رونالدو إلى النادي السعودي بعقد لمدة عامين ونصف العام في صفقة انتقال حر في ٢٠٢٢ بعد رحيله عن مانشستر يونايتد الإنجليزي، ومنذ ذلك الحين أحرز في كل المسابقات ٩٩ هدفاً. وأشاد رونالدو قائد النصر بالأدوار البارزة لولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان في أعمال التطور التي تشهدها المملكة العربية السعودية. وقال رونالدو خلال مقطع فيديو بثه حساب النصر الرسمي عبر منصة «إكس»: «لا بد أن أشكر ولي العهد الأمير محمد بن سلمان، لأنه يقوم بعمل رائع وجهد رائع». وأشار رونالدو إلى أنه قام بتجديد عقده



بمختلف البروتينات النباتية المتوفرة في السوق. ويحتوي دقيق دوار الشمس، وفقاً لعالمه الأحياء ماريا تيريزا بيرتولدو باتشيكو، على جميع الأحماض الأمينية الأساسية، وباستخدام تقنية البثق (Extrusion) يمكن إنتاج قوام ليفي يحاكي قوام اللحوم. ووفقاً للباحثين، يمد هذا الطريق لاستخدام عباد الشمس في صناعة الأغذية كبروتين نباتي مغذٍ وبأسعار معقولة.

## لنباتيين.. لحم مبتكر من دقيق دوار الشمس

بتفسير البذور ومن ثم إزالة المركبات الفينولية، التي تقلل من قابلية الهضم وتضفي مرارة. بعد ذلك حضر العلماء خيارين من الوصفة: إحداهما دقيق من بذور محمص، والأخرى بروتين دوار الشمس ذي القوام المركب، أضافوا إلى كليهما مسحوق الطماطم والتوابل ومزيج من الزيوت النباتية (دوار الشمس والزيتون وبذور الكتان). وخضعت عينات من الخيارين بعد الشوي لاختبارات حسية وفيزيائية كيميائية. وأظهرت العينات التي تحتوي على البروتين ذي القوام المركب أفضل النتائج: مرونة عالية، ومحتوى غني من البروتين والدهون الصحية (خاصة الأحادية غير المشبعة)، بالإضافة إلى كمية كبيرة

ابتكر علماء من البرازيل وألمانيا وبدلاً نباتياً للحوم مصنوعاً من دقيق دوار الشمس، يحتوي على نسبة عالية من البروتين والدهون الصحية والمعادن، وطعمه محايد ما يجعله منتجاً غذائياً واعداً. وتشير مجلة Food Research International إلى أن هذا الابتكار هو ثمرة جهد مشترك لعلماء من معهد تكنولوجيا الأغذية وجامعة كامبيناس البرازيلية، بالتعاون مع علماء من معهد فراونهوفر الألماني. واختار العلماء دقيق دوار الشمس - منتج ثانوي بعد استخلاص الزيت، الذي أثبت أنه مصدر بروتين واعد لبدائل اللحم. نُشرت الدراسة في مجلة أبحاث الغذاء الدولية. وبيانات العملية قبل المعالجة