



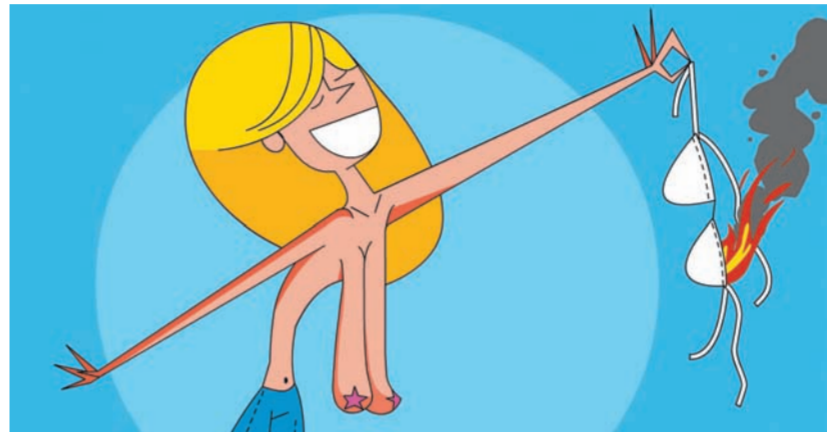
# האם החזייה באמת מונעת מהחזה לצנוח? מרים

← מרים היקרה,

למרות מיטב המאמצים של סוחרי החזיות, אין אף מחקר שמוכיח שהחזיות מעכבות את צניחת השד. למעשה, המחקרים מצביעים על ההפך: חזיות מאיצות את הצניחה.

**השד הוא פלא הנדסי.** מרכיביו העיקריים הם בלוטות חלב ושומן, שאינם ידועים כיצבות המבנית שלהם, ולמרות שיש שם כמה שרירים וכמה רצועות חיבוריות וגם את העור שמחזיק דברים במיני קום, אפילו הרופאים לא מצליחים להגיע להסכמה על מה בדיוק הופך את החזה הנשי לזקוף וגא כל כך. מה שזה לא יהיה, זה נחשב עם הגיל. שרירים מירדלים ומתקצרים, רצועות מאבדות את גמישותן, ואף העור עצמו מתרופף ומתרחב עד שהוא תלוי עלינו כסכבה. את התהליך הזה את יכולה להאש, או לפחות להימנע מלהאיץ אותו, אך אינך יכולה לעצור אותו. אז אין לך מה לדאוג. או ליתר דיוק, יש לך מה לדאוג, אבל אין לך מה לעשות בקשר לזה. השרירים שלך יצננו עם הגיל, זה מה שהם עושים. הרר פאים קוראים לזה "פטוויס" או "צנחת",

והם יודעים לרפא את זה רק עם סכין, שזה יותר עבודת נגרות מרפואה של ממש. **המחקר המשמעותי ביותר בנושא נערך בצרפת לפני כשמונה שנים** צרפתיות שלבשו חזייה באופן קבוע הסכימו, לטובת המדע, להיפטר מהתמיכה המלאכותית למשך שנה תמימה. בשבועות הראשונים חלק מהנבדקות התאוננו על חוסר נוחות, אך מהר מאוד רובן שינו את דעתן. והתוצאות היו חד משמעיות: הסרת החזייה הפכה את השרירים לגבוהים יותר, מוצקים יותר וצעירים יותר למראה. המרחק בין הפיטמה לבין שיא הכתף הצטמצם משמעותית והשרירים בסכיבה התחזקו והתארכו. התיאוריה של החוקרים פשוטה: החזייה גולת ממנגנוני התמיכה הטבעיים את הברבור שלהם, וללא עבודה הם רק הולכים כיום ומתנוונים.



עוד לוואי כמו כאבי כתפיים וגב, כאבים בשד עצמו וגירויים בעור. תופעות אלו מרפרות כשהחזייה לא מתאימה, וכמעט אי מיוצרות לפי המבנה הטבעי של השד אלא לפי האידאליים המופרכים של דוגמניות רבות מהנשים יש הברדל של מידה ויותר בין ימין לשמאל, ורוב הנשים כלל לא מודעות למידתן האמיתית (השגיאה הנפוצה היא רצועה ארוכה מדי וקצרות קטנות מדי). אם את עוסקת בפעילות ספורטיבית נמרצת שגורמת לתאומי הצניחה שלך לה: שתולל באופן מכאיב, כראי לך להשתמש בחזייה ספורט בזמן האימונים. אבל בחיי היומיום, אם את רוצה לשמור על בריאותך ועל הגמישות הטבעית של רדידך, מטבב שתניחי את החזייה בצד. מלבד סוחרי הד זיות, זה באמת רווח נקי לכולם.

שאלות לבלדד השוחי: askbildad@calcalist.co.il



# האם אדם סמית טעה?

ואיך דרווין היה מסביר את המשבר

← דורות העתיד יעניקו את תואר "אבי הכלכלה המודרנית" לצ'רלס דרווין, וישללו אותו מאדם סמית. כך טוען פרופ' רובי רט ה' פרנק בספרו החדש "The Darwin Economy" שהתפרסם בארצות הברית.

זו טענה קשה. סמית בן המאה ה-18 נחשב לגביא הקפיטליזם. הוא הוריש לנו את מושג "היד הנעלמה" ואת הנחת היסוד הבסיסית של הכלכלה, לפיה כשכל אחד מנסה לדאוג רק לעצמו, התוצאה היא שכל החברה מרוויחה. תפיסת היד הנעלמה של אדם סמית מסבירה היטב את הצמיחה והשפע במערב, אבל היא לא מסבירה את כל התופעות בכלכלה. הבעיות הפיננסיות, המשברים, המיתור נים והייאוש הרב מהשיטה – כולם נחשבו במשך שנים תופעות לוואי שוליות, אלא שכעת כבר ברור שהן בעיה מהותית ומרכזית. ברור שתאוריית היד הנעלמה מפספסת משהו.

**רוברט פרנק הוא כלכלן בעל שם עולמי** שידוע כולולו בתאוריות ונוסחאות. הוא קורא לעמיתיו "לרדת לשטח", לפענח תופעות כלכליות בעזרת תצפיות ומדידות בלבד, ורק אז לחפש בהן כללים

שחורים על עצמם. לקריאה הזאת הוא הקדיש את ספרו "למה קשה לתפוס מור ניה בימים גשומים", שפורסם בעברית. כעת, בספרו החדש, הוא תוקף לא את הגישה המקורית, אלא את עקרונות הניסוי, את היסודות שעיצבו את מדיניותם של ממשלים רבים, ובמידה רבה גם את המדיניות הכלכלית אצלנו. התחרות הכלכלית ותוצאותיה, הוא טוען, אינן נהגות לפי עקרון היד הנעלמה של אדם סמית, אלא לפי חוקי הברירה הטבעית שדרוין תיאר בעולם הטבע; לפי כללים של מאבק שמביא לאבולוציה – להתקן דמות ולשיפור מתמידים – אבל גם לנוק גרול, מתמשך ולעתים בלתי הפיך לקבר צות, ולפעמים לחברה כולה. בעולם הני רירה הטבעית יש תחרויות שעלולות, בלי כוונה, להכחיד קבוצות שלמות, וכך גם בכלכלה, ובעיקר בכלכלת המאה ה-21.

**איילים משתמשים בקרניהם כדי למשוך נקבות, ושם גדול יותר אלא ש"צריכת הראווה" הזאת פיתחה כמה זני איילים עם קרניים שטורפיהם צדו אותם בקלות**

דוגמה אחת שתקפה גם לטבע וגם לכלכלת זמננו היא קרני האייל. בטבע, האיילים ששורדים ומתרבים הם המהירים ביותר – אלה שיכולים לברוח מטורפיהם. אבל האיילים מתחרים גם על נקבות, תחרות שבזכות עצמה חשובה להתרבר קיד מרכזי. שם הגורל קובע, ומי שיש לו גרול יותר וזכה ביותר נקבות. וכך האביר לוציה הולידה זנים של איילים שסחבים סכני קרניים ענקיים ומפוארים, ומגרי שמים מאוד, שמאטים אותם ומסייעים לאייליהם ללכוד אותם. לצד כמה זני איילים שמורים, כגון האייל הקנדי, ישנם כמה זני איילים שנכחדו רק כי התחרות האנושית בין הזכרים גררה כחרי קרניים מיותרים שלבסוף הוּקוּ להם.

"תאורת הבצע" הטבעית לקרניים היתה לבסוף רעה לכל הקבוצה.

**ומה שמית פספס** הוא שתאורת הבצע הכלכלית יכולה לגרום לאותו נוק: תחרויות הטורפים בשוק ההון מוריימות סכומים אדירים לכיסיהם של מעטים, ופעמים רבות האנושות כולה נפגעת מה תוצאה. שוק ההון חיוני לקידמה, אך מה שמתחולל בו אינו פלא היד הנעלמה אלא מאבק דרוויניסטי. גם המרדף של אנשים מהשורה אחרי בתים בשכונות טובות יותר הוא שחולל את משבר הסאב־פריים.

פרנק מדגים כיצד אנו מגדלים קרני אייל מוגזמות באמצעות ניסוי מחשבתי קטן. מה עדיף, הוא שואל: להיות בעלי בית בן 300 מ"ר שהוא הגרול בשכונה או להיות בעלי בית של 400 מ"ר שהוא הקטן בשיכונה? רבים מהאנשים שהציג בפניהם את השאלה העדיפו "לפגוע" בעצמם, ובלבד שיהיה להם יותר מכל האחרים.

פרופ' רפאלי הוא ראש מרכז שניא לחקר האינטרנט באוניברסיטת חיפה sheifzaf.rafaeli.net

## מה הלאה



אחרי 7 עדכונים מהשטח



### 1 אוכל: השף מספר 1 מבשל בבית

מאחורי הכותרת הצנועה "The Family Meal" מסתתר ספר הבישול הביתי הראשון של השף הספרדי האגדי פראן אודריאה. בספר יותר ממאה מתכונים בביכובם של אנשי הצוות שעבדו עם אודריאה באל בולי המנוחה, שנודעה כמסעדה הטובה בעולם עד שאודריאה סגר אותה לטובת פרויקטים חדשים. רוב המתכונים מורכבים מחומרי גלם פשוטים יחסית, וגם מחיר הספר מפחית: 17 דולר בלבד. [is.gd/rzhzS8](http://is.gd/rzhzS8)



יצילון: phaidon



### 2 שעותיים: מקלוח

החורים שבכם מכירים את התופעה שבה האיידד או האיידן הופכים את ילדיכם לזומבים, והתרופה היחידה היא לחשוף להם אותם מהיד, וזה לא קל. להרגעת הרחוחות אפשר להשתמש באדוקן – או בלוח וגיר אנלוגיים לחלוטין שמעצבים בערמוניות בצורת מקבוק. הפלא הגרמני הזה עולה 35 יורו, ולפחות מהתמונות ניכר שהוא עושה ילדים מאושרים. [is.gd/Yo50Yv](http://is.gd/Yo50Yv)

### 3 מוזיקה: פנדורה של הקליפים

מזה הימים שבהם MTV אשכרה שידרה קליפים ברצף, לא תפס את מקומה החליף אמיתי בתור ערוץ מוזיקה שיושב ברקע ופשוט מנגן Music Video Genome. להיכנס לנישה הזאת באמצעות מנגנון בסגנון אחר רדיו האינטרנט פנדורה, שמבטיח ללמוד את טעמכם ולנגן דברים שאתם אמורים לאהוב. [musicvideogenome.com](http://musicvideogenome.com)



### 4 ספורט: אופניים פרחוניים

עד סוף החודש יעמדו לרשות אורחי מלון W בלונדון זוג אופניים מפחים במיוחד, בעיצובו של רון ארד. גלגלי האופניים מורכבים מעלי פלדה דקים היוצרים עיגול דמוי פרח מושלם. הרוכבים שלקחו את האופניים לסיבוב מדווחים על נסיעה נעימה למדי, אם כי מטע קופצנית. [is.gd/CekwQT](http://is.gd/CekwQT)



### 5 אמנות: גבהים אנקת גבהים

מטפסת ההרים הנעזת סנדי היל (זה השם שלה) אצרה אלבום צילומים חדש וכבד, שכולו שיר הכל לתופעות הטבע הגדולות והמסוכנות האלה. שמו של הספר, "Mountains: Portraits of High Places", די אומר הכל במקרה הזה. התמונות נאספו מארכיוניהם של מיטב צלמי הטבע בעולם, והם מאכלסים 350 עמודים. מתנה אידאלית לחובבי היואנר. 53 דולר בלבד. [is.gd/wee6Hz](http://is.gd/wee6Hz)

### מדע: בחינת התברגות

למה נערים בגיל ההתברגות כל כך הפכפכים ואימפולסיביים? לכאורה האבולוציה היתה אמורה לתקן את המצב המסוכן, אבל מחקרים חדשים מלמדים שדווקא התכונות הבעייתיות הללו הן שעוזרות לנערים להפוך למבוגרים מוצלחים יותר. האומנם? נישונל גיאוגרפיק יוקר את הממצאים האחרונים. [is.gd/3fQ7LZ](http://is.gd/3fQ7LZ)

### 7 יצרנות: אפליקציית רעיונות והשראה

היוצרים של Cribbe, אפליקצייה חדשה לאייפד, מגדירים אותה ככלי לשיחוף השראה וכיף – ובדיוק בסדר הזה. היא מאפשרת ליצור מעין מחברות אישיות עם כריכה והכל, ובתוכן לקשקש, לרשום ולכתוב באופן חופשי, כדי הימיון הטובה. את המחברות אפשר לשחף, ולתת הרשאות לחברים לקשקש בעצמם. הקונספט מוכר, הביצוע יפהפה. וזה חינם! [is.gd/juE9Dd](http://is.gd/juE9Dd)

