

موضوع ما

الشيخوخة (٩):

عامل التغذية

الكالسيوم، الحديد، البوتاسيوم عناصر مهمة لها تأثير حيوي مباشر على سلامة الجسم...

وينصح علماء التغذية، والشيخوخة، على تناول الغذاء الغني باحتوائه لتهذين العنصرين...

منذ الصغر، والحرص على الانتظام بذلك خلال مختلف مراحل العمر، ليسكني للجسم الاستفادة...

المستقرة منها، وتخزين ما يفرضه من الحاجة، من العظام، عسى أن يستفاد من هذا الخزون عند الكبر...

بدرجة عالية مع التقدم في العمر. ذلك على ما سبق العناصر المضادة للأكسدة، ذلك أن مقاومة...

أكسدة الطعام في خلايا الجسم يؤثر الشيخوخة، لا بل أنه يطيل من مرحلة الشباب، بحسب العديد...

من الأبحاث بهذا الصدد، وتتوافر المركبات المضادة للأكسدة في العديد من الخضروات والفواكه...

وتتوافر أيضا في أوراق نبات الشاي، وأثبتت الأبحاث أنها تساهم في حماية خلايا الجسم من التلف...

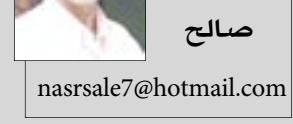
وهناك «الشاي» فهو يفيد في محاربة أكسدة الطعام في الجسم، وفي هذا يعتبر بعض العلماء أن...

لا فرق كبير في الفائدة حال منع أكسدة الطعام بين الشاي الأخضر والشاي الأسود التقليدي (الأنبثر...

يسير من التفوق لصالح الشاي الأخضر، بينما يرى آخرون وهم كثر أن الشاي الأخضر هو الأكثر...

فائدة ففي مقاومة أكسدة الطعام، ويرى العلماء أن مركب فالونوين، وهو من مضادات...

الأكسدة، الذي يحتوي عليه الشاي هو المسؤول الأساسي عن هذه الفائدة الصحية.



نصر صالح nasrsale7@hotmail.com

علاجات بسموم العقارب والنحلات



لوس انجلس / متابعة: سوسم العقرب.. لسرطان بالخشع

في إطار الاتجاه إلى الطبيعة لاستخراج عقاقير قد تسهم في القضاء على العديد من الأمراض، اكتشف العلماء مركب بروتيني من سم العقرب قد ينقذ حياة...

الملايين من الأشخاص الذين يعانون من سرطان الخ. ووفقا لما أشار إليه الدكتور ادم ماميلاك جراح الأورام بمستشفى...

الطبيعي بلوس انجلوس، وأوصحت الدراسة التي أجريت على ١٨ مريض أجرى لهم جراحة لاستئصال أورام...

خبيث يصيب الخلايا الليفية وهي الخلايا الداعمة للخ، وذلك من خلال جفن الخ بحلولة مكون من اليود الشع...

وتي ام ٦٠٠ وهو البروتين المركب، تضمن أن المحلول تغلب على خلايا الورم المتبقية، مما يساعد على استخدامه مع...

للعلاج الكيميائي لمكافحة السرطان. وسوسم النحل: لعلاج تسوس الحمل!

القاهرة / متابعة: نجح أطباء مصريون في ابتكار صيغة طبيعية من سم النحل وصغفه...

تتمكن العلماء من استخدام سم النحل في علاج تسوس الحمل، وهو مرض شائع بين...

التي تصيب الأسنان، حيث تم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

بمجرد وضعها على الأسنان، حيث يتم تصنيع مادة جديدة قادرة على علاج تسوس الأسنان...

الذبحة الصدرية

د/ مصطفى محمود وهيبه

أخصائي أمراض القلب والشرايين بالصدر ويمتد هذا الألم إلى الكتف الأيسر والذراع الأيسر مع عرق شديد وبارد...

متى تحدث الذبحة: عند ما يكون الدم المغذي لععضلة القلب، خلال الشريان التاجي غير متناسب مع ما يحتاجه القلب...

الأسباب التي تؤدي للذبحة: ١- ارتفاع ضغط الدم. ٢- ارتفاع نسبة السكر بالدم. ٣- ارتفاع نسبة الدهون في الدم. ٤- التدخين الزائد.

أعراض الذبحة الصدرية: الشعور بالصدر مع عرق شديد بارد ويحدث الألم في المراحل الأولى من المجهود العضلي أو الذهني ويرقد الألم حتى بدون مجهود.

الوقاية من الذبحة: علاج ضغط الدم والكوليسترول، علاج الدهون بالدم (الكوليسترول)، عدم الإكثار من الدهون (النسومة)، الإكثار من الخضروات والفاكهة، الإكثار من الرياضة والنش.

الابتعاد عن التوتر والقلق والتفكير الكثير.

العلاج: عرض حالة المريض على طبيب إخصائي بمرض القلب والشرايين لمعرفة السبب وكذا وصف العلاج للمريض حسب حالة التشخيص.

وإذا اضطر الطبيب المعالج بلجا عند حاجة المريض للقسرة العلاجية للقلب والشرايين إذا إستدعت حالة المريض لذلك.

وإن لم يكن هناك داع للقسرة فيصف له الدواء المناسب لتوسيع الشرايين، وتسطيع بواسطة تحديد مكان ونسبة إصابة الشريان التاجي وتركيب شبكة داخل الشريان التاجي فينبغي عدم تصورة كافية إلى القلب.

نجانا الله من هذا المرض الخبيث.

رغم تعدد الوسائل: الإنترنت أفضل المصادر لاستقاء الأخبار عند الأمريكيين

واشنطن / متابعة: وتعددت المصادر التي يستقي منها الناس أخبارهم على مستوى العالم ما بين مرتبة ومسموعة ومقروءة، إلا أن دراسة أمريكية...

كشفت أن الإنترنت على وجه التحديد كان له نصيب الأسد من بين تلك المصادر، إذ وجدت الدراسة أن الأمريكيين يميلون بشكل متزايد إلى استخدام الإنترنت كمصدر رئيسي للأخبار السياسية.

وقد أكد التقرير الصادر عن مؤسسة بيبسي للأنترنت ومشروع الحياة الأمريكية أن المزيد من الناس يساهمون في الجدل والحوارات السياسي من خلال البلوجات أو الدورات الخاصة بهم، كما رصد...

التقرير الأثر المتنامي للشبكة على كيفية تفكير الناس بالقضايا المدنية.

وطبقا لما ورد في موقع الـ "BBC"، ترى الدراسة أن انتشار خدمة الإنترنت السريعة البرود باند، في المنازل الأمريكية تشكل الآن أحد أسباب تنامي أثر الشبكة على الأمريكيين، مشيرة إلى أن حوالي نصف المنازل الأمريكية مزودة الآن بخدمة الإنترنت السريعة.

هذه، كما تلعب الشبكة دورا متزايدا في الحياة اليومية للناس في أمريكا.

يقول معد الدراسة في رينيه: "خدمة البرود باند أضحت الآن جزءا من إيقاع الحياة عند البشر، بما في ذلك إيقاع القضايا المدنية، ويضيف قائلا ينظر الناس إلى شبكة الإنترنت على أنها تقوم بتزويد معلومات أكثر من قنوات الأخبار الأخرى، فهي تقدم تنوعا من وجهات النظر والنظرات المستقبلية للأمر.

ويستطرد قائلا: "يختار موقع بي بي سي للأخبار على الشبكة بين أكثر المواقع شعبية عند الأمريكيين.

وتشير الدراسة إلى أن ١٥ بلانة من الأمريكيين يؤكدون أن

بسبب سياسة الحكومة: المراهقون والمراهقات يشاركون في ألعاب الإنترنت

بكين / متابعة: إيمان الإنترنت يمكننا أن نعرفه بأنه، حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للأنترنت يؤدي إلى اضطرابات في السلوك ويستدل عليها بعدة ظواهر منها زيادة عدد الساعات أمام الكمبيوتر بشكل مطرد تتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه في البداية، ومواصلة الجلوس أمام الشبكة على الرغم من وجود بعض المشكلات مثل السهر، الأرق، التأخر في العمل، وإهمال الواجبات الأسرية والزوجية وما يقفح من خلافات ومشاكل، هذا بالإضافة إلى التوتر والقلق الشديدين في حالة وجود أي عائق للاتصال بالشبكة قد تصل إلى حد الاكتئاب إذا ما طالت فترة ابتعاده عن الدخول على الأنترنت، كما أن إيمان الأنترنت أدى ببعض لفقان علاقات اجتماعية أو زوجية وتأخر وظيفي، كما أدى ببعض للانطواء والعزوف عن المجتمع.

وإيمان الأنترنت لا يصيب البالغين فقط بل الأطفال أيضا خاصة مع توافر الجديد كل يوم في ألعاب الكمبيوتر، وهذا الإدمان ينعكس سلبا وبشكل أكبر من البالغين على حياة الطفل ومواعيد نومه ودراسته ويصعب انطوائا لا يخرج مع أصدقائه أو يمارس أي هوايات أخرى سوى الجلوس على الشبكة بلا كلل أو ملل.

وإذا اضطر الطبيب المعالج بلجا عند حاجة المريض للقسرة العلاجية للقلب والشرايين إذا إستدعت حالة المريض لذلك.

وإن لم يكن هناك داع للقسرة فيصف له الدواء المناسب لتوسيع الشرايين، وتسطيع بواسطة تحديد مكان ونسبة إصابة الشريان التاجي وتركيب شبكة داخل الشريان التاجي فينبغي عدم تصورة كافية إلى القلب.

نجانا الله من هذا المرض الخبيث.

العلاج: عرض حالة المريض على طبيب إخصائي بمرض القلب والشرايين لمعرفة السبب وكذا وصف العلاج للمريض حسب حالة التشخيص.

وإذا اضطر الطبيب المعالج بلجا عند حاجة المريض للقسرة العلاجية للقلب والشرايين إذا إستدعت حالة المريض لذلك.

وإن لم يكن هناك داع للقسرة فيصف له الدواء المناسب لتوسيع الشرايين، وتسطيع بواسطة تحديد مكان ونسبة إصابة الشريان التاجي وتركيب شبكة داخل الشريان التاجي فينبغي عدم تصورة كافية إلى القلب.

نجانا الله من هذا المرض الخبيث.

رغم تعدد الوسائل: الإنترنت أفضل المصادر لاستقاء الأخبار عند الأمريكيين

واشنطن / متابعة: وتعددت المصادر التي يستقي منها الناس أخبارهم على مستوى العالم ما بين مرتبة ومسموعة ومقروءة، إلا أن دراسة أمريكية...

كشفت أن الإنترنت على وجه التحديد كان له نصيب الأسد من بين تلك المصادر، إذ وجدت الدراسة أن الأمريكيين يميلون بشكل متزايد إلى استخدام الإنترنت كمصدر رئيسي للأخبار السياسية.

وقد أكد التقرير الصادر عن مؤسسة بيبسي للأنترنت ومشروع الحياة الأمريكية أن المزيد من الناس يساهمون في الجدل والحوارات السياسي من خلال البلوجات أو الدورات الخاصة بهم، كما رصد...

التقرير الأثر المتنامي للشبكة على كيفية تفكير الناس بالقضايا المدنية.

وطبقا لما ورد في موقع الـ "BBC"، ترى الدراسة أن انتشار خدمة الإنترنت السريعة البرود باند، في المنازل الأمريكية تشكل الآن أحد أسباب تنامي أثر الشبكة على الأمريكيين، مشيرة إلى أن حوالي نصف المنازل الأمريكية مزودة الآن بخدمة الإنترنت السريعة.

هذه، كما تلعب الشبكة دورا متزايدا في الحياة اليومية للناس في أمريكا.

يقول معد الدراسة في رينيه: "خدمة البرود باند أضحت الآن جزءا من إيقاع الحياة عند البشر، بما في ذلك إيقاع القضايا المدنية، ويضيف قائلا ينظر الناس إلى شبكة الإنترنت على أنها تقوم بتزويد معلومات أكثر من قنوات الأخبار الأخرى، فهي تقدم تنوعا من وجهات النظر والنظرات المستقبلية للأمر.

ويستطرد قائلا: "يختار موقع بي بي سي للأخبار على الشبكة بين أكثر المواقع شعبية عند الأمريكيين.

وتشير الدراسة إلى أن ١٥ بلانة من الأمريكيين يؤكدون أن

رغم تعدد الوسائل: الإنترنت أفضل المصادر لاستقاء الأخبار عند الأمريكيين

واشنطن / متابعة: وتعددت المصادر التي يستقي منها الناس أخبارهم على مستوى العالم ما بين مرتبة ومسموعة ومقروءة، إلا أن دراسة أمريكية...

كشفت أن الإنترنت على وجه التحديد كان له نصيب الأسد من بين تلك المصادر، إذ وجدت الدراسة أن الأمريكيين يميلون بشكل متزايد إلى استخدام الإنترنت كمصدر رئيسي للأخبار السياسية.

وقد أكد التقرير الصادر عن مؤسسة بيبسي للأنترنت ومشروع الحياة الأمريكية أن المزيد من الناس يساهمون في الجدل والحوارات السياسي من خلال البلوجات أو الدورات الخاصة بهم، كما رصد...

التقرير الأثر المتنامي للشبكة على كيفية تفكير الناس بالقضايا المدنية.

وطبقا لما ورد في موقع الـ "BBC"، ترى الدراسة أن انتشار خدمة الإنترنت السريعة البرود باند، في المنازل الأمريكية تشكل الآن أحد أسباب تنامي أثر الشبكة على الأمريكيين، مشيرة إلى أن حوالي نصف المنازل الأمريكية مزودة الآن بخدمة الإنترنت السريعة.

هذه، كما تلعب الشبكة دورا متزايدا في الحياة اليومية للناس في أمريكا.

يقول معد الدراسة في رينيه: "خدمة البرود باند أضحت الآن جزءا من إيقاع الحياة عند البشر، بما في ذلك إيقاع القضايا المدنية، ويضيف قائلا ينظر الناس إلى شبكة الإنترنت على أنها تقوم بتزويد معلومات أكثر من قنوات الأخبار الأخرى، فهي تقدم تنوعا من وجهات النظر والنظرات المستقبلية للأمر.

ويستطرد قائلا: "يختار موقع بي بي سي للأخبار على الشبكة بين أكثر المواقع شعبية عند الأمريكيين.

وتشير الدراسة إلى أن ١٥ بلانة من الأمريكيين يؤكدون أن

رغم تعدد الوسائل: الإنترنت أفضل المصادر لاستقاء الأخبار عند الأمريكيين

واشنطن / متابعة: وتعددت المصادر التي يستقي منها الناس أخبارهم على مستوى العالم ما بين مرتبة ومسموعة ومقروءة، إلا أن دراسة أمريكية...

كشفت أن الإنترنت على وجه التحديد كان له نصيب الأسد من بين تلك المصادر، إذ وجدت الدراسة أن الأمريكيين يميلون بشكل متزايد إلى استخدام الإنترنت كمصدر رئيسي للأخبار السياسية.

وقد أكد التقرير الصادر عن مؤسسة بيبسي للأنترنت ومشروع الحياة الأمريكية أن المزيد من الناس يساهمون في الجدل والحوارات السياسي من خلال البلوجات أو الدورات الخاصة بهم، كما رصد...

التقرير الأثر المتنامي للشبكة على كيفية تفكير الناس بالقضايا المدنية.

وطبقا لما ورد في موقع الـ "BBC"، ترى الدراسة أن انتشار خدمة الإنترنت السريعة البرود باند، في المنازل الأمريكية تشكل الآن أحد أسباب تنامي أثر الشبكة على الأمريكيين، مشيرة إلى أن حوالي نصف المنازل الأمريكية مزودة الآن بخدمة الإنترنت السريعة.

الكلمات المتقاطعة

إعداد / بسمة نصر basmanasr@maktoob.com

Crossword puzzle grid with numbers 1-12 and clues in Arabic.

Another crossword puzzle grid with numbers 1-12 and clues in Arabic.

الحلقة رقم 84 حل الحلقة 83