موضوع ما

الخيار.. للجمال أيضاً

@ لا تقتصر فوائد الخيار على قيمه الغذائية الصحية فقط، فالخيار مفيد لجمال المرأة أيضاً. عصير الخيار يفيد في جعل الوجه أشقر اللون (فاتحاً أبيضا)مع تكرار هذه العملية (أي شربه، وغسل الوجه به)، كذلك أكل الخيار يسكن العطش ويساعد على تخفيف الاضطرابات العصبية،كما سبق وأشرنا إلى ذلك من قبل، أما الخيار الحامض المهروس فهو يكسب الجسم دفئا ويسهل الهضم أيضا ..

والخيار يمكن استخدامه، للعناية ببشرة.

–فإذا كنت سيدتي تعانين من جلد مبقع مَن جراء الشمس أو الولادة إليك هذه الوصفة:

أبرشي الخيار في الحليب وامسحي به وجهك بواسطة قطنة مرتين يوميا، وواظبي على هذه العملية لعدة أيام متتالية.. وإذا كان وجهك دهنياً اغلي الخيار بالماء وامسحي وجهك به ساخنا وباردا.

–أما ماسك الخيار فهو مدهش لشد مسامات الجلد الواسعة.

يتبع .

نصر صالح
nasrsale7@hotmail.com

خطوة على طريق إيجاد علاج للسكري :

اكتشاف الجين المسؤول عن تنظيم الأنسولين في الجسم

لندن / متابعات:

أصبح مرض السكري مرض شبه عام حول العالم نتيجة تغيير المواد الغذائية، وظروف الحياة، فنجد أنه لا يوجد منزل يخلو من مريض بالسكري، لذا يبذل العلماء جهودهم للوقاية من أخطار مرض السكري بكافة أنواعه والبحث عن وسائل العلاج المناسبة، وفي هذا الصدد توصل باحثون أمريكيون إلى اكتشاف الجين المسبب لمرض السكر من النوع الثاني، والمسئول عن تنظيم وإفراز الأنسولين في الجسم.

وأشار البروفيسور فيليب نروجيل بامبريال كولدج بلندن، إلى أن الجين الذي يسبب مرض السكر من النوع الثاني، قد وجد تحور في مستقبلات عنصر الزنك والذي يعرف باسم "slc30A8" والمسؤول عن تنظيم وإفراز الأنسولين في الجسم وبهذا الاكتشاف يمكن عمل اختبار جيني عن طريقه يمكن معرفة الأشخاص المعرضين للإصابة بمرض السكر من النوع الثاني.

وطبقاً لما ورد "بجريدة الأخبار"، أوضح نروجيل ألأن هذا الاكتشاف المبكر يمكن أن يمنع الإصابة عن طريق تنظيم الغذاء وضرورة الاهتمام بالرياضة وكذلك إنقاص الوزن ويمكن في المستقبل القريب العلاج بالجينات لمنع الإصابة بالمرض لمن لديهم استعداد وراثي.

وُجد تحور في مستقبلات عنصر الزنك والذي يعرف باسم "slc٣٠A٨"

جزئ يساعد في علاج السكري:

وفي نفس الصدد، تمكن علماء صينيون من التوصل إلى اكتشاف جزئ رئيسي يمكن أن يساهم في علاج مرض السكري.

وأوضح العلماء أن هذا الجزيء مركب قادر على السيطرة على مرض السكري لدى الفئران، مما يساهم في إنتاج أدوية تؤخذ عن طريق الفم لعلاج مرض السكري الأكثر انتشاراً بين البشر.

وأشارت الدراسة التي وردت في نشرة الأكاديمية الوطنية للعلوم، إلى أنهم عزلوا هذا الجزيء بعد استعراض آلاف الجزيئات لرصد تلك التي لديها خصائص شبيهة بخصائص الهرمونات البشرية المنظمة للجلوكوز، حيث اتضح أن هذه الهرمونات تتيح تنظيم مستوى الجلوكوز لدى مرضى السكر.

لعاب السحالي لمعالجة السكري:

توصل فريق بحثي ألماني إلى عقار جديد مستخلص من لعاب السحالي الأمريكية، يمكنه السيطرة على مستوى الجلوكوز في الدم، مما يساعد في تفادى حدوث هبوط مفاجئ في مستوى السكر.

فقد عزل الباحثون مادة تعرف ب"إيكسيناتيد"، وهي مادة تعمل عمل هورمون GLP-1 الذي ينشط فرز الأنسولين من البنكرياس، كما يلعب الهرمون دوراً أساسياً في تفريغ المعدة من المحتويات، فضلاً عن كبت الشعور بالجوع، لذا يمكن استخدامه فى السيطرة على العديد من العوامل المسببة لارتفاع مستوى السكر في الدم.

وقد كشفت التجارب السريرية نجاح العقار في خفض مستوى السكر فى الدم دون أن يؤدي إلى نوبات انخفاض السكري المعروفة ، فهو يختلف عن هورمون GLP-1 من ناحية الثبات ووصوله إلى البنكرياس، بعد زرقه تحت الجلد، من دون أن يتأثر من ناحية التركيب والمفعول ، كما أظهرت التجارب قدرة العقار على خفض أوزان المصابين بالسكر .

الألمان يتجهون نحو الطب البديل:

العلاج بالأعشاب والوخز بالإبر يخففان الآلام

برلين / وكالات:

أظهرت ميشائيلا لونار الخبيرة الألمانية في الطب الطبيعي أن نحو مليون شخص يعانون في ألمانيا آلاماً شديدة ولا سبيل للتخفيف من حدتها إلا عبر المعالجة بالأعشاب أو الوخز بالإبر.

وطبقا لما ورد بوكالة الأنباء الكويتية، أوضحت الخبيرة – في دراسة نشرتها المجلة الشهرية "ابوتيكينشاو" التي يصدرها اتحاد الصيادلة الألمان – أن كثيراً من الناس أصبحوا يتوجهون نحو الطب البديل أملاً في تخفيف الآلام المزمنة وغير المزمنة، مبينة أن زيادة الوعي تدفع المرضى إلى البحث عن بدائل للعلاج الطبي التقليدي.

وأضافت أن المعالجة بالأعشاب أو الوخز بالإبر التي كانت تستخدم في العصور الغابرة والوسطى والتي تخضع إلى ما يعرف بطب "الهيمبيوباتي" عادت في الوقت الحاضر لتحتل من جديد أهمية كبيرة في التغلب على حالات مرضية استعصى علاجها وفقا للأساليب الطبية المعتادة.

وشدد الخبيرة في الوقت ذاته على أنه يتعين على المرضى الذين لا يجدون تقدماً في المعالجة خلال أيام باستخدام الأدوية العشبية أو طريقة الوخز بالإبر التوجه إلى الأطباء، ولاسيما إذا لاحظ المعالج ظهور تغير في الجلد أو ضيق في التنفس أو اضطراب في الدورة الدموية.

ولفتت إلى أن بعض الأعشاب لا تصلح لاستخدامها في المعالجة لمدة طويلة وذلك بالرغم من تحصينها لنظام المناعة المكتسبة، مشيرة إلى أن استعمال هذه الأعشاب الطبيعية لمدة طويلة يتسبب في ظهور أعراض مرضية معاكسة لما هو مرجو من خلال المعالجة بها.

وحذرت الخبيرة الألمانية من مغبة تناول الأعشاب كعلاج بدون حدود وكميات كبيرة مبينة الأهمية القصوى للخبرة أولا في جمع الأعشاب وثانيا في كمياتها إذ أن كثيراً منها تحوي مواد لا تلائم كل شخص.

الوخز بالإبر.. علاج صيني فعال

وأشارت إلى أن الوخز واستخدامه في المعالجة يؤثر تأثيراً إيجابياً في أغلب الأحيان على أعراض المرض وفي مقدمتها الشعور بالوهن، لاسيما في فترات التوقف عن التدخين وكذلك في معالجة الاضطراب في النوم وأمراض الحساسية.

بتكلفة 8 مليارات درهم (مليار يورو)..

طموح غير مسبوق: متحف اللوفر بأبوظبي!

اللوفر.. الفرنسي!

أبوظبي / وكالات:

إنشاء المتاحف المشتركة من الأفكار الجديدة، والتي عبر عنها شيراك بالقول: "بإمكاننا أن نشهد، أمام العالم أجمع، بإيماننا المشترك بالوعود التي يحملها حوار الثقافات." حيث بعث الرئيس الفرنسي برسالة إلى رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان بمناسبة توقيع البلدين (فرنسا والإمارات)، اتفاقا حول إنشاء متحف لوفر في أبو ظبي، ووصف شيراك وفقاً للميدل إيست إنشاء "اللوفر العالمي" في أبو ظبي بـ"اللحظة التاريخية"، وبـ"الطموح غير المسبوق"، وقال "بإمكاننا أن نشهد، أمام العالم أجمع، بإيماننا المشترك بالوعود التي يحملها حوار الثقافات."

ومن جانبه أكد الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة وفقاً للبيان أن مبادرة تشييد متحف "اللوفر أبوظبي" تشكل نموذجاً للتعاون الدولي البناء وتجسيداً للعلاقات الثنائية التاريخية التي تجمع بين دولة الإمارات العربية المتحدة والجمهورية الفرنسية.

جاء ذلك بمناسبة توقيع حكومة إمارة أبوظبي وحكومة الجمهورية الفرنسية الإثنين (6 الجاري) بفندق قصر الإمارات بابوظبي اتفاقية ثقافية لمدة 30 عاماً تبلغ قيمتها الإجمالية 88،4 مليارات درهم (مليار يورو) لتشييد متحف اللوفر أبوظبي" كمتحف عالمي ضمن المنطقة الثقافية في "جزيرة السعديات" على بُعد 500 متر من شواطيء أبوظبي، وقال الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان كما جاء بالبيان أن هذه الاتفاقية تشكل خطوة هامة تجاه تحقيق رؤية أبوظبي لتبوؤ موقعها الريادي كمركز للثقافة في المنطقة وجسر للتواصل الحضاري في العالم كما أنها ستفتح المجال لخلق فرص للتعليم وزيادة الوعي الثقافي لدى الأجيال القادمة.

وكما جاء بالبيان سيستضيف متحف "اللوفر أبوظبي"، بموجب هذه الاتفاقية، مجموعات فنية متكاملة ونادرة على شكل إعارة لمدة طويلة الأجل من "متحف اللوفر" ومتاحف فرنسية عريقة منها "متحف دو كي برانليه" و"مركز جورج بومبيدو" و"متحف دورسيه" و"متحف فيرساي" و"جيميه" و"رودان" و"جمعية المتاحف الوطنية الفرنسية".

وسيعتمد المتحف نظام مبتكر يكفل تقديم مجموعات فنية فريدة بصفة منتظمة من خلال تدوير المعروضات على صالات عرض متحف "اللوفر أبوظبي"، وذلك بالتزامن مع خطة الإمارة لبناء مجموعاتها الخاصة من الأعمال الفنية، كما سيتم تنظيم معارض مؤقتة سنوياً في "اللوفر أبوظبي"، وذلك ضمن برنامج التبادل العالمي بين المعارض الرائدة في العالم.

وفي إطار اتفاقية التبادل الثقافي أيضاً ستشهد العاصمة الفرنسية باريس إطلاق اسم الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان على جناح خاص ضمن متحف "اللوفر" تكريماً لذكرى الراحل الكبير على أن يتم افتتاحه في جناح "بافيون دو فلور" في "اللوفر" خلال السنوات الثلاث المقبلة وسيتميز هذا الجناح بعرض مجموعة كبيرة من أبرز وأهم الأعمال الفنية العالمية.

وسيضم متحف "اللوفر أبوظبي"، الذي تبلغ مساحته 24000 متر مربع وفقاً للبيان صالات عرض تمتد على مساحة 6000 متر مربع مخصصة للمجموعات الفنية الدائمة بالإضافة إلى صالات أخرى مساحتها 2000 متر مربع للمجموعات المؤقتة.

ومن المتوقع افتتاح المتحف في العام 2012 على أن يتم تدشين صالات العرض على مراحل متتالية، وسيعرض "اللوفر أبوظبي" مجموعات نادرة من كافة العصور والاتجاهات الفنية إلى جانب أعمال معاصرة حسب منهج مبتكر في تنظيم المعروضات، مع التركيز على الأعمال الكلاسيكية.

الفاو تحذر:

توقع غزو الجراد لليمن والسعودية أواخر الشهر!

صنعاء / متابعات:

حذرت منظمة الفاو من احتمال غزو الجراد لمناطق في سواحل البحر الأحمر في كل من اليمن والسعودية بعد اكتشاف أسراب من الجراد في المنطقة الجنوبية من السواحل السودانية المطلة على البحر الأحمر على مساحة قدرت بـ"1700" هكتار.

وطبقاً لما ورد "بجريدة عمان اليوم"، أوضح التقرير الصادر عن المركز الوطني لمراقبة الجراد الصحراوي، أنه ظهرت مجاميع من الجراد في عدد من المناطق اليمنية بمعدل "100–50" في الهكتار الواحد منها ما هو في المرحلة الانتقالية ومنها ما هو في المرحلة التجميعية.

وأشار التقرير إلى إمكانية إنتاج جيل ثان يحتمل أن ينبثق عنه فوران محلي للجراد خلال أواخر شهر مارس وبداية أبريل المقبل وتوقع التقرير مهاجمة الكثير من أسراب الجراد للمناطق الساحلية اليمنية.

وفي الصومال أكدت معلومات وجود تكاثر للجراد في المنطقة المطلة على خليج عدن والبحر العربي.

يعكف العلماء على تطوير فعاليته:

جهاز لكشف الألغام بالموجات فوق الصوتية

واشنطن / وكالات:

تمكن روبرت هوبن الباحث الأمريكي من معهد ماتشوستس للتكنولوجيا، من ابتكار جهازاً كاشفاً للألغام الأرضية بواسطة الموجات فوق الصوتية.

وأوضح هوبن أن هذا الجهاز يعمل بواسطة إرسال شعاع مركز من الموجات فوق الصوتية إلى حقل الألغام، وعندما يصطدم هذا الشعاع الصوتي بجسم صلب يرتج هذا الجسم ويحدث اهتزازة تنتقل إلى سطح الأرض، والذي يتم اكتشافها بجهاز ليزر مخصص لذلك.

وقد تم اختبار النموذج الأول للجهاز بإحدى القواعد العسكرية الأمريكية وثبتت كفاءته في تحديد أماكن الألغام وتحديد نوعها أيضا، كما أظهر الاختبار أن درجة حرارة الكاشف ترتفع بسرعة مما يضطر مستخدموه للعمل به لفترات قصيرة.

ولهذا يعكف فريق العمل على تطوير نموذج ثان لتلافي هذا النقص، خاصةً أن هذا الكاشف لا يعمل بكفاءة في الأماكن غير المستوية أو كثيفة النباتات والأشجار، كما أن سعره يفوق الكاشفات المستخدمة حالياً.

الصين تستعد لغزو القمر !

بكين / متابعات:

أفاد علماء بأن الصين هذه الأيام تستعد لتصنيع أول قمر صناعي صيني يطلق عليه "تشانج أو "رقم 1" يدور حول القمر ليكون مستعداً للإطلاق.

وطبقاً لما ورد "بجريدة الرياض"، أوضح العلماء أن المشروع الصيني لاستكشاف القمر ينقسم إلى ثلاث مراحل هي: "الدوران والنزول والعودة".

وتخطط الصين، كخطوة أولى لاستكشاف الفضاء، إطلاق أول قمر صناعي في رحلة استكشافية للقمر لتحقيق هدف الدوران حول القمر، مع السعي إلى تحقيق هدف "النزول" قبل عام 2010 و"العودة" قبل عام 2020.

صاروخ إطلاق صيني (أرشيف)

يتيح البحث عن الأماكن الجذابة:

جهاز جديد لتحديد المواقع من "فوجيتسو"

واشنطن / متابعات:

أزاحت شركة فوجيتسو سيمنز الستار عن جهاز "LOOX N100 Series" لتحديد المواقع "جي بي إس".

ويتيح هذا الجهاز اختيار الأماكن الجذابة المعروضة من قاعدة معلومات واسعة للمطاعم ومحطات الوقود وغيرها، كما يمكن استخدامه للملاحة إلى المكان الذي يقصده المستخدم انطلاقا من المكان الذي يكون فيه في تلك اللحظة، أو يمكن تخزين الوجهات المختلفة والطرق.

والمشكلة مع هذا الجهاز حجمه الصغير، فلا يوجد حيز يتسع لوضع الأزرار والتشبيكات عليه باستثناء زرين للتشغيل والتوقيف on/off وآخر للتثبيت hold مع قلم إلكتروني قصير لاستخدامه على الشاشة التي تعمل باللمس ويبلغ مقياسها 2.8 بوصة.

ويعتمد الجهاز على محرك SIRF Star 111 GPS، ويعمل على نسخة معدلة حسب الطلب من برنامج Mobile Navigator Premium من NAVIGON الذي يقوم بإدارة الخرائط وعمليات لمس الشاشة وتشبيكة المستخدم المتعددة اللغات.

ويحتوي أيضاً على بطاقة SD صغيرة لتخزين كل من المعلومات الخاصة بالخرائط، وملفات MP3، وهو مزود بحامل للجهاز لتركيبه في السيارة، وشاحن لشحنه من السيارة أيضا وسماعات أذن.

جهاز "Series LOOX N١٠٠"

كمبيوتر يعمل ببصمة الإصبع من آسوس

واشنطن / متابعات:

كشفت شركة آسوس النقاب عن جهاز كمبيوتر محمول صغير الحجم يعمل ببصمة الإصبع مما يمنع غير مستخدمه فتحه أو التعرف علي البيانات المدونة به.

ويتميز الجهاز بدرجة عالية من التكنولوجيا فقد تم تزويده بنظام "umpc" الذي يسمح بتحديد المواقع الجغرافية، بالإضافة إلى شاشة 7 بوصات وذاكرة بسعة 256 جيجا بايت وكاميرا ويب ذات درجة عالية من الوضوح.

ويتم فتح لوحة المفاتيح به بطريقة انزلاقية من الخلف، ويحتوي على هارد ديسك سعته تتراوح بين 20 إلي 60 جيجا بسرعة دوران 4200 دورة في الدقيقة.

برنامج يحدد قدرة كمبيوترك على تشغيل فيستا

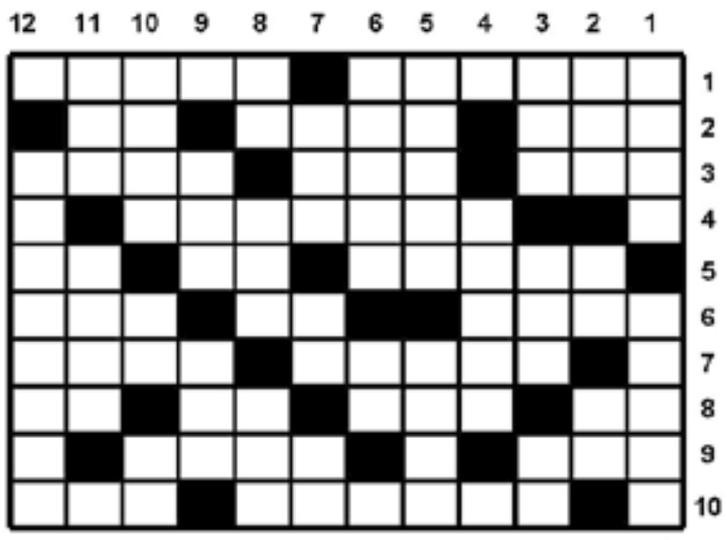
يعمل برنامج "Windows Vista Upgrade Advisor" على معرفة مدى قدرة الكمبيوتر على تشغيل النظام الجديد ويندوز فيستا وإمكانية إجراء مسح شامل والحصول على مجموعة من التقارير.ويقوم البرنامج بالتعرف على مدى ملاءمة وموافقة جهاز الكمبيوتر مع النظام الجديد ويندوز فيستا مع توفير خاصية الاستشارة لأفضل حلول التعامل مع هذا النظام الجديد، كما أنه سهل الاستخدام ويحتوي على العديد من الخدمات الإضافية.

ويمكن معرفة المزيد عن البرنامج من خلال هذا الموقع:
http://www.microsoft.com/windows/products/windowsvista

فيستا مايكروسوفت..

الكلمات المتقاطعة

إعداد / بسمة نصر
basmanasr@maktoob.com



الحلقة رقم 2 م

أفقياً :

1– هو أبو عثمان عمرو بن بحر محبوب الكناني الليثي البصري، أديب عربي من كبار أئمة الأدب في العصر العباسي، ولد في البصرة وتوفي فيها. 159(255هجرية)، عمّر نحو تسعين عاماً وترك كتباً كثيرة يصعب حصرها، وإن كان البيان والتبيين، كتاب الحيوان، البخلاء أشهر هذه الكتب، مطلوب كنيته التي اشتهر بها – موكب ركب.

2– أرض منبسطة – غنم – إجابة .

3– يضاف إلى الملح – مسكون – مُرّفه .

4– منطقة حقل مائي محلية .

5– رمز سلام – طار – غير مباح

6– للنوم – بحر – وكالة فلسطين للأبناء

7– الجماهيرية – تراجع .

8– شهر سرياني – داعم – قلوي – نصف رحلة

9– (16 وقية) – (شريم) .

10– شلالات بأمريكا – شعار الجمهورية .

رأسيا :

1– كبرى القارات – (نقيل) شهير .

2– لعب – طليق – طائر مائي .

3– على البدن – قياس مسافة – نفي.

4– عاصمة أوروبية .

5– طيور السلام(تعبير تعظيم) – قناة تصل محيطين .

6– حالة بائنة منتشرة – كف

7– جهر – للمناداة – قلوي .

8– دودة الحرير – أبو البشر – منطقة بمكة المكرمة .

9– سفلتة – تعوق المشي .

10– هروب – إظهار محبة – نفي .

11– قضم ثعابين – بدون حجاب .

12– قصر عجيب البناء في صنعاء .

حل الحلقة 113