إعداد/ إبتسام العسيري

العدسات اللاصقة تحتاج إلى عناية كبيرة

لأسباب جمالية قد يلجأ بعض الناس لإرتداء العدسات اللاصقة عوضًا عن النظارات الطبية، وقد يلجأ إليها لدواعٍ طبية أيضًا، والأخطاء التي قد توجد في النظر يمكن تصليحها بالعدسات اللاصقة بنوعيها اللين (الطري) أو الصلب hard lenses or soft lenses، ولكن معظم الناس تفضل النوع الطري soft lenses لأنها الأكثر راحة، على الرغم من أنها قد لا تعطى افضل رؤية، ويجب أن ترتدى العدسات اللاصقة لعدد محدود من الساعات يوميًا، لأن ارتداؤها المستمر أو لفترات طويلة يعرض العين لأخطار جسيمة، ولا ينصح به إلا لدواع طبية وتستدعي العدسات اللاصقة عناية جيدة حيث أن إهمال نظافتها وعدم الاهتمام بتوجيهات الاستعمال والتنظيف اليومي يمكن أن تؤدي إلى مشاكل متعددة وخطرة مثل قرحة في القرنية والتهابات في أجزاء متعددة من العين.

ولذلك يفضل معظم الناس ارتداء العدسات التي تستخدم لمرة واحدة disposable lenses والتي لا تحتاج إلى عناية أو تنظيف ..

ومن الحالات المرضية التي تصيب العين نتيجة إهمال تنظيف العدسات أو استعمال عدسات من نوع غير جيد ..حالة تدعى Acanthamoeba Keratitis وهذه الحالة تظهر أكثر مع العدسات من النوع الطري soft lenses ..

وتعالج هذه الحالة باستعمال قطرة عين تحتوي على المضاد الحيوي neomycin مع نو==ع من المطهرات chlo- rhexidine و propamidine isotionate ...وأحيانًا يستعملوا معًا في آن واحد ..

يجب توخي الحذر عند وصف محلول لتنظيف العدسات اللاصقة حيث أن بعض المواد الفعالة والمواد الحافظة يمكن أن تتراكم في العدسات من النوع so وبالتالي تؤدي إلى تفاعلات ضارة...

لذلك إن لم يكن لها دواعي طبية لا ينصح بارتداء العدسات اللاصقة أثناء تناول أدوية أخرى...

أو يمكن اللجوء إلى أنواع من القطرات لا تحتوي على مواد حافظة ..

كما يمكن استعمال القطرات فوق العدسات من النوع الصلب hard ..

أما الذي لا يسمح باستخدامه مطلقًا مع أي من نوعي العدسات اللاصقة هو المراهم ..

كثير من الأدوية التي تؤخذ عن طريق الفم يمكن أن تؤثر في العدسات اللاصقة وتشمل التالي:

حبوب منع الحمل وخاصة التي تحتوي على محتوى عالي من الاستروجين

المهدئات والمنومات ومضادات الحساسية وباسطات العضلات

الأدوية التي تقلل إفراز الدموع مثل مضادات الهيستامين... والفينوثيازين

مغلقات مستقبلات البيتا

مدرات البول

مضادات الاكتئاب

وأيضًا الأدوية التي تزيد إفراز الدموع مثل الافيدرين والهيدرالازين ..

الايزوتريتنوين والذي يستخدم لعلاج حب الشباب يمكن أن يؤدي إلى التهابات في القرنية

بريميدون يسبب اوديما في جفن العين

الاسبرين حيث يظهر حمض الساليسيلك وهو أحد شقي الاسبرين في الدموع ويمكن امتصاصه بوساطة العدسات اللاصقة مما يؤدى إلى حدوث التهابات ورغبة في الحكة

بعض الأدوية التي تغير لون العدسات مثل الريفامبسين والسالفاسالازين

يو إس بي مخصص للأطفال

عرضت شركة بافلو مفتاح يو اس بي (USB) خاص للأطفال بحيث يلبي احتياجاتهم أثناء استخدام الكمبيوتر والانترنت ، ومن أهم ما يوفره هذا اليو اس بي (USB) العديد من القيود أثناء استخدام الانترنت مثل استخدام متصفح ياهو الأطفال وتحديد مقدار الوقت المسموح للاتصال بالانترنت وغيرها من التطبيقات.

ويعمل هذا اليو اس بي (USB) مع نظام الويندوز اكس بي والفيستا ويتطلب أن يكون لديك إصدار انترنت إكسبلورر 6 فما يليه ويصل وزنه إلى 13 جرام فقط كما انه يأتي بعدد من الشخصيات الكرتونية المناسبة للأطفال مثل الميكي ماوس.

هي ثالث اكبر الجزر العربية بعد سقطرى اليمنية و دولة البحرين ، ان القادم لجزيرة جربة يخال له في الوهلة الاولى انه في احدى الجزر الاستوائية النائية ..يصعب على كل من يزور جربة ان يستوعب كل هذا الجمال ..بشواطئها الفيروزية النادرة في البحر المتوسط و واحاتها البحرية الملاصقة لبحرها الساحر ذو الرمال البيضاء الناصعة ..نعم هذه هي جربة كبرى الجزر التونسية و احدى اجمل و اشهر جزر المتوسط .. جربة هي قبلة للمشاهير يفضلها الرؤساء و رجال الاعمال و المشاهير على عدة جزر اخرى لقربها من اوروبا و موقعها المتميز في عرض السواحل التونسية

تمسح جزيرة جربة 520 كم مربع و هي بذلك اكبر من ارخبيل قرقنة (300 كم مربع) و يبلغ طول شريطها الساحلي 122 كم ..تخيلوا 122 كم من الشواطئ الفيروزية الخيالية التي لا تجدها الا في جزر الباسفيك كجزر بولونيزيا الفرنسية او جزر المحيط الهندي كالمالديف ، ولشدة جمال شواطئها شبهت الجزيرة بجزيرة بولونيزيا و لقبت ببولونيزيا المتوسط

وتقع على مسافة 400 كم جنوب شرق تونس العاصمةو طول الشريط الساحلي 125 كم وعاصمتها حومة السوق وهي جزيرة تواجه رمال الصحراء وتعد زيارتها أشبه بحلم أو خيال شاعري جعل منها عنوان السياحة الراقية بفنادقها الفاخرة ومطاعمها وأنشطتها الترفيهية . إلا أن ميزتها الحقيقية تبدو في عمارتها الفريدة ومساجدها المتميزة .

وقد أصبحت هذه الجزيرة قبلة متميزة للسياح بفضل جمال محيطها وهوائها الطلق وما توفره من راحة وطمأنينة لزائريها وكذلك بفضل بنيتها الأساسية المتطورة حيث يوجد بها مطار عالمي وطرقات عصرية وعدة فنادق منسجمة تماماً مع المظهر المعماري الأصيل لمنازلها التقليدية إلى جانب أحد عشر منتجعاً استشفائياً أنشئت خلال السنوات الماضية إلى جانب خدمات العائلات والمرافق الخاصة بالأطفال المرافقين مع كل الاحتياجات المطلوبة إلى جانب العروض الفنية والسهرات الكبرى .

وفي جربة يوجد العديد من الصناعات التقليدية مثل الخزف والمنسوجات إلا أن ما يميزها أكثر هو المشغولات الفضية الجميلة والنادرة بزينتها وتوشيتها ورموزها الفلكلورية.

- 1982/12/9 :
وفاة الاديب الروائى المصرى يحيى حقى .
- 1608/12/9 :
مولد الشاعر الانجليزى الكبير جون ميلتون .
- 1220/12/9 :
وفاة السلطان علاء الدين محمد خوارزم شاه .
- 1917/12/9:
دخول الجنرال اللنبي القدس في الحرب العالمية الأولى.
- 1949/12/9:
صدور قرار الأمم المتحدة رقم 303 بإعادة تأكيد وضع القدس تحت نظام دولي دائم.
- 1987/12/9 :
قررت تونس إعادة علاقاتها بمصر.
- 1987/12/9:
بدء انتفاضة الشعب الفلسطيني على أرضه.
- 1990/12/9 :
مع نهاية العام الثاني في عمر الانتفاضة الشعبية العظيمة في فلسطين، وصل عدد الشهداء إلى 1856 شهيد، وعدد الجرحى 99150 (تسعة وتسعون ألفا ومائة وخمسون) جريحا، وبلغ عدد الفلسطينيين المعتقلين داخل سجون إسرائيل تسعون ألفا.

جون ميلتون

من أبرز شعراء الأدب الإنجليزي

ولد جون ميلتون سنة 1608 في احدى ضواحي لندن، وقد نشأ ميلتون في بيئة يغلب عليها طابع التدين المتزج بقدر كبير من الالتزام، وكذلك عُرف عن هذه الاسرة حبها الشديد للعلم، من المعروف ايضا ان أباه كان شغوفا بالموسيقى، فضلا عن كونه مؤلفا وملحنا موهوبا، وربما كان حب ميلتون للموسيقى نابعا من التصاقه الدائم بأبيه

عاش ميلتون حياة مليئة بالمتاعب والمآسي المفجعة، فقد كانت المصائب تأتي تباعا، الواحدة تلو الأخرى، حيث فقد ابنه الأصغر في سنة 1952، ثم ما لبث ان فقد زوجته في العام نفسه، وبعد ذلك يستمر مسلسل الأحزان حيث يفقد بصره في العام نفسه، وبعد أربع سنوات تزوج مرة اخرى وفقد زوجته الثانية وطفلتها الرضيعة، وفي سنة 1663 خاض ميلتون غمار تجربة جديدة حيث يرتبط بسيدة تدعى اليزابيث ميتشال، وظل يتخبط في هذه الحياة حتى إختطفه الموت في سنة 1674 وأنطوت آخر صفحة من صفحات حياته.

كان لرحلته الى ايطاليا أبلغ الأثر في نضوجه الأدبي، فلم يكن ميلتون مجرد زائر ولكنه كان أشبه ما يكون بسفير لثقافته. وقد كان محظوظا أكثر من أي مسافر آخر لأنه كانت لديه القدرة على التحدث بطلاقة باللغة اللاتينية مما أتاح له فرصة ذهبية للاحتكاك بالأدباء والفنانين والايطاليين، حيث شارك في كثير من المناقشات الفلسفية والادبية التي كانت تدور رحاها في ذلك الوقت.

لقد كان ميلتون مولعا بالحرية وأولاها اهتماما كبيرا، ويرى ميلتون ان العقل الذي منحه الله للانسان تظهر آثاره في قدرة الانسان على الاختيار، ومن هنا فإن الفضيلة تعتمد على مدى قدرة الانسان على تبني اختيارات صحيحة.ويعتقد ميلتون ان الفرد الصالح قادر على ان يقوم باتخاذ قرار منطقي وعقلاني في كل لحظة وفي أي موقف يتعرض له في حياته اليومية.

وهذا الموضوع يشغل جزءا كبيرا من مساحة أعماله الادبية، ولاشك ان اختياره للشعر المرسل في الفردوس المفقود يبدو أكثر من مجرد اختيار جمالي، فهو يرى ان الحرية مثل الجنة تم فقدها ولكن يمكن استعادتها مرة اخرى.

كان ميلتون صاحب مدرسة أدبية في الشعر، ويعده النقاد من بين عظماء الشعر الانجليزي، لدرجة انهم وضعوه جنبا الى جنب مع وليام شكسبير، شارك الكثيرين من شعراء النهضة . خاصة سبنسر . في القدرة على استخدام الأساطير الكلاسيكية بطريقة جادة في اطار من الشعر الديني

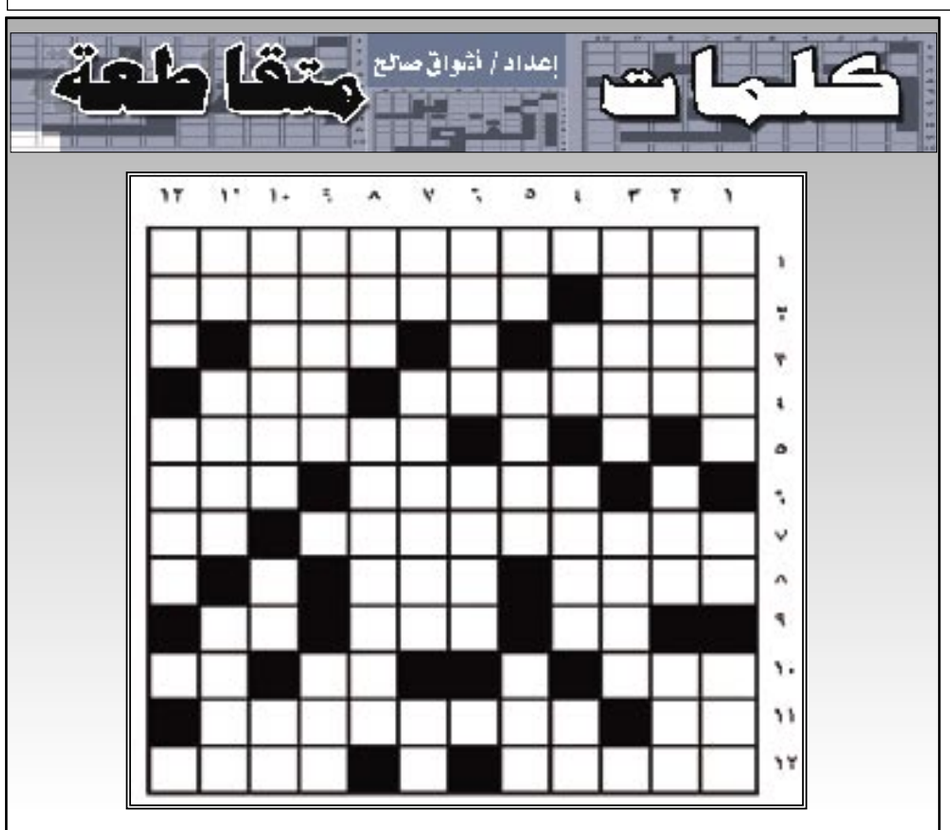
هناك الكثير من قصائد الحب المؤثرة في كتابات ميلتون ومنها على سبيل المثال قصيدته «كوماس» التي تحكي قصة حب مثيرة بعيداً عن الاثارة الجنسية التي كانت تتصف بها كتابات ذلك العصر.

توفي ميلتون سنة ف 1674، في بكينغامشاير تاركا الكثير من الاعمال الادبية والشعرية والمسرحية ، فمنها الفردوس المفقود التي تحكي قصة الشيطان وهبوط آدم وحواء ، شمشون المصارع .

- شخص واحد من كل اربعه في الولايات الامريكيه تعرض لاطلاق النار والتهديد باطلاق النار
- كاس الماء لا توجد به سعرات حراريه
- امريكا كانت مستعمرة لبريطانيا سابقا
- اول من وصل للقمر هم السوفيت
- السعودية في المرتبه السادسه لانتاج القمح
- المانيا هي ثالث قوة اقتصاديه في العالم
- جميع اسماء الانبياء غير عربيه ما عدا محمد و شعيب
- الانسان الطبيعي يتنفس في اليوم اكثر من ٣٥٠٠٠ مرة
- تسمى انثى الارنب عكرشة
- يسمى صغير الصقر قرناس
- دقات القلب في الصباح اسرع منها في المساء
- السمك يستمر في النمو دون توقف حتى اخر يوم في عمره
- أول من اطلق اسم (بنك) على المؤسسات المصرفية هم الايطاليون
- اكبر إعلان دعائي في العالم كانت لشركة سيزر الامريكية حيث بلغ حجم الانفاق عليها ١,٢ مليار
- اول من ذكر مصطلح (الامم المتحدة) هو العالم المسلم الفارابي في كتابه المدينة الفاضلة
- الاسم التاريخي القديم لمدينة الرياض كان يسمى (حجر) او حجر اليمامة بضم الحاء.
- شعب الباكا هو شعب من الاقزام يعيش في غابات الكاميرون

زواج الأموات

من المعتقدات الصينيه الساذجه هذا الاعتقاد وهو زواج الاموات وهذا خبر منقول من احد الصحف الصينيه حيث أن من بين هذه الزواجات الغريبةأن دفع قروى صينى مبلغ 8500 يوان اى مايوازى سبعمائة دولار لجثة فتاه توفيت حديثا ... من اجل تزويجها لابنه الميت وذكرت صحيفة ليجال ديلى فى شاندونج .. انه بمجرد ان توفيت الفتاة 18 عام هرع الرجل الى منزلها ... وقام اهل الفتاة برؤية الاسعار وكان اعلاها السعر الذى قدمه القروى (مزاد) وفور الحصول على الموافقه حمل جثة الفتاة ليزوجها لابنه المتوفى ..وعمره 5 سنوات وذكرت الصحيفه ان هناك حالات مشابهه تصل الى 24 حاله سنويا يذكر ان فى العادات الصينيه يعتقد ان الزواج بعد الموت يمنع العروس والعريس من التحول الى اشباح .



أفقيا:

١- فقيه وقاضي عثماني له مؤلفات بالعربية والعثمانية من أثارة (رجوع الشيخ إلى صباه) وقصة (يوسف وزليخة) ·
٢- ميثاق – أحرف متشابهه ·
٣- علم – حجر كريم ·
٤- يعالجان – شخصية كرتونية شهيرة ·
٥- أحد محيطات العالم ·
٦- دولة عظمى – نادي كرة قدم فرنسي ·
٧- مخترع المسدس وذلك عام ١٨٣٦م – للنفي ·
٨- القناة الوحيدة في العالم التي تربط بين محيطين – يتبع ·
٩- خاصتي (معكوسة) – من الأسنان – للمعية ·
١٠- تنتجه الدجاج – عقل – والدة ·
١١- حرف انجليزي- بلد عربي خليجي ·
١٢- عاصمة أوروبية – مدينة تونسية ·

عموديا:

١- بلد أسيوي – سكب – مدخل ·
٢- مكرر – سلام – سهولة ·
٣- عقائد – بريق ·
٤- ضمير منفصل – عملة – للنداء ·
٥- تقوى – مضارع قال – نقيض سر ·
٦- أحدى البحيرات العظمى تقع بين كندا والولايات المتحدة – آله حادة ·
٧- نقيض الخير – مرفأ إيطالي على خليج نايولي – ارتفاع البحر ·
٨- جمعية يمنية زراعية – مدينة اثيوبية·
٩- حيوان – يصاحب الرعد ·
١٠- نادي كرة قدم انجليزي – غم – متشابهان ·
١١- جواب (معكوسة) – صوت الحمام – لام ·
١٢- فر – جهة جانبية ·

حل العدد الماضي

أصابع أعتادت سقوط خواتمها

نوافذ مطرزة
بالنرجس
شرائط غادرتها
الفراشات
أصابع اعتادت
سقوط
خواتمها
جئتك حرفاً
مشتعلا
لتقترح وطناً لحنيني
أراك بأمّ قلبي
تمتد بين
القصيدة و الحلم
تسكن يقيني
فأفتح يدي
كضفتي نهر
ليمر الكلام
على ضفافك
و ينحني
فألقي حروفك
على كتفي
كي تستفيق العصافير
وأنسج لك قلباً
من وهج القرنفل

الشاعرة الكردية/
إفان شكاكي

إيطاليا

الاول : أشكر الله كثيرا لانه لم يخلقني إيطاليا
الثاني : ولماذا ؟
الاول : لانني لا أعرف كلمة إيطالية واحدة .