

## الأسبرين غير مفيد لمرضى السكري

1276 رجلا وامرأة لم يصابوا قط بأزمة قلبية أو جلطة لكن هناك احتمالاً كبيراً لإصابتهم لأنهم مرضى بالبول السكري أو مصابون بمرض في نشر طرفي. وأعطى الباحثون مجموعة من الأشخاص الأسبرين أو قرصاً وهمياً بينما أعطوا آخرين مادة مضادة للأكسدة أو قرصاً وهمياً، ووجد الباحثون بعد ثماني سنوات أن عدد من أصيبوا بأزمة قلبية أو جلطة متساو تقريباً. وأشار الباحثون إلى أن الأسبرين يظل فعالاً في تقليل مخاطر الإصابة بين الرجال والنساء الذين كانوا قد أصيبوا بالفعل بأزمة قلبية أو جلطة.

**ندن / متابعات**  
خلصت دراسة بريطانية إلى أن الأطباء لا ينبغي أن يصفوا بشكل روتيني الأسبرين لمرضى البول السكري بهدف المساعدة في حمايتهم من الإصابة بأزمة قلبية أو جلطة. وقال الباحثون إن تناول المنتظم للأسبرين كان فعالاً بالنسبة للأشخاص الذين يعانون بالفعل أمراضاً في القلب أو أصيبوا بجلطة لكنه لم يسد معروفاً لمرضى البول السكري ومن يعانون مشكلة شائعة في الدورة الدموية. وتضمنت الدراسة التي أجراها جيل بيلش وزملاؤه بجامعة نندي في اسكتلندا بيانات حول



## سياحة

ميرانو أجمل منتجع جبلي في إيطاليا، ميرانو هي نجمة الشمال الإيطالي المتألقة على سفوح الجبال الشاهقة قرب الحدود النمساوية وهي المكان المفضل للاجلاء الجبلية لذوي الوزن الثقيل الذين يبحثون عن وسائل تخفيف الوزن والرجم الصحي وأهم مركز طبي للحمية في جبال الألب الشرقية التي تحتوي على 800 قصر منتشرة في المدن الصغيرة، وتشتهر ميرانو بالرياضة كسباق الخيول والهوكي على الجليد، كذلك لعبة الشطرنج. وتسمى ميرانو «مدينة الزهور» وهي ثاني أكبر مدينة في إقليم التيرول الجميل الذي تقاسمه النمسا مع إيطاليا منذ انتهاء الحرب العالمية الأولى عام 1919 وتوقيع معاهدة فرساي للصلح وكانت عاصمة للاقليم أثناء سيطرة الامبراطورية النمساوية على كافة الاقليم ثم اضطرت الى تسليمها الى إيطاليا مع بقية اراضي إقليم التيرول الإيطالي ومن بينها مدينة بولزانو التي تبعد 15 كيلومتراً. ميرانو كانت تسمى ميران قبل أن تصبح انسبروك النمساوية عاصمة الجزء النمساوي وغالبية سكانها (69%) الذين يبلغ عددهم 35 ألفاً ما زالوا يتكلمون اللغة الألمانية حتى اليوم، ويعرفها نبله وأثرها أوروبا منذ أوائل القرن العشرين لارتفاعها 1200 متر عن سطح البحر ولصفاها مانها وخصوصية أنواع العنب المزروعة في هضابها وتتمتع بطقس لطيف رائع، حيث لا تتجاوز درجة الحرارة خلال الصيف أكثر من 27 درجة مئوية لأن تلك المدينة الصغيرة الساحرة محاطة بجبال الدولوميت من كل حدب وصوب لكن درجة الحرارة لا تهبط تحت الصفر في الشتاء أثناء موسم الثلوج، ولا شك أن التكوين الجيولوجي لتلك الجبال يساعد على الانعكاسات

الخلابية لضوء الشمس الخافت ساعة الغروب يترك الاحساس بالأبهة والاثارة والاعجاب المتناهي الحدود فهو منظر فريد لا مثيل له في العالم. ويقام في الخريف مهرجان سنوي للعب وقد شهدت الاحتفالات هذا العام بمناسبة انتهاء موسم القطف وهم يحملون العنب على ظهور الحمير فقط التي تقوم بالاستعراض في شوارع المدينة، حيث تجوب الفرق الموسيقية وهي تعزف الموسيقى الشعبية وتتبعها العربات المزينة ويمشي وراءها أهل البلد بألبستهم التقليدية ويقعازهم الخضراء الشهيرة في منطقة التيرول، ويمكن للسائح تناول الأطعمة المحلية في الأوكاشك المنتشرة في كل مكان وهي متأثرة بالتأثيرات بالمطبخ النمساوي الجبلي ففيها أنواع السجق والنقانق المختلفة والملفوف المملح المتخمّر (ساور كراوت بالألمانية) والبصل، أما الغالب على الحلويات فكانت كعكة الكستناء وكعكة التفاح (سترودل). وينصحون بالعلاج بحمامات المياه المعدنية المشعة التي أعيد ترميمها قبل ثلاث سنوات وفي المنتجع 25 بركة للسباحة من بينها بركة للماء المالح وثمانية حمامات على البخار (ساونا) وبالاقصاء على تناول العنب طوال مدة الإقامة في المنتجع لأن عنب ميرانو يمتاز بخصوصية غير معروفة لكنها تساهم في تخسيس المهن والشحوم، فالعنب ينضج تماما في تلك المنطقة في أشهر الصيف الشديد الحرارة خلال النهار بينما تنحدر حرارة الجوالى باردة في الليل ويتم القطف في شهر سبتمبر (اليلول)، والطقس الخاص الذي يعطي أيضاً طعاماً لذيذاً مميّزاً للتفاح لا تجده في أي منطقة أخرى في إيطاليا.

## ميراثي

## نجمة الشمال الإيطالي المتألقة



## قراأتك

### دائماً في الزحام

دائماً في الزحام  
حين يرتطم الوجه بالوجه  
والصوت بالصوت...  
يطلع وجهك عاصفة...  
من خلال الزحام!!  
فيزعني في الشوارع... لغماً...  
ويغزو يقيني...  
ويدحرني...  
فألوذ إلى الصمت.. وهو كلام..  
... بأي اللغات..  
أمارس حق التحية  
حق الرجيل...  
حق اللجوء إليك...  
وحق السلام.



الشاعر السوداني / سيد أحمد الحرذلو

## أقوال مأثورة

يستطيع المرء أن يتبسم  
ويتبسم، ويكون نذلاً..

شكسبير (هامات)

## غزل البياطرة

دكتور بيطري يغازل خيلبيته قال لها: أنا بهيم في حبك، فردت وقالت وأنا ما أقدر أرفسلك طلب.



## صعود الأسهم اليابانية أوائل التعامل في طوكيو

**طوكيو / متابعات :**  
قفز مؤشر نيكي الرئيسي للأسهم اليابانية 1.6 في المئة في التعاملات المبكرة أمس الجمعة بعد يوم من تكبده أكبر خسارة له منذ انهيار أسواق الاسهم عام 1987 وقد لاقى دعماً من صعود اسهم التكنولوجيا مثل كيو سيرا كورب بعد انتعاش نظائرها في السوق الامريكية. وبحلول الساعة 0003 بتوقيت جرينتش ارتفع المؤشر نيكي القياسي لاسهم الشركات اليابانية الكبرى 1.6 في المئة إلى 8594.08 نقطة. ارتفع المؤشر توبكس الاوسع نطاقاً 1.6 في المئة إلى 878.42 نقطة.

وقالت الاميرة الاردنية عالية بنت الحسين ان الفوز بالمسابقة يعطى دفعة معنوية للمشاركة والطمحين للمشاركة في مسابقات عالمية. واضافت وبالعرض تكون المقاييس.. الصفات العربية.. التكوين الصحيح للجسم.. القوائم.. الحركة.. ينبغي أن يكون الحصان حصاناً كاملاً بالإضافة إلى أن يكون هناك هوية عربية واضحة.. صفات عربية مميزة.. مثل العيون الواسعة.. الذك العربية.. الظهر القصير.. الذليل.. الحركة المميزة.

## عجائب وغرائب

### الأردن ينظم مسابقة لجمال الخيول العربية



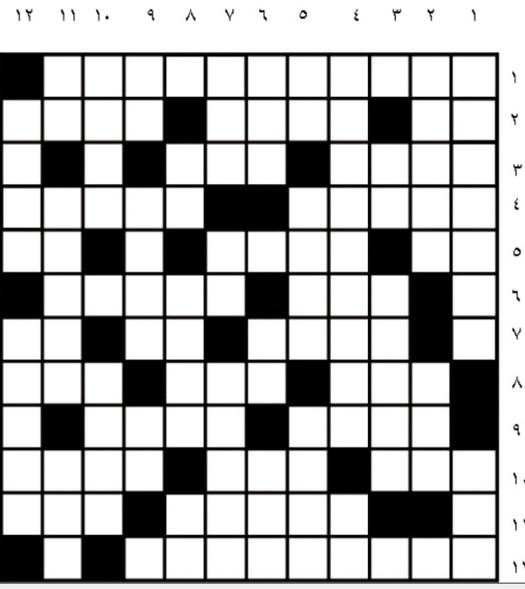
تنافس العشرات من الخيول العربية الاصلية أمام عين المحكمين والجمهور في اطار مسابقة بطولات الشرق الاوسط لجمال الخيول العربية التي تستضيفها العاصمة الاردنية عمان. وعلى مدى ثلاثة ايام تتبارى الخيول المشاركة في المسابقة التي تجرى على ميدان الاسطبلات الملكية في اظهار اشكالها وجمالها أمام لجنة تحكيم مكونة من خبراء من الشرق الاوسط وأوروبا. وقالت الاميرة الاردنية عالية بنت الحسين ان الفوز بالمسابقة يعطى دفعة معنوية للمشاركة والطمحين للمشاركة في مسابقات عالمية. واضافت وبالعرض تكون المقاييس.. الصفات العربية.. التكوين الصحيح للجسم.. القوائم.. الحركة.. ينبغي أن يكون الحصان حصاناً كاملاً بالإضافة إلى أن يكون هناك هوية عربية واضحة.. صفات عربية مميزة.. مثل العيون الواسعة.. الذك العربية.. الظهر القصير.. الذليل.. الحركة المميزة.

## كلمات

- أفقياً
- 1- سيد بني تميم في البصرة من دهاة العرب وقادتهم في صدر الإسلام.
  - 2- عقل - أعوام - صوت الذباب..
  - 3- شوق - حرف أبجدي.
  - 4- قريبة - جمع نار.
  - 5- عملة - حبر - دق.
  - 6- تجدها في (ابها) - مدينة أمريكية.
  - 7- قاسط - قلوي - متشابهان.
  - 8- حائط - من الالات الموسيقية - رجاء.
  - 9- عاصمة اذربيجان - عاصمة بريطانيا.
  - 10- عكس لا - حرف أبجدي - جمع بيت.
  - 11- عاصمة عربية - ضياء.
  - 12- النادي الملكي.

- عمودياً
- 1- محافظة يمنية تطل على البحر الأحمر - ضياء.
  - 2- بلد عربي - من أسماء الأسد.
  - 3- عملة - سنين.
  - 4- رئيس عربي - للاستدراك.

حل العدد الماضي



## حديث الكابيرا

تعليق وتصوير / علي الدرب:  
وشعبنا يحتفل بذكرى ثورة أكتوبر كلنا نتمنى ولاز لنا بأن تقوم الجهات المسؤولة في محافظة ريف أسماء شهداء الثورة على المدارس والشوارع التي تم تغييرها وإعادة اللوحات الإرشادية وتجديد للشوارع والأحياء التي مازالت تسمى بالشهداء الإبطال رغم ان الجهات المختصة لم تقم بعمل لوحات بدلاً عن اللوحات التي فقدت منذ سنوات رغم شهرة هذه الشوارع والأحياء بأسماء شهداء الثورة مثل شارع الشهيد مدمر والشهيد سالم علي وهي الشهيد عبد القوي وغيرها.



## باختصار

محمد الجرداني  
شيء لا يعقل.. فيبعد كارثة ارتفاع أسعار الأسماك التي حرمت معظم الأسر منها، أصيب المواطنون بصعوبة أعظم، وهي ارتفاع أسعار الخضروات المفاجيء وبطريقة غير مسبوقه، أما الفواكه، فهي ليست للشراء بل للمشاهدة فقط. هناك أخبار شبه مؤكدة تفيد بأن خضارنا الوطنية تصدر إلى بعض دول الجوار، وهي ليست بمستوى السعر المحلي، بل تصل إلى مستوى نصف مايباع لدينا، على سبيل المثال الكيوي جرام الطماطم محلياً (300) ريال يماني، وبياع خارجياً بسعر (150) ريالاً يماني، إذن أين هي الكمة الاقتصادية من هذا. وإلى من يصرخ المواطن؟ هل هذا الصراخ من مغيث؟!.