

مضغ العلكة يفيد مرضى سرطان المثانة



وأوضح الباحثون أنه يلزم إجراء مزيد من الدراسات الأوسع نطاقاً لتقييم الزوايا الحقيقية لمضغ العلكة فيما يتعلق بالحد من حالات بطن حركة الأمعاء.

كما يساعد مضغ العلكة بعد الجراحات المعوية على إعادة تنشيط الأمعاء المتوقفة عن العمل.

وفقاً لدراسة طبية تم الإشارة إلى أن المرضى الذين يخضعون لجراحات في البطن غالباً ما يعانون من بطن أو توقف للأمعاء وهي حالة تسمى الانسداد المعوي قد تسبب آلاماً أو التقيؤ أو انتفاخ البطن وربما لا يستطيع المريض تناول الطعام أو حتى شرب الماء.

وأكد روب شستر من مستشفى سانتا باربارا كوتيدج: «أن المضغ ينشط الأعصاب التي تزيد من إفراز الهرمونات المسؤولة عن تنشيط الجهاز الهضمي».

ويذكر أن رجلاً قد خرجت من جوف 17 شخصاً مضغوا علكة بعد ساعات قليلة من الجراحة بشكل أسرع مما حدث مع أقرانهم الذين لم يمضوا العلكة، وبدأت أمعاؤهم تتحرك بعد 63 ساعة من الجراحة بالمقارنة بـ 89 ساعة لمن لم يمضوا العلكة.

أشطن/متابعات:
أوضحت الدراسة التي أجريت في جامعة أوكلاهوما بالولايات المتحدة الأمريكية، أن زيت اللبان يوقف من نمو الخلايا السرطانية، مشيرة إلى أن هذه الأعشاب لا تضر الخلايا السليمة.

وأكد الدكتور إتش كيه لين أن زيت اللبان يعتبر علاجاً دليلاً لمرض سرطان المثانة، مشيرين إلى أن العلكة خفضت من مستويات الغواض في المريء، ويعتقد الباحثون أن عملية البلع المتكررة ساعدت على التحكم في عملية الارتداد ودفعت محتويات المعدة الشاردة إلى حيث كانت هناك.

وخلف الباحثون أن مضغ العلكة يسرع من عملية النفاثة والشفاء بعد عملية استئصال قطع من القولون بواسطة المنظار، وكذلك بالنسبة إلى المرضى الذين يعانون من سرطان القولون، أما الأطباء في مستشفى كوتيدج في سانتا باربارا في كاليفورنيا فقد وصلوا إلى نتائج مماثلة.

كما أكد باحثون أن مضغ العلكة بعد الخضوع لجراحة في القولون يسرع فيما يبدو من عودة الأمعاء للعمل بصورة طبيعية.

ويعقب الجراحات التي تجري في البطن عادة بطن من حركة الأمعاء بسبب الألام وربما مضاعفات صحية، غير أن مضغ العلكة يمكن أن يكون فعالاً وحلاً بسيطاً لهذه المشكلة.

ومن خلال الدراسات أوضح أن من يمضوا العلكة تحركت أمعاؤهم بمعدل يقل 1.1 يوم عن الآخرين، ويعتقد الباحثون أن مضغ العلكة يحفز الأعصاب في الجهاز الهضمي ويطلق هرمونات معوية ويزيد من الغاب وإفرازات البنكرياس.



إعداد / إنشام العسيري



للدكتورة/ عاتكة الخرجي

تحية حب

إلى كل من يبت إلى الرواية
بسبب من الحبيب إلى الخبيخ ...
تَمَلُّ - أَيْتُ العُزَّ - جُرَّتْ عَنِ العُشْدِ
فَلَيْسَ لِيَّيْ أَنْ تَقَابِلَ العُشْدُ
بِأَدَاةٍ - إِنْ نُزِّدُ - بِأَدَاةٍ وَأَهْمَا
عَشِيرِي وَأَهْلِيي وَأَنْفُسَ مَا عَشِي
هَوَايَ بِهَا، مَا حَدَّثَ عَنْ عَهْدِ حُبِّهَا
وَخَاصًا لِيَّيْ أَنْ تُجِيدَ عَنِ العَهْدِ
وَكَيْفَ وَكَيْفَ مَعَكُمْ كُلُّ مُجْتَمِعِي؟
وَأَيْتُ العُزَّيْ فِي الهَوَى فَوْقَ مَا أَيْتِي
هَوَايَ بِهَا، أَيْتُ العُزَّيْ جَوَانِحِي
إِلَى كُلِّ شَيْءٍ فِي العُزَّيْ مُمْتَنَّةٌ
بِكَيْفِ إِلَى العُزَّيْ، العُزَّيْ العُزَّيْ

قلعة طرابلس (سان جيل)



برامج التصفح الحديثة تحجب النوافذ الإعلانية

التي تبقى فيها النافذة على الشاشة لأطول فترة ممكنة.

ولعل أسهل طريقة لمواجهة هذه النوافذ المزعجة هي أن يقوم برنامج المتصفح بحجبها من البداية قبل حتى أن تظهر على الشاشة، ويقول نوربرت بولمان الأستاذ في معهد أمن الانترنت في مدينة جيلسنكيرشن الألمانية إن النسخ الحالية من برامج التصفح الشهيرة مثل موزيلا وفايرفوكس وإكسبلورر وأوبرا تتميز جميعها بهذه الخاصية.

ولهذا السبب يصنع بولمان متصفح الانترنت باستخدام أحدث نسخة من برنامج المتصفح لأنها ترصد النافذة الإعلانية وتحجبها تلقائياً، كما تتبع هذه البرامج للمتصفح إمكانية تعديل الإعدادات للتعامل مع هذه النوافذ كل مستخدم حسب رغبته.

أشطن/متابعات:
يشكو معظم متصفحي الإنترنت من النوافذ الإعلانية التي تظهر فجأة على شاشته الكمبيوتر وتعطلهم عن أعمالهم، وتستطيع الأجيال الحديثة من برامج تصفح الانترنت التغلب على هذه المشكلة حيث أنها عادة ما تكون مزودة بخاصية الحجب التلقائي للنوافذ الإعلانية، كما يستطيع المستخدم تنزيل خواص إضافية على برامج المتصفح للتحكم في أي إعلانات غير مرغوب فيها قد تظهر أثناء تصفح الشبكة الدولية.

ويقول الخبراء إن محاولة التخلص من النوافذ الإعلانية بواسطة برامج المتصفح القديمة هي جهد لا طائل منه حيث أن المبرمجين الذين يبتكرون هذه النوافذ يتفنون في إخفاء علامة «إكس» الصغيرة التي تغلق النافذة الإعلانية بغرض إطالة الفترة



معالم وآثار

عُرِفَت هذه القلعة القائمة في طرابلس، لبنان، باسم «نسبة إلى ريمون دي سان جيل، واشتهرت بمقاومتها الضخمة القائمة على رأس رابية تشرف على كل أنحاء المدينة وتطل على نهر قاديشا. القلعة واحدة من سلسلة حصون وأبراج كانت في الأزمنة النابضة تحيط بالقلعة والبلدة والميناء».

بنى الصليبيون هذه القلعة-القصر في أوائل القرن الثاني عشر خلال حصار المدينة، واتخذوها مركزاً لحملاتهم العسكرية. وهي أقيمت على تل مرتفع يطل على المنطقة بأسرها، أطلق عليه اسم «جبل الزاهب».

توفي فيها الكونت الفرنسي ريمون دي سان جيل عام 1105م. وقد أحرق المالك هذه القلعة عام 1289م ثم أعيد بناؤها بين 1307 و1308 على عهد الأمير أسندير كورجي، حاكم المدينة آنذاك، وورُثت عام 1521م في عهد السُلطان سليمان القانوني.

وفي أواخر الحكم العثماني حُوِّلها الأتراك إلى سجن. الدخول إلى القلعة يكون عبر باب خشبي ضخم يطل على ممر تم على مجموعة من العُزَّ والأروقة والأدراج المشيدة بشكل عشوائي مُثَبَّر للعجب.

وفي آخر الساحة تقع النواويس، إضافة إلى متحف للأثار القديمة. إحجارة القلعة رملة ناعمة تشبه حجارة أكثر المدن في ساحل البحر المتوسط، من عُرَّة إلى الإسكندرية، وتنقسم هذه الحجارة، من حيث الحجم، إلى نوعين: الأول بطول 90 سنتيم وارتفاع 40 سنتيم، والثاني بطول 25 سنتيم وارتفاع 18 سنتيم.

أما العلامات المنقوشة على الحجارة الضخمة فهي علامات خصائص صليبية. في القلعة إحجارة أكثر حداثة من المجموعتين السابقتين، منقوشة في كل أرجائها. وخصوصاً في أبراجها الغربية.

كما إن هناك اختلافاً كبيراً في طريقة نجتها، ويمكن تقسيم الحجارة إلى قسمين رئيسيين: قسم يحرف نحته إلى اليمين أو إلى اليسار، وقسم منحوت عمودياً من الأعلى إلى الأسفل أو أفقياً من اليمين إلى اليسار.

عجائب وغرائب

عاطل يقتل عشيقته ويدفنها بالمقابر لطلبها الزواج منه

شهدت مدينة القناطر الخيرية بمحافظة القليوبية المصرية جريمة قتل بشعة، حيث قام عاطل باستدراج عشيقته إلى المقابر، وقام بتهميم رأسها بقالب طوب، وللتأكد من موتها خنقها ودفنها بالمقابر لطلبها المستمرة بالزواج.

تم استخراج الجثة ونقلها إلى المستشفى، وأخطرت النيابة فتولت التحقيق وأمرت بنديب الطب الشرعي لتشريح الجثة لمعرفة سبب الوفاة وحبس المتهم 4 أيام على ذمة التحقيق.

كانت أجهزة الأمن بمحافظة القليوبية «50 كم شمال القاهرة» قد تلقت بلاغا من أهالي عزبة أبو



صافى الكاثير

أقوال مأثورة
(العقل هو النسيج الموجود وجوهر التاريخ ومضمون الواقع)
جان بول سارتر

أمنحك
الهم ثلاثة أنواع: (هم سعيد وهم حزين وهم برجر)!!

كلمات
أفقياً:
1- قائد تركي رفيق مصطفى كمال رئيس الجمهورية للفترة 1938-1950م ورئيس الوزارة للفترة 1961-1965م توفي عام 1973م.
2- أرض الكنانة - للنفي - الاسم القديم لصنعاء.
3- لغة السيد المسيح.
4- من الألوان - من يصلي بالناس - للنداء.
5- حرف انجليزي - قهوة - كتمان - يوضع على الرأس.
6- اسم علم مذكر - كلمة يونانية تعني المسافة المحددة للعدائين.
7- للتعريف - رهن - مفرد نوادي.
8- من الحواس الخمس - مدينة سعودية.
9- اسم علم مذكر - حرف نصب - في الوجه.
10- حرف انجليزي - من الزهور العطرية.
11- مدينة لبنانية - عاصمة عربية.
12- بلد أفريقي - سنم.

عمودياً:
1- قائد عربي هو أول من أطلق اسم أرض الكنانة على مصر.
2- منشأها - النادي الملكي.

حجرات
حل العدد الماضي

مثال للتعايش

يا أخي الوزارة أعفت التلاميذ من الرسوم
لكن المدير مش راضي يعفيهم

حديث الكابيرا
تعلق وتصوير/ علي الدرب:
بلغت درجة الاستهتار والإهمال بسائق المركبة التي تبدو في الصورة إلى أن يضع الأطفال في الحقيبة الخلفية للمركبة. عدسة الصحفية رصدت الحالة لتضعها أمام الرأي العام والجهات المختصة في إدارة المرور تجنباً لوقوع الكوارث ورافة بالأطفال الأبرياء.

باختصار
صنعاء السعودي
كنا قد قرأنا قراراً أصدرته وزارة التربية والتعليم يقضي بإعفاء تلاميذ التعليم الأساسي من الرسوم وتحديداً الأولاد من (أولى إلى سادس) والثبات من (أولى إلى تاسع). لكن نحن هنا في عدن لم نسمع أن الوزارة قد عدلت عن قرارها، بل نسمع كل يوم شكاوى من أولياء أمور يعيشون تحت خط الفقر، يقولون إن الإدارات المدرسية لا تستقبل أبناءهم إلا يدفع الرسوم المدرسية مقدماً. وكنا نحن قد عرضنا الأمر على بعض مدراء مدارس التعليم الأساسي، فكانت إجاباتهم شبه بالصاعقة حيث أقادوا أنهم لم يسمعوا بقرار الإعفاء، وأضافوا: حتى لو كان هناك قرار من الوزارة بالإعفاء، فليس لدينا توجيهات بهذا الخصوص من مكتب التربية في عدن. الآن الكرة في ملعب وزارة التربية، إما أن تفعل قرارها وتحاسب كل من رفض تطبيقه... وإما أن تصدر قراراً يلغي قرار الإعفاء السابق... والأعزاء للفقراء!!