الرياح المحملة بالأتربة تهيج الجيوب الأنفية وتسبب الالتهابات

القاهرة / متابعات :

أكد الدكتور محمود شاهين استشاري أمراض الأنف والأذن، أن العواصف الترابية تسبب تهيج الأغشية المخاطية، ناصحاً بعدم السماح للأطفال بالذهاب إلى مدارسهم عندما تسوء الأحوال الجوية وعمل حمام بخار دافئ للأنف من وقت لآخر.

وأوضح أن الجيوب الأنفية لها دور حيوي، حيث تعمل على تخفيف حمل الرأس على الجسم و تنقص الوزنَ النسبيَ للوجه الأمامي للجمجمة، وخصوصاً عظام الوجه وتعمل كحاجز ضد الرياح القوية باتجاهه، مشيراً إلى أن التعرض للأتربة بدرجة قوية يصيبها بالتهيج والاحتقان والانسداد الذي يؤدي إلى الإغماء.

ونصح شاهين بضرورة ارتداء كمامة وعدم السماح للأطفال بالذهاب إلى مدارسهم، إلا بعد تحسن الأحوال الجوية وعمل حمام بخار للأنف واستخدام الشاي في الغرغرة محذراً في الوقت نفسه من استخدام الدفايات لساعات طويلة لأنها تحرق الأكسجين اللازم للتنفس.

ودعا إلى الإكثار من شرب السوائل وتناول الموالح والابتعاد عن القهوة والشاي والاهتمام بالعوامل الرئيسية التي تقوي المناعة مثل الرياضة والتغذية الصحيحة والنوم للوقاية من نزلات البرد في فصل الشتاء ، مشيراً إلى أن تكرار الإصابة بنزلات البرد يؤدي إلى انسداد قناة استاكيوس وحدوث التهابات ورشح ما يترتب عليه عدم توازن الضغط داخل الأذن وإحداث طنين والإغماء المفاجئ.

سياحة

(كنتاكي) مدينة الأنهار والغابات

كنتاكي هي إحدى الولايات الأمريكية ، في عام 1792 م حيث أصبحت الولاية رقم (15) التي تنظم للولايات المتحدة الأمريكية ، كما تحتل ولاية كنتاكي المرتبة رقم (37) بين الولايات الأمريكية من حيث المساحة، عاصمتها فرانكفورت وهي مدينة صغيرة وأكبر مدنها لويفيل وتشتهر مدينة لويفيل بأنها تحتضن أشهر سباق خيل في أمريكا ، كما تعتبر (كنتاكي) منالولايات الفقيرة بالنسبة للولايات الباقية.

هناك اختلاف في تسميتها فهناك من يقول إن الاسم يعود إلى الكلمة الاوريكوانية (كين- تاه- تين) وتعني «أرض المستقبل»، بينما يعتقد آخرون أن الاسم قد اشتق من لغة الأمريكيين الأصليين وتعني أرض الصيد المظلم الدموي) ، حيث اعتاد الأمريكيون الأصليون الصيد في الغابات والدخول في مسابقات تنتهي بقضاء بعضهم على بعض .

وتعتبر الأنهار من أهم المظاهر الجغرافية التي أثرت في تشكيل ولاية كنتاكي جغرافيا، فقد شكل نهر أوهايو الحدود الشمالية للولاية متدفقا من الجنوب الغربي أسفل كوفينغتون إلى أن يصل إلى نهر الميسيسيبي غرب بادوكا.

إن ابرز معالم الولاية (الجبل الأسود) الذي يبلغ أعلى نقطة فيه عند ارتفاع (1264) متراً واقل انخفاض له عند نهر الميسيسيبي بعمق (78) متراً، و متحف محمد علي كلاي بمدينة لويفيل .

كانت تحدث ظلها

أتذكر ؟ ذات يوم متعب
على طرق الأسواق
القديمة
امرأة ضيعت نفسها
وكانت تحدث ظلها
الغريب
لتعود بأكياس خالية
إلا من بضعة قلق . .
يرحل الخوف حينما
تكون معي
أهبه للريح
كي يتجول في أزقة
المدينة .

ناهيد كبيري

سودوكو

سودوكو تلعب بواسطة مصفوفة 9X9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3X3 تدعى (المناطق).
- عند بداية اللعبة سوف تكون بعض خلايا المصفوفة محتوية على أرقام.
- الهدف من لعبة سودوكو هو أن نقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

				5			6	
		6			2	5		
7					1	4		
	4		1	8				6
9			2					4
6				7			3	
		7	5					9
		4	8			1		
	6			9				

2	7	4	3	8	9	1	6	5
5	1	8	2	6	4	7	3	9
6	3	9	7	5	1	2	8	4
7	9	5	1	2	3	6	4	8
8	4	1	9	7	6	5	2	3
3	2	6	8	4	5	9	7	1
4	8	7	5	1	2	3	9	6
1	6	3	4	9	7	8	5	2
9	5	2	6	3	8	4	1	7

فقدان الشيء يعلمنا قيمته أحيانا.

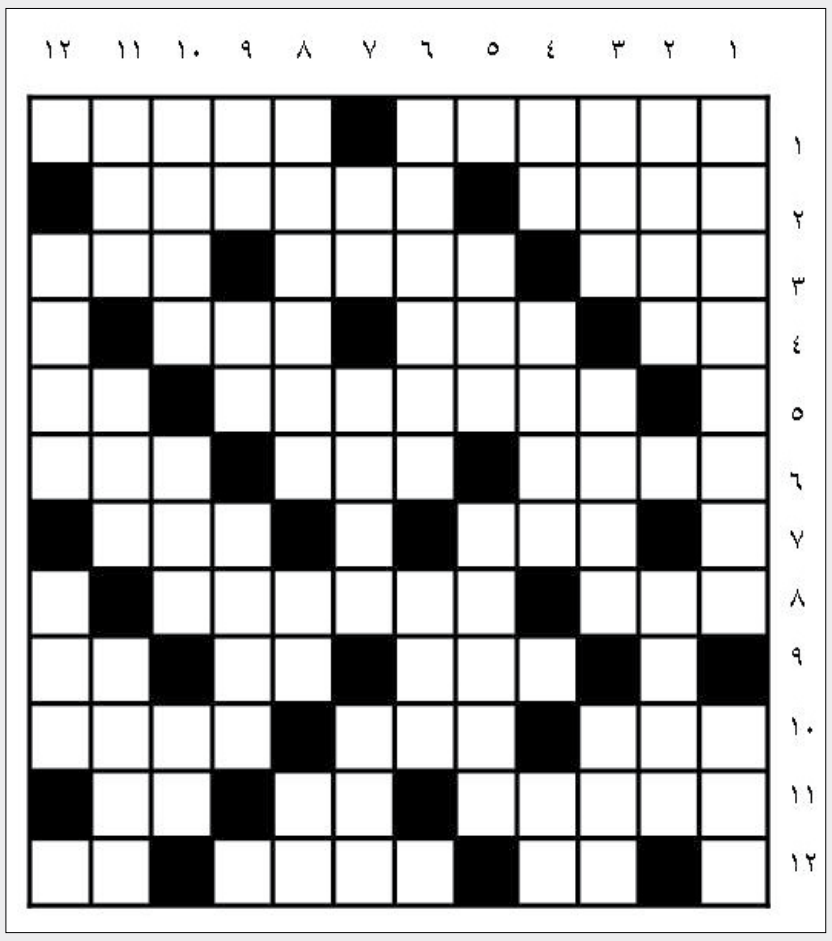
آرثر شوبنهاور

كذب على أصوله

التقى كذابان أحدهما من القطب الجنوبي والآخر من الشمالي فقال الأول : إن البرد عندنا كثير لدرجة أن النار قد تجمدت.

فقال الثاني: أما البرد عندنا وصل إلى درجة أننا لا نسمع كلام بعضنا حتى نضعه في الماء الساخن ..

كلمات متقاطعة



أفقيا :

1-مؤلف فرنسي اشتهر برواياته العلمية منها (الرحلة الجوية في المركبة الهوائية) و(الرحلة العلمية في قلب الكرة الأرضية) وصف الكثير من الاختراعات الحديثة قبل ظهورها – في الفم .

2-ابن سام بن نوح وأبو الشعوب الآرامية– مجموعة تلال في أواسط روسيا غنية بالبحيرات والمستنقعات .

3-عتاب – أنثى الحمار – اقترب .

4-كف – لمع البرق ضعيفا معترضا نواحي الغيم – أحد أبناء نوح عليه السلام.

5-إحدى بنات النبي صلى الله عليه وسلم تزوجها عثمان بن عفان بعد وفاة أختها رقية – خاصتي .

6-وكالة أبحاث الطيران والفضاء الأميركية تأسست عام 1958م – يفهم – حرف أبجدي .

7-أحرف مكررة – ضمير .

8-تستخدم للكتابة – من سور القرآن الكريم .

9-ثري – غير ناضج – للاستفهام .

10-آلة موسيقية – يتبع – رواسي .

11-من الطيور التي لا تطير- للتعريف – أداة جزم .

12-حرف نصب – إبل – عقل .

عموديا :

1-عالم إيطالي أول من استخدم التلسكوب لمراقبة الكواكب والنجوم – كروم .

2-جمع وردة – عودة .

3-عاتب – من الألوان – حرف أبجدي .

4-ثغر – حيوان – حرف جر.

5-كذب – بلدة في العراق .

6-أحد أبناء يعقوب عليه السلام – يتبع النهار .

7-متشابهان – حيوان ماكر – يصلي بالناس .

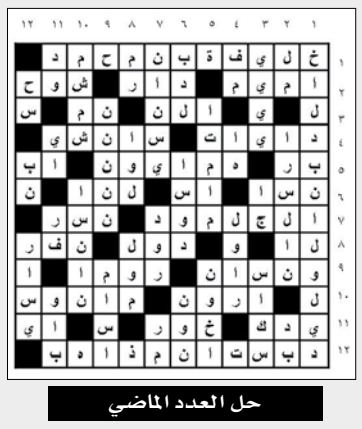
8-العالم بالنحو – بيت الدجاج – للنفي .

9-حاجز – والدة – من الزهور العطرية .

10-متحسر – عام – حرف عطف .

11-للاستفهام – للتمني – تام .

12-صوت المريض – رجاء .



حل العدد الماضي

عجائب وغرائب

نمل من كوكب آخر في البرازيل

يبدو أن الخيال العلمي سيصبح حقيقة فقد عثر باحثون ألمان على نوع بدائي للغاية من النمل في الغابات المدارية بالبرازيل، مؤكدين أن هذه النملة التي تعد أكثر فصائل النمل بدائية من ناحية أسلوب حياتها بدت لهم وكأنها من كوكب آخر.

وأطلق العلماء على هذه النملة التي اكتشفوها حديثا اسم « مارتياليس هوريكا» والذي يعني تقريبا « يا إلهي لقد وجدت نملة من كوكب آخر».

وصنف الباحثون هذه النملة ضمن أسرة مستقلة، وذلك بعد أن أجروا لها اختبار البصمة الوراثية على عينة من رجلها اليمني الأمامية ، وتعيش هذه الحشرة ذات اللون الشاحب تحت الأنفاق ولا تتمتع بحاسة البصر، ولها فم طويل تصطاد به فريستها .

تصوير وتعليق / علي الدرب :

يسير العمل في مشروع سفلتة طريق شارع حي ابن زيدون ورصف ممراته وازقته ببطء ملحوظ ما جعل الجميع يتمنى من الجهات المختصة في محافظة عدن ومديرية التواهي المتابعة المستمرة للعمل في هذا المشروع حتى يتم إنجازه كاملاً وبأسرع وقت ممكن.