نقص الحديد يزيد مخاطر الإصابة بالجلطات

واشنطن/ متابعات :

حـذرت دراسـة طبية من أن نقص الحديد في الدم يعمل على رفع فرص الإصابة بالجلطات الدموية الخطيرة، وذلك وفقاً لأحدث الأبحاث الطبية التي أجريت في هذا الصدد على مجموعة من الأشخاص الذين يعانون من نقص وراثي في عنصر الحديد.

وشدد الباحثون على أن علاج الكثيرين من نقص مستوى الحديد في الدم يعمل على وقايتهم بصورة كبيرة من زيادة فرص الإصابة بالجلطات الدموية الخطيرة.

وتحدث جلطات الساق عند تجمع كميات كبيرة من الدم في الساق مسببة التورم والاحتقان والألم وقد تصبح من الحالات الخطيرة مع انتقال الجلطة عبر الدورة الدموية لتصل إلى الرئة لتصبح حالة المريض حرجة في الوقت الذي تعد فيه عدم الحركة والجراحات والسرطان من الأسباب المساهمة في الإصابة بالجلطات.

وكانت الأبحاث قد أجريت على ما يقرب من 609 مرضى يعانون من خلل جيني في الأوعية الدموية يصيبهم بنزيف متكرر من الأنف والأذن، بالإضافة إلى معاناتهم من نقص في مستوى الحديد في الدم بسبب تعرضهم لنزيف متكرر.

وأشارت المتابعة إلى أن المرضى الذين عانوا من نقص في مستوى الحديد كانوا الأكثر عرضة للإصابة بالجلطات في الوقت الذي استطاع فيه المرضى تناول مكملات غذائية من الحديد لسد النقص في الحديد لديهم تراجعت بينهم فرص الإصابة بالجلطات.

معالم

جبل الأربعين أو جبل التجربة يقع في مدينة أريحا في فلسطين، ويرتفع حوالي 850م عن مستوى سطح البحر ويكسوه غطاء نباتي متميز ومتنوع من أشجار السماق والكرز والمحلب والكرمة إضافة إلى أشجار الزيتون التي تعتبر الرئة الطبيعية للمنطقة ويطل على وادي الأردن، وهو الموقع الذي تقول الرواية أن يسوع المسيح قضى فيه (40 يوما) صائما متعبدا بعد أن تعمد في نهر الأردن على يد يوحنا المعمدان.

كان الجبل يسمى جبل الأربعين في القرن الرابع الميلادي ونسبة للغار الذي يوجد فيه و يسمى غار الأربعين حيث تقول الرويات المسيحية أن أربعين قديسا لجؤوا إلى هذا الجبل من مدينة أريحا هربا من بطش الإمبراطور الروماني «يوليانس»، وقضى الأربعون قديسا في هذا الغار فسمي جبل الأربعين نسبة لهم، وتحولت التسمية في القرن الخامس إلى جبل بني عليم، نسبة للقبيلة العربية التي استوطنت هذا الجبل وكان لها دور بارز في الحروب الصليبية.

أما تسميته بجبل السماق التي ذكرها ياقوت الحموي في كتابه معجم البلدان فجاءت من كثرة شجر السماق الذي ينمو فيه بشكل طبيعي، وبقي هذا الغار ملجأ للعبادة بعد أن بني عليه مسجد سمي باسمه في ظل الدولة الإسلامية وأخيرا ظل محافظاً على التسمية الأولى «جبل الأربعين».

يقع في جبل الأربعين دير قرنطل ومعنى كلمة قرنطل أربعين ، تم بناء الدير فوق الكهف الذي أقام فيه المسيح. وعلى المنحدرات الشرقية للجبل مجموعة من الكهوف (حوالي 30 - 40) سبق أن سكنها الرهبان والنساك في سنوات الاضطهاد التي تعرض لها المسيحيون .

استشارة

إني أفهمكم كلكم ..
إني أستودع نفسي
مهملا
داخل مجموعة الأدراج
كي تأتي حشرة الوقت .
لعابها المعدني
لن يسمع في هدأة
غرفة نومي .
يجب أن أخلد للنوم راضيا
مثلما تنامون

فدريكو لوركا

أغسطس ..

- المدرس : لماذا سمي شهر أغسطس بهذا الاسم ؟
- التلميذ : لأن الناس (يغطسون) فيه من شدة الحر .

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).

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

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

أصغر جدة في أوروبا عمرها (29) عاما

استقبلت امرأة أوروبية أول حفيد لها وهي في الـ 29 من عمرها في واقعة نادرة الحدوث في مجتمعات أوروبا الغربية.

ونـشـرت صحيفة «بـيـلـد» الألـمـانـيـة واسـعـة الانتشار في موقعها الإلكتروني تـقـريـرا عـن «أصغر جدة في أوروبا» ذكرت فيه أن «جوليا آليا » المنحدرة من مدينة نـابـولـي الإيـطـالـيـة وضعت ابنتها آنا وهي في الخامسة عشرة من عمرها.

وصـارت آنـا بدورها أما وهي في الـ 14 من عمرها لتمنح والدتها لقب «أصغر جدة في أوروبا» بعد فترة قصيرة من احتفالها بعيد ميلادها الـ 29 .

وأصيبت جوليا بصدمة كبيرة عندما علمت أن ابنتها المراهقة على وشك الإنجاب وقـالـت : «ولـكـنـي تماسكت بعد فترة وقـلـت إن الـتـاريـخ يعيد نفسه وسأعتني بحفيدتي كما لو كانت ابنتي الثانية»، وفتحت « الجدة جوليا » أبواب منزلها لوالد حفيدتها أنـتـونـيـو(18 عـامـا) ليعيش عندها حتى ينهي المدرسة ويبدأ فـي الاعـتـنـاء بابنته وتحمل مسئوليتها.

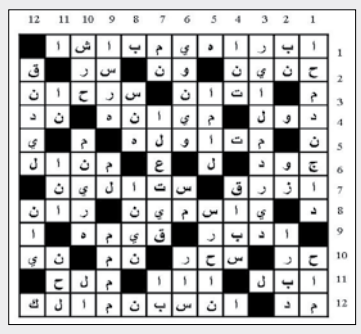
كلمات متقاطعة

أفقيا :

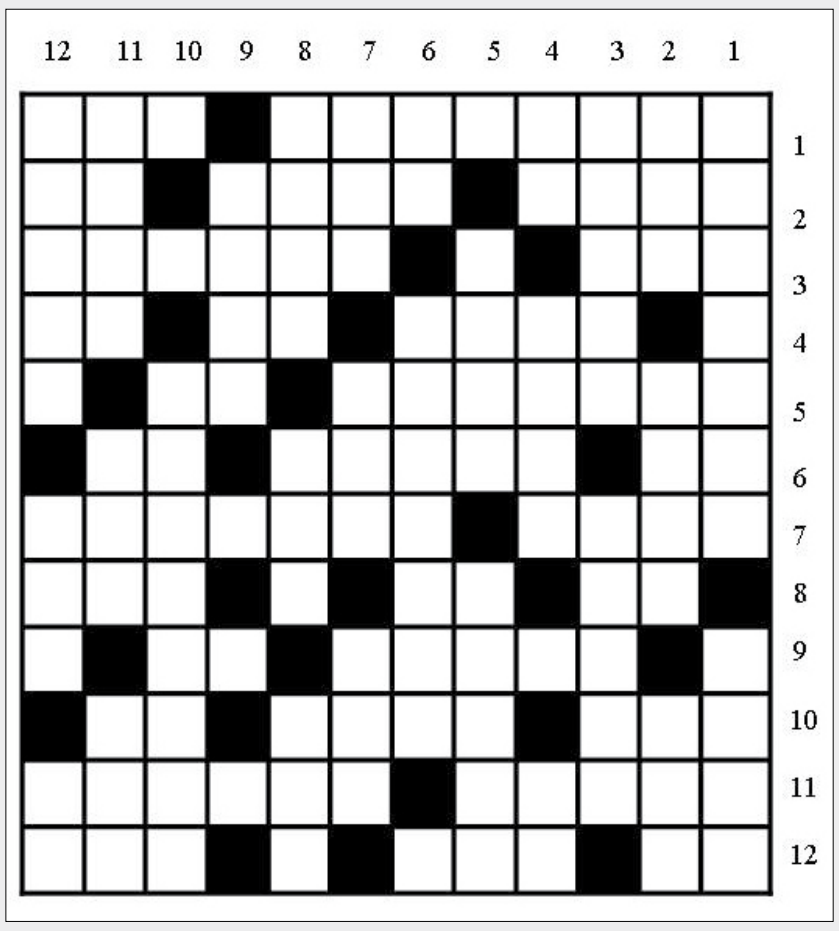
1-رحالة طاف في أنحاء العالم استغرقت رحلاته الثلاث زهاء 29 سنة زار خلالها أفريقيا وبلاد العرب وآسيا والشرق الأقصى استقر في فـأس له ((تحفة النظار في غرائب الأمصار وعجائب الأسفار)) امتاز بالدقة في الملاحظة والأمانة في الرواية – أداة حصر .
2-شجاع – من الزهور العطرية – حرف عطف .
3-مـن أنـواع النباتات – كلمة تركية معناها العقاب أو الطائر الأسود.
4-اتجاه جانبي – قط – غم .
5-بلد أوروبي – للاستفهام .
6-للتمني – أضواء – عدد انجليزي .
7-أحرف متشابهه – يعالجان .
8-سقي النبات – حرف انجليزي – من الأسلحة القديمة .
9-من المهن – تقال للتضجر .
10-ضمير المتكلم – عاصمة آسيوية – كف .
11-عاصمة أوروبـيـة – تشتهر الهند بزراعته .
12-أداة جزم – أقارب – خيال.

عموديا :

1-كنية الكلب – مدينة عراقية .
2-مدخل – منطقة في أبين – رقد.
3-ورد أبيض عطري – عملة.
4-حرف عطف – مطلوب – للنداء .
5-جزيرة يمنية – بر.
6-عدد انجليزي – من أكبر مدن العالم وأشهرها.
7-دق أو قرع – أحد أبناء يعقوب عليه السلام – سهل .
8-رحيل – من أقسام الجسم – لهب.
9-امرأة إبراهيم عليه السلام .
10-من نجوم كرة القدم البرتغالية .
11-أنثى الأسد – آلة موسيقية – تدفع مقابل ضرر.
12-ألمع جرم سماوي – فرد – للنفي.



حل العدد الماضي



تعليق وتصوير/ قيصر ياسين :

مازال المواطنون يشكون انعدام مادتي البترول والديزل ..و مازالت طوابير السيارات مستمرة في بعض المحطات حتى يومنا هذا .. وهذه الصورة لطابور سيارات في محطة بمدينة كريتر.