طلاء الأظفار ومثبتات الشعر تسبب السكري

واشنطن / متابعات :

وجدت دراسة أميركية جديدة أن مجموعة من المواد الكيميائية الموجودة في منتجات العناية الشخصية، ومنها طلاء الأظفار ومثبت الشعر، قد تزيد خطر الإصابة بالسكري.

وذكر موقع "لايف ساينس" الأميركي أن الباحثين في مستشفى "بريغهام أند ومينز هوسبيتال" في بوسطن وجدوا أن النساء اللواتي لديهن أعلى معدلات من هذه المواد المعروفة بالفيثاليت، في أجسامهن هن أكثر عرضة للإصابة بالسكري مقارنة من لديهن أقل المعدلات.

وتتواجد هذه المواد في منتجات متنوعة بينها طلاء الأظفار ومثبتات الشعر والصابون والشامبو.

وتبين وجود رابط أيضاً بين معدلات هذه المواد ومقاومة هرمون الأنسولين عند النساء اللواتي لا يعانين من السكري، وهي حالة تسبق الإصابة بالنوع الثاني من السكري.

وقالت الباحثة المسؤولة عن الدراسة تمارا جيمس تود، إن الفيثالين يمكن أن يضر بأيض السكر في الدم.

لكن العلماء أشاروا إلى أن نتائجهم اعتمدت على فترة زمنية محددة، لافتين إلى أن الأمر يتطلب مزيداً من البحث والمتابعة للنساء لمدة تزيد عن السنة من أجل التأكد من النتائج.

وقد حلّل الباحثون معلومات تتعلق بـ 2359 امرأة في سن يتراوح بين 20 و80 عاماً بين الأعوام 2001 و2008.

وتبين أن بين المشاركات 217 مصابة بالسكري ، وظهر أن اللواتي لديهن معدّلات عالية جداً من نوعين من الفيثاليت في فحوصات البول كن أكثر عرضة بمرتين للإصابة بالسكري مقارنة باللواتي لديهن أقل معدلات من هذه المواد.

معالم

مصياف هي مدينة سورية تقع جنوب غرب مدينة حماة على مسافة 48 كم. ترتفع المدينة عن سطح البحر بما يقارب الـ 450 متراً وهي تقع على تقاطع خط الطول 36 شرقا مع خط العرض 35 شمالا تحيط بالمدينة مجموعة جبال أهمها جبل المشهد وجبل عين (الخنازير).وتأخذ المدينة موقعاً متوسطا بين الجبال الساحلية والسهول الداخلية من سوريا. وتشتهر بوجود سرعة عالية للرياح فيها (هواء قوي). وكان يطلق على مصياف اسم مصياد (لكثرة الصيد فيها) ومصيات وباللهجة العامية حاليا مصييت.

مصياف المدينة تعتمد على التجارة. فتجد في السوق الرئيس والسوق الصغير عدداً كبيراً من المحلات التجارية التي تبيع مختلف السلع لسكان القرى من ألبسة واطعمة وخدمات، كما يعتمد أهل مصياف على الوظائف العامة، ويوجد أيضا في مصياف معمل كبير للأحذية، ومعمل صغير للسجاد، وقطع عسكرية للجيش السوري، ومركز تدريب عسكري لجيش التحرير الفلسطيني.

أما قرى مصياف فتعتمد على الزراعة وخاصة الزيتون والتين والعنب والخضراوات. وفي الريف نجد أعداداً كبيرة ممن تطوعوا للخدمة في الجيش العربي السوري بسبب معاناة سكان الريف تاريخيا من الفقر فقد اتجهوا إلى التطوع في الجيش منذ فترة طويلة وخاصة بعد تسلم البعث السلطة في سوريا.

ارتبط اسم المدينة باسم قلعتها التي تربض في وسطها على كتلة صخرية امتدت من الشمال إلى الجنوب وتعود إلى المرحلة الرومانية والبيزنطية وقد بنيت كقاعدة عسكرية لتأمين الطرق العابرة من الساحل إلى الداخل فضلاً عن تأمينها شبكة مواصلات ومسالك كانت مهمة بالنسبة للرومان والبيزنطيين فهي تؤمن الطريق إلى طرابلس الشام مروراً بوادي النصارى وحصن سليمان وبرج صافيتا ثم إلى أنطاكية مروراً بقلعة أبو قبيس وحارم والى البقاع اللبناني عبر قلعة عكار والى حمص عبر قلعة بعرين وسهل حمص والى حلب عبر برج جرجرة وحماة فمعرة النعمان وهذه الطرق والمسالك كانت تعبرها أيضاً القوافل التجارية وهذا أعطى القلعة أهمية اقتصادية بالإضافة إلى أهميتها العسكرية. ويحيط بالقلعة سور دفاعي ما زالت معظم أجزائه موجودة من الجهة الشرقية أما بقية الأ تجاهات فقد اختلط فيها مع البناء وله أبواب ارتبطت تسميتها بالاتجاهات الأربعة. لم يبق منها سوى باب واحد ما زال يحتفظ بشكله.أما غرب المدينة وعلى قمة جبل يجاور جبل(المشهد) فتقع قلعة أخرى هي قلعة (القاهر) ، وقد بنيت في عهد سنان راشد الدين الذي تميزت فترته بالاستقرار وقد استقطبت مصياف العديد من الفلاسفة والشعراء.

الحظيرة

كلما خيل لي أنني اقتربت من أبواب الفجر
طارت الأبواب إلى أماكن مجهولة
وتابع الليل غزوه.
اشهدوا أنني أسيرة ذلك الليل.
أفتح نوافذي للحب
فيدخلها حشد من العشاق
والراغبين في الجسد
حاملين معهم الجشع والعبودية
تطأ نعالهم العمر

سنية صالح

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).

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

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

أقوال مأثورة

لا تنم بينما غيرك يتكلم، ولا تجلس وغيرك واقف، ولا تتكلم في موقف يستدعي الصمت.

جورج واشنطن

أضحك

وتاوتة

مرة واحد قابل واحدة أجنبية سألها:
أنت من أين ؟
قالت له : وات؟
قال لها: اجدع ناس الوتاوتة

عجائب وغرائب

(وجه القرد) في زهرة الأوركيد يخطف الأنظار !

خطفت نوعية نادرة من أزهار الأوركيد التي تنتشر في غابات الاكوادور وبيرو الأنظار بسبب شكلها الغريب الذي يشبه وجه القرد.

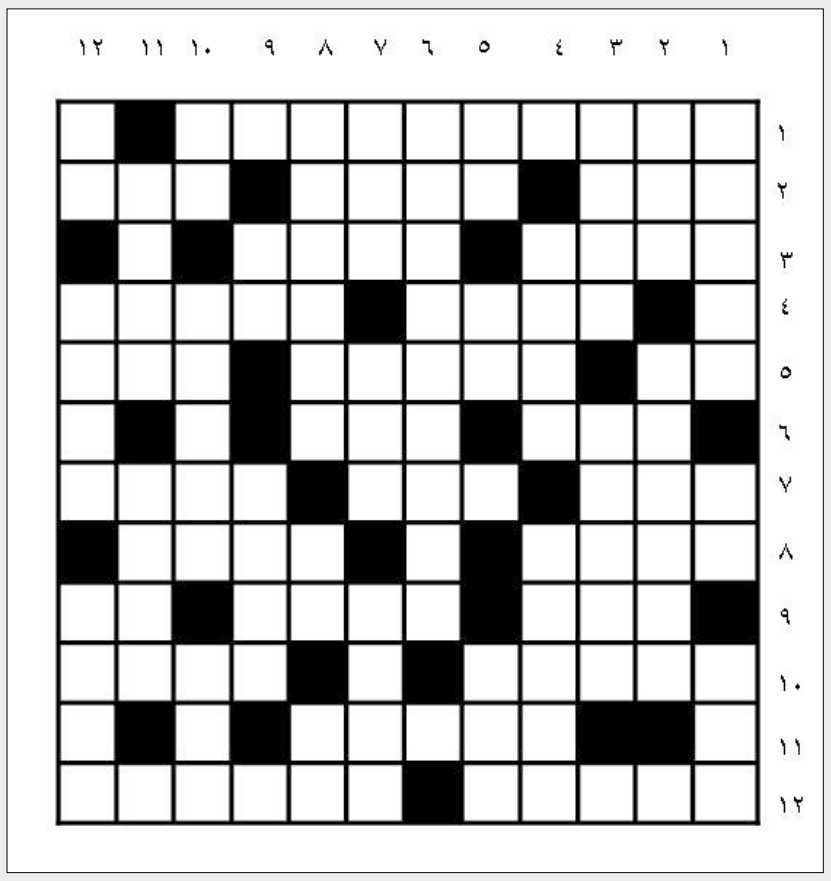
وقد نجح هواة جمع النباتات الغريبة في اكتشاف الزهرة الغريبة التي أثارت دهشة كل من شاهدها . وتنمو زهرة القرد في مرتفعات الجبال بارتفاع 1000 إلى 2000 متر لذا فلم يتمكن العديد من الأشخاص على مر التاريخ من اكتشافها والتعرف عليها.

ويعتبر دراكولا سميا هو الاسم العلمي للزهرة كما شبه البعض الزهرة بشخصية دراكولا المخيفة نسبة لأوراقها الممتدة والتي تشبه أنياب الشخصية الشهيرة.

وقد أطلق على الزهرة هذا الاسم منذ عام 1978 من قبل عالم النبات التشيلي Luer وهي زهرة تنتمي لعائلة زهور تحتوي على أكثر من 120 نوعا توجد غالباً في الاكوادور.

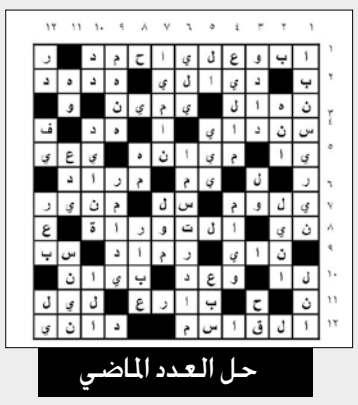
وتتكاثر زهور أوركيد القرد بكثرة في أعالي الجبال في أي موسم من مواسم السنة وتشبه رائحتها رائحة البرتقال، وقد التقط هذه الصور Eeerkia Schulz وهو مصور هاو في الـ 57 من عمره خلال تواجده في معرض للزهور في هانوفر بألمانيا.

كلمات متقاطعة



أفقيا :
1ـ فاتح من كبار قادة المسلمين غزا أفريقيا بنى القيروان وجامعها حارب البربر قتل على حدود الصحراء .
2ـ جشع – جمع رجل – ضياء .
3ـ من الزهور العطرية – يفوز .
4ـ صوت النمل – يعالج .
5 - طرق – تصديق – قمر .
6 - حيوان – أفعى .
7 - مكانة – مراكب – شاطئ .
8ـ فتيات – شهر ميلادي .
9ـ نقيض الشراء – مقاطعة غرب عمان – اله .
10ـ سكان شمال العراق – من الطيور .
11ـ بلد عربي .
12ـ أحرف متشابهة – تصغير كلمة دول .

عموديا :
1ـ أقرب الكواكب إلى الشمس – نفخ – شقيقي .
2ـ بدر – معلقة امرئ القيس وسميت بذلك لأنها تبدأ بهاتين الكلمتين .
3ـ عكس قريب – شهر ميلادي .
4ـ رواسي – تكبر .
5ـ يابسة – متشابهان – مدينة عربية .
6 - أديب مصري حصل على جائزة نوبل للأدب .
-7 لهب – للاستفهام – نقيض إصلاح .
8ـ من سور القران الكريم – للاستفهام – بحيرة مستنقعات في السودان .
9 - فاصل – امرأة إبراهيم ووالدة اسحق عليهما السلام .
10ـ حرف جر – مؤمنون – حرف أبجدي .
11ـ محب – ندم .
12ـطليق – يهاجر – عكس انتهت .



حل العدد الماضي

حديث الكاميرا

تعليق وتصوير / قيصر ياسين :

هذه القمامة في موقع أمام معسكر عشرين بكريتر في الشارع العام في منطقة الخساف ..سكان وأهالي المنطقة يناشدون الجهات المختصة أن تقوم بواجباتها في الحفاظ على البيئة فقد لوثت القمامة هواءنا وممراتنا وضاق بسببها الحال ..فإلى متى يظل هذا المنظر المشوه للجمال؟!!

الاستيقاظ مبكراً يجعلك أكثر سعادة

قام فريق من الباحثين الكنديين بعمل مقارنة بين فريقين في عادات النوم والشعور بالسعادة فتبين أن الأشخاص - بغض النظر عن السن ـ الذين يستيقظون مبكرا يشعرون بالسعادة والبهجة أكثر من عصافير الليل.

وأشار الباحثون الكنديون إلى أن الأشخاص الذين يتأخرون في النوم والاستيقاظ يعانون من صعوبة في التوافق مع الذين يستيقظون مبكرا بسبب تغيير مواعيد النوم والاستيقاظ.