

"قبلة الأم" تخلص أنوف الأطفال من الأجسام الغريبة



14 أكتوبر / متابعة: في دراسة حديثة نشرت في المجلة التابعة للجمعية الطبية الكندية تم التأكيد على سلامة وفعالية طريقة "قبلة الأم" كخط علاج أولي لإزالة الأجسام الغريبة من التجويف الأنفي كما يستغنى بها عن التخدير العام في بعض الحالات والحاجة إلى استخدام المعدات الطبية كالمقسط الجراحي أو أجهزة الشفط. في تقنية "قبلة الأم" تلجأ الأم أو أحد الأقارب الموثوق بهم لإغلاق فم الطفل بواسطة فمها وإغلاق المنخر بواسطة اليد ومن ثم النفخ في فم الطفل، حيث يتسبب الضغط الناشئ من التنفس في طرد الجسم الغريب من أنف الطفل ويوصى بضرورة شرح الأبوين تفاصيل هذه التقنية للطفل ليثبت الطمأنينة في نفسه. ركز الباحثون في استراليا والمملكة المتحدة على 8 حالات مختلفة لتحديد فعالية هذه التقنية عند الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين (1-8) أعوام وثبتت سلامتها وفعاليتها دون تسببها بأية آثار جانبية سلبية. أكد الباحثون على ضرورة استكمال الدراسات التي تركز على تقنيات الضغط الموجب والبحث في فعاليتها في الحالات المختلفة بغض النظر عن موقع الجسم ومدته وتواجده في الممرات الأنفية.

استراحة

إشراف/ ابتسام العسيري

لندن / متابعة:



تناول الخضر والفاكهة يعزز التفاؤل

وكانت دراسات سابقة أشارت إلى أن مستويات مضادات الأكسدة المرتفعة، والتي تشمل الكاروتينويد، هي مؤشر على الصحة الجيدة. وقالت الباحثة المسؤولة عن الدراسة جوليا بويم إن "الأشخاص الأكثر تفاؤلاً يميلون لأن تكون لديهم مستويات عليا من مركبات الكاروتينويد، مثل البيتا-كاروتين". وأشارت إلى أنها الدراسة الأولى من نوعها التي تربط بين التفاؤل ومستويات الكاروتينويد الصحية. وقيم الباحثون مستويات 9 مضادات لأكسدة في الدم، بينها الكاروتينويد، مثل بيتا-كاروتين والفتيامين "إي" لدى قرابة 1000 رجل وامرأة أميركيين في عمر يتراوح بين 25 و 74 عاما. ويعتقد العلماء أن الاستهلاك الكثير للفاكهة والخضر بين الأشخاص الأكثر تفاؤلاً قد يفسر على الأقل جزئياً النتائج. ووجدوا أن الأشخاص الذين يتناولون حصتين غذائيتين أو أقل من الفاكهة والخضر في اليوم كانوا أقل تفاؤلاً ممن يتناولون 3 حصص أو أكثر.

معالم

متحف الصمت..

محاكاة للواقع في أعماق مياه المكسيك



يقع هذا المتحف متحف الرائع في عمق مياه الكاريبي في المكسيك بالقرب من مدينة كانكون Cancun والتي تعتبر من أفضل الأماكن السياحية في العالم، ويضم منحوتات و تماثيل فائقة الجمال ومتقنة النحت ولكنها تحت الماء، فمن شروط المتحف بمشاهدة هذا المتحف هو الغطس لتزويد المتعة. يعد متحف التطور الصامت من أجمل وأبداع وأكبر وأول المتاحف التي أقيمت تحت الماء بعمق 30 قدما، وتبلغ مساحته 420 مترا مربعا وتحتوي الأعماق المقام فيها المتحف على أجمل وأكبر كمية للشعب المرجانية الموجودة في العالم. يزور المتحف أكثر من 750000 سائح سنويا، ويتهم المسؤولون والمهتمون بالحياة البحرية المتحف انه ألهم السائحون وصرف نظرتهم عن التمتع بجمال الشعب والمخلوقات المائية التي تفيض بها الأعماق. ويضم المتحف أكثر من 400 منحوتة لأشخاص حقيقيين بالحجم الطبيعي ومن أمثلة الأشخاص الذين تم رسم منحوتات لهم نجار مكسيكي يدعى لاكي و طفل في الثالثة من عمره وهو يمثل أصغر الأعمار أما عن أكبرها فكانت من نصيب راهبة تبلغ 85 عاما ، بالإضافة إلى محاسب ومعلم يوجا ومعلمين والعديد من الأشخاص، وتم صنع هذه التماثيل من مادة صديقة للبيئة حتى لا تضر بالحياة البحرية ، فالمتحف محاكاة للواقع في الأعماق.

أقوال مشهورة



جبران خليل جبران

لورأيت الكل يمشي عكسك.. لا تتردد امش..حتى لو أصبحت وحيدا فالوحدة خير من أن تعيش عكس نفسك لإرضاء غيرك!

الغول

كلمة رائجة في المجتمع العربي لوصف وحش خيالي مفترس، ظهر اسمه كثيرا في القصص الشعبية واعتبر من الكائنات المخيفة، اعتادت الأمهات في العالم العربي إخافة أبنائهن به ليدفعنهم إلى النوم أو إلى الأنصباع للأوامر بوجه عام، ومنه اشتقت الغولة التي ظهرت في ملحمة "سيف بن ذي يزن"، والغول من المستحيلات الثلاثة التي اشتهرت شعريا "الغول - العنقاء - الخلد الوفي".

قرأت لك



إيميلي فورست

خذ لك

- خذ لك
- كلماتي،
- أغنيتي،
- خذهما...
- كمن يقطف الأزهار
- من المروج..
- واربطهما
- بأوثانها الزاهية
- بقافة ورد..
- لعل الزنبور يطن
- منهما.

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 تقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

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

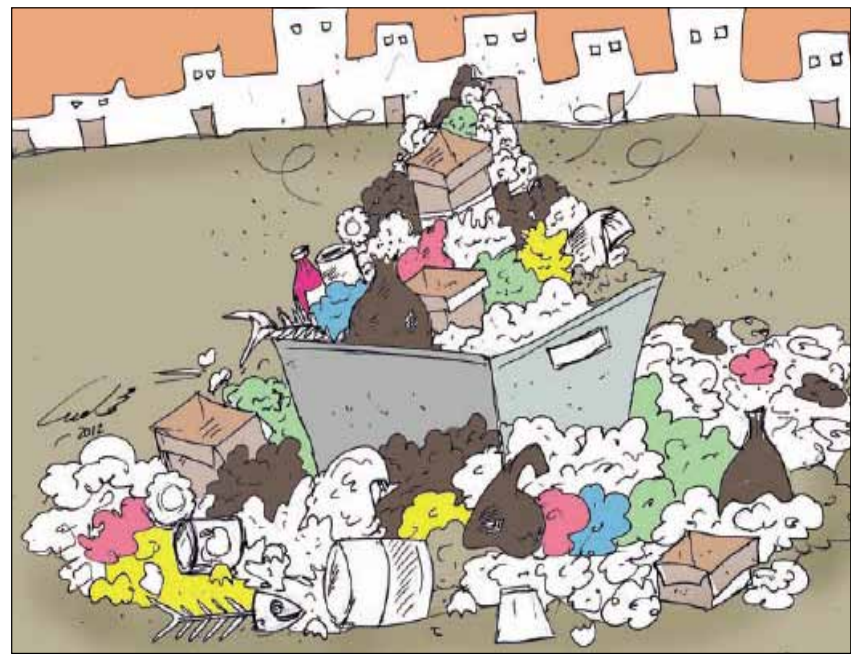
كلمات متقاطعة

- أفقياً:
- بحار انكليزي راد سواحل كندا القطبية مات في رحلة بحث عن طريق يؤدي الى الشمال الغربي عام 1847م.
 - تناقل في مشيته - حرف موسيقي - حجر كريم.
 - حيوان أسطوري - طين رقيق.
 - أحد الأنبياء عليهم السلام - عبيد.
 - قهوة - مدينة في تركمانستان - ارتفاع البحر.
 - شهر هجري - أحرف مكررة - شهد.
 - حشرات ضارة بالزرع - غطاء الزهر - للمعية.
 - محافظة يمنية - بحر - شك.
 - حرف جر - هواء عليل - غطي وغب.
 - لص - مدينة مغربية.
 - اتجاه جانبي - درب - للتخير.
 - حيوان - من الثمار - خراب.

عمودياً:

- مخترع آلة الطباعة عام 1456م - بيت الأسد.

حل العدد الماضي



البطل الغبي



صديق يقول لصديقه الغبي: أنت شجاع وبطل. قال له: أه لورايتني أيام الغزو لما كنت شهيداً...

اضحك

العنقاء

أحد المستحيلات الثلاثة (مع الغول والخلد الوفي) وهو طائر أسطوري عملاق، قال بعض العرب إنهم رأوه في مصر، وهو يتميز بقدرته على العودة للحياة من رماده، كما أنه يحترق ذاتيا في نهاية كل دورة من حياته.



الاستحمام بالنفط في أذربيجان



نشرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية خبراً عن أحدث صيحات الموضة في أذربيجان وهي الاستحمام بالنفط. وتستخدم النساء هذه الموضة الجديدة أكثر من الرجال لما في النفط من فوائد كثيرة للبشرة مثل القضاء على الأمراض الجلدية والروماتيزم والتهاب المفاصل، كما يساعد على الهدوء والاسترخاء. وتصل درجة حرارة النفط داخل حوض الاستحمام إلى 40 درجة مئوية، ووفقا للعربية فإن مدة حمام النفط الخام لا يجب أن تزيد على 10 دقائق حتى لا تسبب تنشيط الخلايا السرطانية.