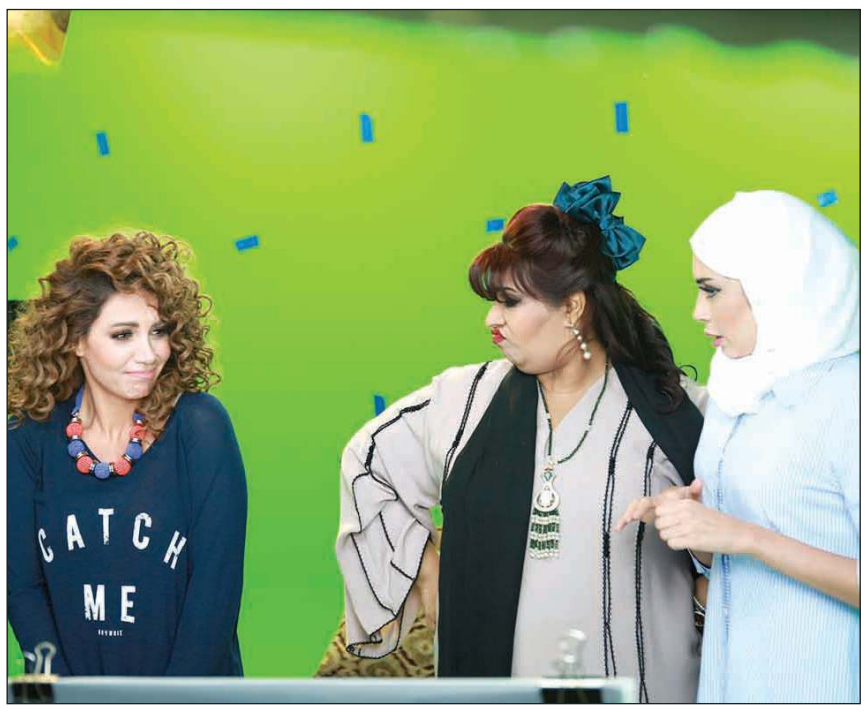
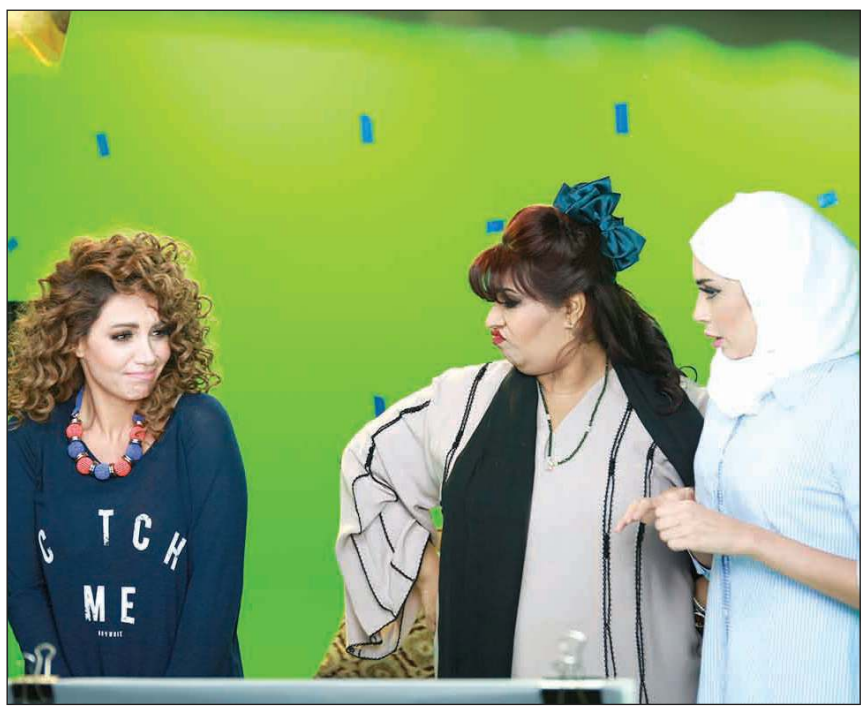
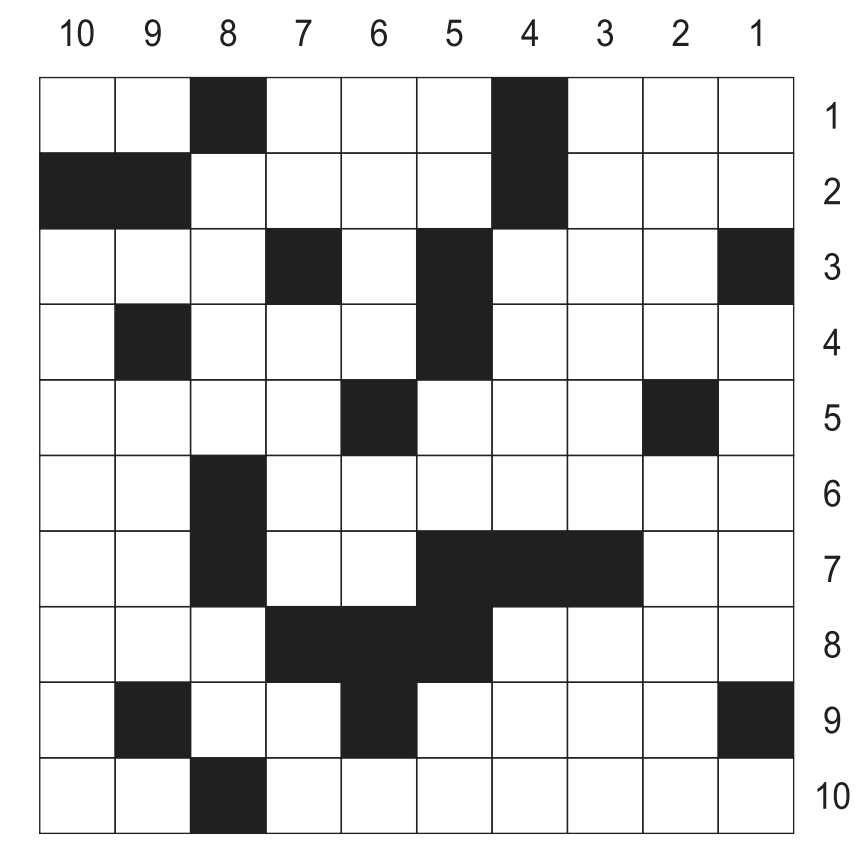
عينك .. عينك

الفرق بين الصورتين واضح لنا..
فما الاختلافات الخمسة بنظرك وبأسرع وقت؟





الكلمات المتقاطعة



أفقياً:

1 ـ للاستثناء ـ نقود ـ متشابهان، 2 ـ يفك (معكوسة) ـ مظلم، 3 ـ أعيد ـ خضّا، 4 ـ للإغلاق ـ حرف هجاء، 5 ـ عكس حر ـ متجر، 6 ـ مسلسل خليجي ـ في البيضة، 7 ـ حب ـ حرف جر ـ والد، 8 ـ نطمئن ـ متشابهة، 9 ـ فنان تشكيلي ـ هرب (معكوسة)، 10 ـ فيلم لأحمد زكي ـ علامة موسيقية.

عمودياً:

1 ـ للتعريف ـ لتنظيف الأيدي، 2 ـ قصاب ـ يعلم، 3 ـ تسابقا (معكوسة) ـ تقتل بالسم (معكوسة)، 4 ـ دكا ـ آلة موسيقية، 5 ـ بسط ـ أرشد ـ علقم، 6 ـ تبتعد ـ ترك، 7 ـ للجزم ـ أعاقب ـ للمساحة (معكوسة)، 8 ـ وهم ـ للتأفف، 9 ـ جواري، 10 ـ عائلة فنية لبنانية.

كلمة السر

ا	ل	ع	ر	ف	ي	ح	م	م	ا
ا	ب	ا	ب	ظ	و	ف	ح	م	ل
ل	س	ل	ي	ب	ل	ا	ل	ا	ب
ا	ت	م	ن	س	ا	م	ر	ج	ر
ق	ا	ض	ل	ش	ش	م	س	م	د
ت	ن	ي	ا	ل	ز	هـ	ر	ل	ب
ص	س	ء	ع	م	ر	ل	ا	ب	ج
ا	ر	ة	ا	ل	ا	و	ل	ا	د
د	ف	ل	ة	ر	ا	ن	م	ل	ا
ي	م	ل	ل	و	ق	ر	ش	م	ن
ا	ل	ب	ع	ي	د	ة	ر	ب	خ
ح	س	ن	ا	ل	ب	ا	ل	ي	ة

عاصمة أوروبية من 6 أحرف

العرفي	البرد	شمس	بين	حسن
ملل	سامر	بستان	المنارة	المضيئة
محفوظ	فل	مشرق	عمر	الزهر
البالي	جمل	الألب	سر	الاقتصادي
البعيدة	خبر	الاولاد	جبال	حمم

عالم الصحة

سبب خطير للنوبات القلبية

أعلن د.روبرت شوينغر، اخصائي أمراض القلب الألماني، أن النوبات القلبية، قد تكون من عواقب ضغط الدم المنخفض. وتشير مجلة «فوكس»، إلى أنه وفقا للدكتور شوينغر عضو منظمة أزمات القلب الباقارية، فإنه على الرغم من أن ضغط الدم المنخفض أقل خطورة من ضغط الدم المرتفع، فإنه مع ذلك يمكن أن يكون سببا في النوبات القلبية.

ويضيف: ليست هناك بيانات دقيقة وموثوقة عن نسبة المصابين بانخفاض مستوى ضغط الدم، لأنه لا يعتبر مرضا.

ويشير الخبير إلى أن طنين الأذن وكذلك الضعف والصداع واضطراب الحركة والخفقان تعتبر من أعراض انخفاض مستوى ضغط الدم، لذلك يجب مراجعة الطبيب.

ويضيف: انخفاض مستوى ضغط الدم بحد ذاته قد يكون مرضا، وخاصة بالنسبة للأشخاص النحيفين وطوال القامة، الذين لا يمارسون الرياضة. كما قد يكون السبب في اضطراب عمل الغدة الدرقية، وأمراض القلب والأوعية الدموية والاضطرابات العصبية.

ووفقا للاخصائي، فإن انخفاض مستوى ضغط الدم لدى الشباب لا يشكل خطورة على حياتهم، ولكن بالنسبة لكبار السن فإن له عواقب عديدة، حيث يسبب الدوخة وفقدان التوازن والسقوط والتعرض إلى إصابة. كما أنه يمكن أن يسبب نوبة قلبية، ويشمل هذا بالدرجة الأولى الأشخاص الذين يعانون من مرض نقص التروية.

عن «دويتشه فيله»

سؤال وجواب

ما الطريقة المثلى لمواجهة تسوس الأسنان وإبقاء الفم في حالة صحية؟

كشفت خبيرة في طب الأسنان عن الطريقة المثلى لمواجهة التسوس وإبقاء الفم في حالة صحية تسهم في تدمير الجراثيم والبكتيريا.

وقالت الأخصائية الروسية، آنا دروبيشيفا، إن أفضل طريقة للمحافظة على صحة الفم وحالة الأسنان ومواجهة التسوس هي استخدام زيت السمسم، وذلك من خلال مسح تجويف الفم به.

وأضافت دروبيشيفا: «تتراكم كمية كبيرة من السموم في الفم وللتخلص من البكتيريا والجراثيم يتوجب غسل الفم بزيت السمسم المضاد للبكتيريا الذي يقوم بتدمير البكتيريا الضارة وتحييد السموم». وأردفت: «للقيام بذلك، خذ ملعقة كبيرة من زيت السمسم في فمك واغسل الفم لمدة دقيقتين».

واعتبرت الخبيرة أنه بفضل هذا الإجراء ستتحسن حالة الأسنان وينتعش النفس وتزداد المناعة.

عن «سبوتنيك»

اعرف شخصيتك

للمراسلة

للتواصل معنا عبر هذه الصفحة
أرسلوا تعليقاتكم على البريد الإلكتروني

archive@alanba.com.kw
فاكس 22272830

كيف تلعب؟ Sudoku

لهواة هذه التسلية المفيدة والممتعة، 3 ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، متوسط، متقدم. ضع بكل بساطة الأرقام من 1 إلى 9 في كل مربع خال، وذلك حتى يحتوي كل عمود وخط أفقي وكل مربع صغير 3x3 على الأعداد من 1 إلى 9 مرة واحدة فقط.
يجب ألا يظهر أي رقم مرتين في أي عمود، أو خط أفقي، أو مربع صغير 3x3.

المستوى العادي

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

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

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

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

حل عينك .. عينك

حل كلمة السر

البعيدة

حل اعرف الشخصية

شمس

حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً: 1 - للاستثناء - نقود - متشابهان، 2 - يفك (معكوسة) - مظلم، 3 - أعيد - خضّا، 4 - للإغلاق - حرف هجاء، 5 - عكس حر - متجر، 6 - مسلسل خليجي - في البيضة، 7 - حب - حرف جر - والد، 8 - نطمئن - متشابهة، 9 - فنان تشكيلي - هرب (معكوسة)، 10 - فيلم لأحمد زكي - علامة موسيقية.

عمودياً: 1 - للتعريف - لتنظيف الأيدي، 2 - قصاب - يعلم، 3 - تسابقا (معكوسة) - تقتل بالسم (معكوسة)، 4 - دكا - آلة موسيقية، 5 - بسط - أرشد - علقم، 6 - تبتعد - ترك، 7 - للجزم - أعاقب - للمساحة (معكوسة)، 8 - وهم - للتأفف، 9 - جواري، 10 - عائلة فنية لبنانية.