عينك .. عينك

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

سؤال وجواب

ما أسباب الصداع النصفي؟

حدد البروفيسور فلاديمير بارفيونوف في اليوم العالمي للصداع النصفي الذي صادف أمس 12 سبتمبر، أسـبابه وخطورته وكيفية التمييـز بينه وبين أنواع الصداع الأخرى. ويقول البروفيسور: «أعراض المرض: صداع شـديد في جانب واحد مـن الرأس يصاحبه نبض وغثيان وحتى تقيؤ، ويسـبب ضعفا في الأداء الوظيفي للشخص».

يعاني الكثيرون من الصداع النصفي مرة إلى مرتين في الشهر، وهناك من يعاني منه كل يوم تقريبا. لذلك هناك مفهوم «الصداع النصفي العرضي» أقل من 15 يوما، وأكثر من 15 يوما هو «الصداع النصفي المزمن». وينقسم النوع العرضي إلى متكرر ونادر، كما يمكن أن يكون مـن دون هالة أو مع هالة وحينها بالإضافة إلى الصداع يعاني الشخص من اضطرابات أخرى، مثل اضطراب الرؤية، ولكنها لا تستمر طويلا».

ووفقا له، تشـير نظرية الأوعية الدموية الثلاثية التوائم للصداع النصفي، إلى أن العصب الثلاثي التوائم هو السبب في نوبات الصداع النصفي، وتأثيره يكون عبـر أوعية دموية معينة في الأم الجافية dura mater في الجمجمة، ومن خلال مواد معينة، مثل السيروتونين والببتيد المرتبط بجين الكالسيتونين.

ويقول: «يعرف الأطباء هذا، لذلك تعمل جميع الأدوية وفق هذه الآلية. ومن دون شك يؤثر عامل الوراثة في الصداع النصفي، حيث اتضح أن أكثر من نصف الحالات سببها الاستعداد الوراثي، ولكن ليس بالضرورة. أي انه ليس مرضا وراثيا، بل مجرد استعداد وراثي».

ويشير البروفيسور إلى أن العامل الآخر المسبب للصداع النصفي هو الإجهاد الذي يجب السيطرة عليه. كما أن مسألة التغذية مهمة، لأن الكثير من المواد الغذائية تسـاعد على تطور نوبات المرض: الجبن، المكسرات، الشـوكولاتة، وغيرها. ووفقا له، يؤثر أيضا النشاط البدنـي المكثف واضطراب النوم ـ قلته أو زيادته. أي إذا تمكن الشخص من تصحيح هذه العوامل فسوف تقل نوبات الصداع النصفي.

ويشير البروفيسور إلى أنه لعلاج المصاب يجب قبل كل شيء تحديد هل هذا صداع نصفي أم لا، وهل هو عرضي أم مزمن. كما يجب معرفة ما إذا كان الشخص يعاني من مشكلات صحية أخرى مثل آلام العضلات، اضطراب النوم، الأرق، القلـق والاكتئاب. وبعد ذلك يوصف له الدواء اللازم لعلاج الأمراض المصاحبة أيضا وعلاج الصداع النصفي طبعا.

المصدر: صحيفة «إزفيستيا»

كيف تلعب؟ Sudoku

لهواة هذه التسـلية المفيدة والممتعة، 3 ألعاب سـودوكو من مسـتويات 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	1		9		7	5		6
	7			8		9	1	
		9			4			7
	4		1			8	9	
		6					5	3
	5			4		6	7	1
				9		1	4	5
7	8	5			1		6	
	9				6			

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الكلمات المتقاطعة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
■			■							1
							■			2
						■				3
			■		■					4
	■	■			■			■		5
	■			■						6
■						■	■			7
	■									8
			■		■			■	■	9
		■			■					10

أفقياً:
1 ـ اللعاب ـ قادم، 2 ـ للنفي ـ علاماتها، 3 ـ رمس ـ من المخلوقات، 4 ـ أعلن ـ متشابهة، 5 ـ بحر ـ ضمير متصل، 6 ـ الحاجة للنوم (معكوسة) ـ خاصتك، 7 ـ من الأطراف ـ في البحر، 8 ـ مطرب عربي شهير، 9 ـ للإضراب ـ جارية، 10 ـ الوالدة ـ بسط ـ متشابهان.

عمودياً:
1 ـ منطقة كويتية، 2 ـ مرتفعات (معكوسة) ـ ركض، 3 ـ سـجين ـ خبر، 4 ـ عكس ـ فـي الصحراء ـ يجمع، 5 ـ وجع ـ أراد (معكوسة)، 6 ـ كرة ممتلئة بالهواء ـ صحيح، 7 ـ متشابهان ـ تمام (معكوسة)، 8 ـ الوالدة ـ من الشجر (معكوسة)، 9 ـ سخرية ـ علقم، 10 ـ عكس اهتمام ـ عكس نجاسة.

اعرف شخصيتك

عالم الصحة

علاج جيني واعد لمرض يسبب العمى

تمكن علماء من كلية ترينيتي في دبلن من تطوير علاج جيني واعد للغاية لعـلاج الغلوكوما، وهي حالة مرضية تصيب العين ويمكن أن تؤدي إلى فقدان البصر بالكامل. وتؤثر الغلوكوما على نحو 80 مليون شخص في جميع أنحاء العالم. وقد أظهر الباحثون سـابقا أن علاجهـم يقدم وعدا في علاج الضمور البقعي المرتبط بالعمر (AMD). وتوضح الورقة البحثية كيف أن العلاج الجينـي منح فائدة كبيرة في النماذج الحيوانية، وفي الخلايا البشرية المشتقة من الأفراد المصابين بالغلوكوما.

وعلى وجه التحديد، قام العلاج بحماية «خلايا العقدة الشـبكية» الرئيسية (RGC) المهمة في الرؤية وتحسين وظيفتها في نمـوذج حيواني للغلوكوما. وفي الخلايا الشبكية البشرية، أدى توصيل العلاج الجيني إلى زيادة استهلاك الأكسجين وإنتاج الأدينوسين ثلاثي الفوسفات، أو ATP (الطاقة)، ما يشير إلى تحسين أداء الخلايا.

وقالت د.صوفيا ميلينغتون «إن الغلوكوما عبارة عن مجموعة معقدة من اعتلالات العصب البصري وسبب رئيسي للعمى. في أوروبا، يعاني نحو 1 من كل 30 شخصا تتراوح أعمارهم بين 40 و80 عاما من الغلوكوما، ويرتفع هذا إلى 1 من كل 10 في الأشخاص الذين تزيد أعمارهم على 90 عاما، لذا فهذه حالة شائعة حقا، وتحتاج بشدة إلى خيارات علاجية جديدة». ويستخدم العلاج الجيني الجديد فيروسـا معتمدا لتوصيل جين معزز (eNdi1) طوره فريق ترينيتي. وتم تصميم العلاج بهدف تعزيز نشاط الميتوكوندريا (مولدات الطاقة الخلوية المسؤولة عن إنتاج الأدينوسين ثلاثي الفوسفات) وتقليل أنواع الأوكسجين التفاعلية الضارة.

المصدر: «ميديكال إكسبريس»

كلمة السر

يز	ج	ب	ة	د	ي	ر	ف	ا	هـ
ا	ر	س	د	ا	ل	ب	ق	ل	يز
ع	ي	ا	ل	ا	ل	هـ	ط	ن	ب
م	ر	ت	ع	ي	ر	س	ف	و	ي
ا	ق	ي	ب	ك	ا	و	م	ر	ب
ق	ب	ن	ا	ل	ص	د	ى	س	ث
د	ح	س	ى	د	ن	ل	ا	ة	ر
ا	ة	ر	ف	م	ا	ك	ر	م	ح
ئ	ث	ا	ع	ن	ك	س	م	ي	ي
م	ا	ب	س	د	ا	ر	م	خ	ب
ة	د	ر	و	ض	ق	ي	ح	ر	ة
و	ح	ة	ي	ب	ل	ق	ل	ا	ر

أحد أكبر مطارات العالم من 5 أحرف

النورس، زبيب، حداثة، بساتين، القلبية
رحيق، روض، رحيبة، جرير، أعماق
الندي، خيمة، سراب، مراد، سعف
حبق، سريع، فريدة، قطف، دائمة
الصدى، ركام، مواكب، بلاد، هلال
مسكن

الحل

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

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

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

حل عينك .. عينك

حل كلمة السر

هثيرو

حل اعرف الشخصية

أحمد الحسن

حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً:
1 ـ الرضـات ـ آت، 2 ـ لا ـ دلائلها، 3 ـ قبر ـ ملائكـة، 4 ـ أجّهر ـ م م م، 5 ـ يم ـ نا، 6 ـ النعس (معكوسة) ـ لك، 7 ـ يد ـ اسمك، 8 ـ هاني شاكر، 9 ـ بل ـ أمة، 10 ـ الأم ـ مد ـ ر ر.

عمودياً:
1 ـ القادسـية، 2 ـ جبال (معكوسة) ـ عدا، 3 ـ رهين ـ نبأ، 4 ـ ضد ـ رمل ـ يلم، 5 ـ ألم ـ شـاء (معكوسة)، 6 ـ بالون ـ سـالم، 7 ـ ا ا ـ كمال (معكوسة)، 8 الأم ـ أراك (معكوسة)، 9 ـ تهكم ـ مر، 10 ـ إهمال ـ طهر.

للمراسلة

للتواصل معنا عبر هذه الصفحة
أرسلوا تعليقاتكم على البريد الإلكتروني

archive@alanba.com.kw
فاكس 22272830