

عينك .. عينك

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



الكلمات المتقاطعة

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

عمودياً:

1 – أغبر – قنعة، 2 – غزال (معكوسة) – يعذل، 3 – شهر قمري – السلامة والطمانينة، 4 – مثيل (معكوسة) – إيصال الصوت، 5 – ضجر – طلب، 6 – فنانة مصرية راحلة، 7 – للنفي – للنفي – من الحواس، 8 – الجواب (معكوسة) – سكن (معكوسة)، 9 – أرشد – يضحى، 10 – متشابهة – من الخضار.

كلمة السر

د	و	م	س	ا	ل	ع	ب	و	ر
ا	ر	س	ر	ع	ي	د	و	ل	ا
ل	و	ا	ي	م	ك	ا	ن	ي	ا
م	د	ك	ع	ب	د	ر	ا	م	ل
ر	ة	ب	ش	ع	ط	ر	ل	م	ب
ا	ي	ع	ن	و	ر	س	ا	ا	ا
س	م	ا	ر	م	م	ل	ح	س	ق
ي	ل	ل	د	ر	ر	ا	ت	ت	ي
د	ا	م	ا	ي	ي	ح	م	ب	ط
ر	س	ي	ء	ر	ح	ف	ا	ا	ر
ا	ل	ق	ح	ا	ل	م	ل	ل	ي
ب	ا	ا	ل	س	م	ر	ق	ا	ف

عاصمة عربية من 4 أحرف

المراسي	بارد	الاحتمال	ملاحق	الباقى	العبور
الابتسام	ورود	رداء	مريح	مرير	عطر
الوديع	مساكب	مكاني	بدر	عالمي	سريع
السالية	طريف	سلاحف	نور	السممر	

سؤال وجواب

ما مدى صحة ارتباط أدوية إنقاص الوزن بارتفاع خطر الاكتئاب والأفكار الانتحارية؟

أظهرت دراسة أجراها باحثون في كوريا الجنوبية ارتباطاً بين استخدام أدوية إنقاص الوزن وارتفاع معدلات الإبلاغ عن الاكتئاب والأفكار الانتحارية.

وشدد الباحثون على أن دراستهم رصدية، وبالتالي لا يمكنها إثبات أن أدوية إنقاص الوزن تسبب الاكتئاب أو الأفكار الانتحارية. وقد تكون هناك عوامل أخرى تفسر الارتباط الذي رصده الدراسة، مما يستدعي إجراء مزيد من الأبحاث لتحديد طبيعة العلاقة.

حيث تم تحليل بيانات صحية ونفسية لنحو 27 ألف شخص بالغ، بينهم 846 شخصاً أقادوا باستخدام أدوية موصوفة طبياً لإنقاص الوزن. ووجدوا أن مستخدمي هذه الأدوية كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن أفكار انتحارية بنسبة 93٪، وعن أفكار انتحارية بنسبة 168٪ مقارنة بغير المستخدمين.

وبحثت الدراسة أيضاً العلاقة بين استعادة الوزن والصحة النفسية لدى مستخدمي أدوية «GLP-1». ووجد الباحثون أن الأشخاص الذين استعادوا ما بين 5.9 إلى 10 كغم كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن أفكار انتحارية بنسبة 65٪ مقارنة بمن استعادوا ما بين 2.7 إلى 5.9 كغم. وارتفعت النسبة إلى 267٪ لدى من استعادوا أكثر من 10 كغم.

كما ارتفعت احتمالية طلب استشارة للصحة النفسية لدى الأشخاص الذين استعادوا وزناً أكبر، فيما لم تسجل الدراسة زيادة واضحة في خطر الاكتئاب المرتبط باستعادة الوزن.

نشرت الدراسة في «المجلة الكورية لطب الأسرة»، واعتمدت على بيانات «المسح الوطني الكوري لفحص الصحة والتغذية» خلال الفترة بين عامي 2013 و2022. ولم تحدد الدراسة أنواع أدوية «GLP-1» التي استخدمها المشاركون على وجه الدقة.

المصدر:

Korean Journal of Family Medicine

اعرف شخصيتك



معلومات صحية

طبيب تركي يكشف خطأ قد يؤدي

إلى التسمم قبل تقطيع البطيخ

حذر أخصائيون في الجهاز الهضمي من مخاطر صحية جسيمة قد تنجم عن تناول البطيخ، الفاكهة الصيفية الأكثر استهلاكاً، إذا قطعت دون غسلها مسبقاً.

وقال أستاذ أمراض الجهاز الهضمي في كلية الطب بجامعة إسطنبول «جراح باشا»، البروفيسور الدكتور علي دمير، إن البطيخ يمكن أن ينقل أنواعاً مختلفة من البكتيريا من الحقل إلى المائدة، مما يجعله مصدراً محتملاً للتسمم الغذائي إذا لم يغسل جيداً قبل التقطيع.

وأوضح أن البكتيريا الموجودة على القشرة الخارجية، وخاصة عند ري الحقول بمياه ملوثة، قد تشمل أنواعاً ضارة مثل السالمونيلا والتيفوئيد، مشيراً إلى أن وجود شق أو ضرر في القشرة يسهل انتقال هذه البكتيريا إلى داخل الثمرة.

وأضاف: «إذا لم يغسل البطيخ قبل التقطيع، فهناك احتمال كبير بأن تنتقل البكتيريا إلى الداخل عبر السكين، ما قد يؤدي إلى الإصابة بالإسهال والحمى نتيجة العدوى البكتيرية».

ونوه إلى ضرورة حفظ الجزء المتبقي من البطيخ بعد التقطيع في غلاف محكم وتناوله خلال يوم أو يومين على الأكثر، لأن التخزين لفترة أطول قد يؤدي إلى تلفه وتحوله إلى مصدر محتمل للعدوى.

المصدر: turkeyalaan

حل كلمة السر

السر

حل اعرف الشخصية

الشخصية

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

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

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

حل عينك .. عينك



حل الكلمات المتقاطعة

السر: 1- 2- 3- 4- 5- 6- 7- 8- 9- 10- 11- 12- 13- 14- 15- 16- 17- 18- 19- 20- 21- 22- 23- 24- 25- 26- 27- 28- 29- 30- 31- 32- 33- 34- 35- 36- 37- 38- 39- 40- 41- 42- 43- 44- 45- 46- 47- 48- 49- 50- 51- 52- 53- 54- 55- 56- 57- 58- 59- 60- 61- 62- 63- 64- 65- 66- 67- 68- 69- 70- 71- 72- 73- 74- 75- 76- 77- 78- 79- 80- 81- 82- 83- 84- 85- 86- 87- 88- 89- 90- 91- 92- 93- 94- 95- 96- 97- 98- 99- 100- 101- 102- 103- 104- 105- 106- 107- 108- 109- 110- 111- 112- 113- 114- 115- 116- 117- 118- 119- 120- 121- 122- 123- 124- 125- 126- 127- 128- 129- 130- 131- 132- 133- 134- 135- 136- 137- 138- 139- 140- 141- 142- 143- 144- 145- 146- 147- 148- 149- 150- 151- 152- 153- 154- 155- 156- 157- 158- 159- 160- 161- 162- 163- 164- 165- 166- 167- 168- 169- 170- 171- 172- 173- 174- 175- 176- 177- 178- 179- 180- 181- 182- 183- 184- 185- 186- 187- 188- 189- 190- 191- 192- 193- 194- 195- 196- 197- 198- 199- 200- 201- 202- 203- 204- 205- 206- 207- 208- 209- 210- 211- 212- 213- 214- 215- 216- 217- 218- 219- 220- 221- 222- 223- 224- 225- 226- 227- 228- 229- 230- 231- 232- 233- 234- 235- 236- 237- 238- 239- 240- 241- 242- 243- 244- 245- 246- 247- 248- 249- 250- 251- 252- 253- 254- 255- 256- 257- 258- 259- 260- 261- 262- 263- 264- 265- 266- 267- 268- 269- 270- 271- 272- 273- 274- 275- 276- 277- 278- 279- 280- 281- 282- 283- 284- 285- 286- 287- 288- 289- 290- 291- 292- 293- 294- 295- 296- 297- 298- 299- 300- 301- 302- 303- 304- 305- 306- 307- 308- 309- 310- 311- 312- 313- 314- 315- 316- 317- 318- 319- 320- 321- 322- 323- 324- 325- 326- 327- 328- 329- 330- 331- 332- 333- 334- 335- 336- 337- 338- 339- 340- 341- 342- 343- 344- 345- 346- 347- 348- 349- 350- 351- 352- 353- 354- 355- 356- 357- 358- 359- 360- 361- 362- 363- 364- 365- 366- 367- 368- 369- 370- 371- 372- 373- 374- 375- 376- 377- 378- 379- 380- 381- 382- 383- 384- 385- 386- 387- 388- 389- 390- 391- 392- 393- 394- 395- 396- 397- 398- 399- 400- 401- 402- 403- 404- 405- 406- 407- 408- 409- 410- 411- 412- 413- 414- 415- 416- 417- 418- 419- 420- 421- 422- 423- 424- 425- 426- 427- 428- 429- 430- 431- 432- 433- 434- 435- 436- 437- 438- 439- 440- 441- 442- 443- 444- 445- 446- 447- 448- 449- 450- 451- 452- 453- 454- 455- 456- 457- 458- 459- 460- 461- 462- 463- 464- 465- 466- 467- 468- 469- 470- 471- 472- 473- 474- 475- 476- 477- 478- 479- 480- 481- 482- 483- 484- 485- 486- 487- 488- 489- 490- 491- 492- 493- 494- 495- 496- 497- 498- 499- 500- 501- 502- 503- 504- 505- 506- 507- 508- 509- 510- 511- 512- 513- 514- 515- 516- 517- 518- 519- 520- 521- 522- 523- 524- 525- 526- 527- 528- 529- 530- 531- 532- 533- 534- 535- 536- 537- 538- 539- 540- 541- 542- 543- 544- 545- 546- 547- 548- 549- 550- 551- 552- 553- 554- 555- 556- 557- 558- 559- 560- 561- 562- 563- 564- 565- 566- 567- 568- 569- 570- 571- 572- 573- 574- 575- 576- 577- 578- 579- 580- 581- 582- 583- 584- 585- 586- 587- 588- 589- 590- 591- 592- 593- 594- 595- 596- 597- 598- 599- 600- 601- 602- 603- 604- 605- 606- 607- 608- 609- 610- 611- 612- 613- 614- 615- 616- 617- 618- 619- 620- 621- 622- 623- 624- 625- 626- 627- 628- 629- 630- 631- 632- 633- 634- 635- 636- 637- 638- 639- 640- 641- 642- 643- 644- 645- 646- 647- 648- 649- 650- 651- 652- 653- 654- 655- 656- 657- 658- 659- 660- 661- 662- 663- 664- 665- 666- 667- 668- 669- 670- 671- 672- 673- 674- 675- 676- 677- 678- 679- 680- 681- 682- 683- 684- 685- 686- 687- 688- 689- 690- 691- 692- 693- 694- 695- 696- 697- 698- 699- 700- 701- 702- 703- 704- 705- 706- 707- 708- 709- 710- 711- 712- 713- 714- 715- 716- 717- 718- 719- 720- 721- 722- 723- 724- 725- 726- 727- 728- 729- 730- 731- 732- 733- 734- 735- 736- 737- 738- 739- 740- 741- 742- 743- 744- 745- 746- 747- 748- 749- 750- 751- 752- 753- 754- 755- 756- 757- 758- 759- 760- 761- 762- 763- 764- 765- 766- 767- 768- 769- 770- 771- 772- 773- 774- 775- 776- 777- 778- 779- 780- 781- 782- 783- 784- 785- 786- 787- 788- 789- 790- 791- 792- 793- 794- 795- 796- 797- 798- 799- 800- 801- 802- 803- 804- 805- 806- 807- 808- 809- 810- 811- 812- 813- 814- 815- 816- 817- 818- 819- 820- 821- 822- 823- 824- 825- 826- 827- 828- 829- 830- 831- 832- 833- 834- 835- 836- 837- 838- 839- 840- 841- 842- 843- 844- 845- 846- 847- 848- 849- 850- 851- 852- 853- 854- 855- 856- 857- 858- 859- 860- 861- 862- 863- 864- 865- 866- 867- 868- 869- 870- 871- 872- 873- 874- 875- 876- 877- 878- 879- 880- 881- 882- 883- 884- 885- 886- 887- 888- 889- 890- 891- 892- 893- 894- 895- 896- 897- 898- 899- 900- 901- 902- 903- 904- 905- 906- 907- 908- 909- 910- 911- 912- 913- 914- 915- 916- 917- 918- 919- 920- 921- 922- 923- 924- 925- 926- 927- 928- 929- 930- 931- 932- 933- 934- 935- 936- 937- 938- 939- 940- 941- 942- 943- 944- 945- 946- 947- 948- 949- 950- 951- 952- 953- 954- 955- 956- 957- 958- 959- 960- 961- 962- 963- 964- 965- 966- 967- 968- 969- 970- 971- 972- 973- 974- 975- 976- 977- 978- 979- 980- 981- 982- 983- 984- 985- 986- 987- 988- 989- 990- 991- 992- 993- 994- 995- 996- 997- 998- 999- 1000- 1001- 1002- 1003- 1004- 1005- 1006- 1007- 1008- 1009- 1010- 1011- 1012- 1013- 1014- 1015- 1016- 1017- 1018- 1019- 1020- 1021- 1022- 1023- 1024- 1025- 1026- 1027- 1028- 1029- 1030- 1031- 1032- 1033- 1034- 1035- 1036- 1037- 1038- 1039- 1040- 1041- 1042- 1043- 1044- 1045- 1046- 1047- 1048- 1049- 1050- 1051- 1052- 1053- 1054- 1055- 1056- 1057- 1058- 1059- 1060- 1061- 1062- 1063- 1064- 1065- 1066- 1067- 1068- 1069- 1070- 1071- 1072- 1073- 1074- 1075- 1076- 1077- 1078- 1079- 1080- 1081- 1082- 1083- 1084- 1085- 1086- 1087- 1088- 1089- 1090- 1091- 1092- 1093- 1094- 1095- 1096- 1097- 1098- 1099- 1100- 1101- 1102- 1103- 1104- 1105- 1106- 1107- 1