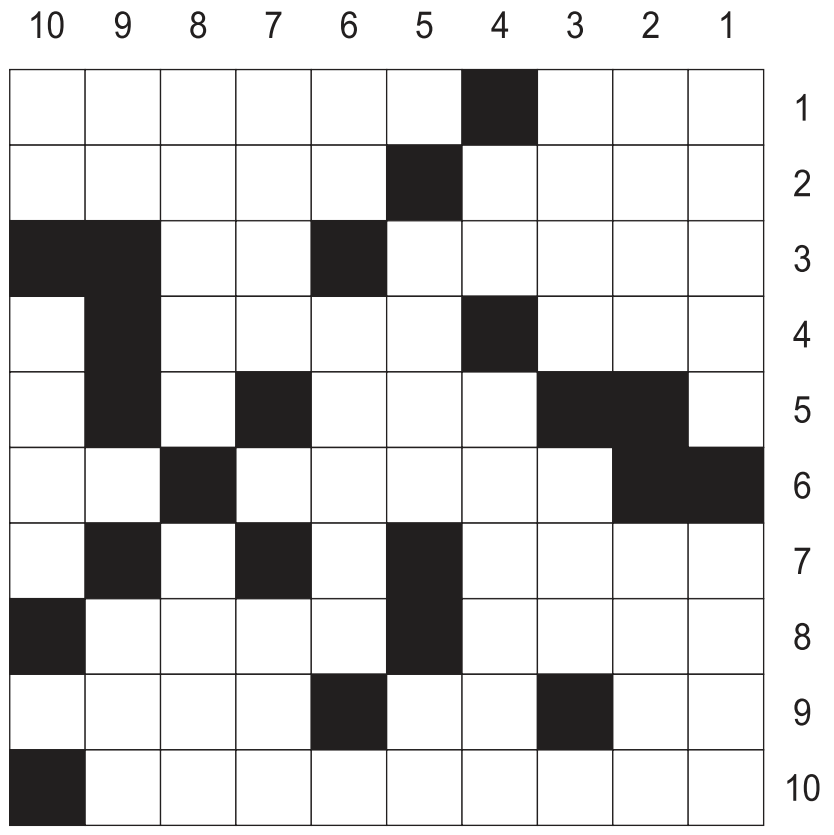
## عينك .. عينك

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

## الكلمات المتقاطعة



### أفقياً:

1 ـ علم مذكر ـ عكس مدبرين، 2 ـ علاج ـ للاسناد، 3 ـ أبناء ـ عملة آسيوية، 4 ـ سقاية ـ يغني، 5 ـ متشابهة، 6 ـ اعملوا فكرهم (معكوسة) ـ عاصفة بحرية، 7 ـ شاطئ، 8 ـ المجهول (معكوسة) ـ غبار، 9 ـ خاصتي (معكوسة) ـ من العلوم ـ بقايا الحريق، 10 ـ شاعر فارسي.

### عمودياً:

1 ـ استر ـ عكس بطيء، 2 ـ متشابهة ـ أحيي، 3 ـ علم مؤنث ـ أفكَ، 4 ـ متشابهان ـ عكس قصروا (معكوسة)، 5 ـ موطن ـ للاضراب، 6 ـ قوام ـ حامدة، 7 ـ عكس قريب ـ عكس أليف، 8 ـ عكس قسوا ـ عذلا، 9 ـ للنداء ـ أصل الحياة (معكوسة)، 10 ـ للاستفهام (معكوسة) ـ من المدافع.

## كلمة السر

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ا | ا | ع | ا | ش | ا | و | ل | ي | ا |
| ل | ل | م | ل | م | ف | ج | ل | ي | د |
| غ | م | ق | ق | س | ر | ع | ا | ق | ا |
| ا | ع | ت | د | ي | ق | ر | ل | ا | ل |
| ل | ز | ش | ر | ت | ل | ق | ش | د | و |
| ي | ر | و | ب | س | ا | ل | ا | ر | ر |
| ا | و | ي | ا | ل | ل | ا | م | ة | ق |
| ن | س | ق | ل | م | ت | م | ل | ح | ق |
| ا | ن | د | ر | ل | س | ع | ة | ا | ا |
| د | ل | ا | ق | ا | ل | ا | ر | ل | ئ |
| ر | ا | ن | م | ب | ق | ل | هـ | م | م |
| ة | ب | ع | و | ح | ن | م | م | ة | ج |

### من الأعشاب المفيدة من 8 أحرف

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| قادرة | معالم | حبال | شمسي | تشويق | المعز |
| الشاملة | النسور | عمق | مهر | جليد | نادرة |
| القرع | قائم | الورق | فرق | عناد | الرقم |
| أولي | تسلم | التسلق | الغالي | القدر | حالة |

## سؤال وجواب

### ما أسباب الحرقة والشعور بالرمل في العينين بعد استخدام الكمبيوتر؟

يعاني الكثيرون من حرقة وشعور بوجود «رمل» في العينين بعد استخدام الكمبيوتر، وهو عارض قد لا يرتبط فقط بضوء الشاشة أو قلة الرمش، إذ أوضح البروفيسور سيرغي تروفانوف، أخصائي طب العيون، أن السبب الرئيسي يكمن في خلل بتركيب طبقة الدموع الواقية لحمايتها من الجفاف، إما لنقص الإفراز أو لتبخرها المفرط. وقد تفرز الغدة الدمعية كمية غير كافية من السائل بسبب أمراض جهازية كالتهاب المفاصل الروماتويدي، أو لاضطرابات في الجهاز العصبي المسؤول عن تنظيم الدموع.

ويرتبط الجانب الآخر من المشكلة بخلل في الغدد الميبومية الموجودة في الجفون، والتي تفرز مواد دهنية تمنع تبخر الدموع. وعندما لا تعمل هذه الغدد بشكل صحيح نتيجة عوامل كالتغيرات الهرمونية، تصبح إفرازاتها كثيفة ويصعب خروجها، ما يسرع تدهور الطبقة الواقية. وتجتمع هذه العوامل أحيانا ليكون التركيز أمام الكمبيوتر عاملا يزيد الأعراض سوءا، نظرا لأن معدل رمش العين ينخفض تلقائيا فلا تتجدد طبقة الدموع بالوتيرة المعتادة.

يتدرج علاج جفاف العين وفقا لشدة الحالة، بدءا من قطرات الترطيب وصولا إلى التدخل الجراحي. ويعتمد علاج خلل الغدد الميبومية على تدفئتها إلى 42 درجة مئوية لتسييل إفرازاتها والسماح بتدفقها الطبيعي. ولا ينصح البروفيسور باستخدام القطرات دون فحص طبي لاختلاف تركيباتها، مؤكدا ضرورة استشارة طبيب العيون في حال استمرار الحرقة أو الجفاف لتحديد السبب بدقة ووصف العلاج المناسب.

المصدر: HealthLine

## اعرف شخصيتك

## معلومات طبية

### علماء يطورون نظاماً يتيح لمرضى إصابات الدماغ التواصل بقوة التفكير

نجح باحثون من جامعة كولومبيا في تطوير نظام تقني يتيح لمرضى إصابات الدماغ الشديدة التحكم في إشارة صوتية عبر التفكير. تستهدف هذه التقنية المصابين بـ«الانفصال المعرفي الحركي»، وهي حالة يبدو فيها المريض فاقدا للوعي لكنه يدرك الكلام ويحاول تنفيذ الأوامر، نتيجة انقطاع الصلة العصبية بين مناطق التفكير ومراكز الحركة في الدماغ.

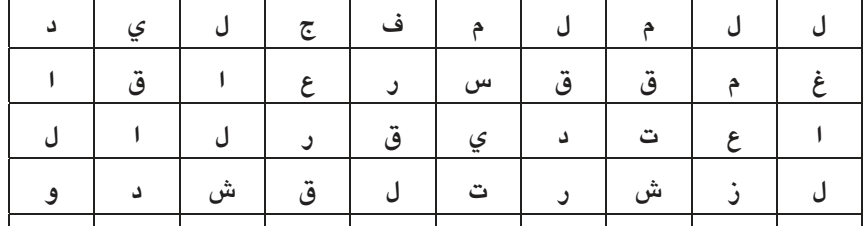
واعتمدت آلية النظام على استخدام جهاز تخطيط كهربية الدماغ (EEG) المتاح في غرف العناية المركزة، مدمجا ببرنامج حاسوبي يحلل البيانات فوريا. وخلال التجربة التي نُشرت في مجلة «Brain» وشملت 41 شخصا، طُلب من المرضى تخيل حركة أيديهم، ليقوم البرنامج بترجمة هذا النشاط الذهني إلى تغيير في حدة الصوت. وقد نجح نحو ثلث المشاركين في إنجاز المهمة بعد تدريب قصير، وتمكن جميع من يملكون وعيا خفيا من التحكم بالصوت.

وقد نال النظام تقييما إيجابيا من عائلات المرضى الذين اقترحوا تطويره بإضافة وظائف تتيح الإبلاغ عن الجوع والألم. ورغم أن التقنية لا تحل بديلا عن الكلام حاليا، فإن العلماء يطمحون مستقبلا إلى توسيعها، ما يساعد الأطباء على تقييم فرص التعافي بدقة أكبر، ويمنح المرضى وسيلة للتعبير عن احتياجاتهم وإيصال أصواتهم.

المصدر: PubMed

## حل كلمة السر

## حل اعرف 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

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

### المستوى المتوسط

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

### المستوى المتقدم

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

### الحل

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

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

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

## حل عينك .. عينك

## حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً: 1 ـ علم مذكر ـ عكس مدبرين، 2 ـ علاج ـ للاسناد، 3 ـ أبناء ـ عملة آسيوية، 4 ـ سقاية ـ يغني، 5 ـ متشابهة، 6 ـ اعملوا فكرهم (معكوسة) ـ عاصفة بحرية، 7 ـ شاطئ، 8 ـ المجهول (معكوسة) ـ غبار، 9 ـ خاصتي (معكوسة) ـ من العلوم ـ بقايا الحريق، 10 ـ شاعر فارسي.

عمودياً: 1 ـ استر ـ عكس بطيء، 2 ـ متشابهة ـ أحيي، 3 ـ علم مؤنث ـ أفكَ، 4 ـ متشابهان ـ عكس قصروا (معكوسة)، 5 ـ موطن ـ للاضراب، 6 ـ قوام ـ حامدة، 7 ـ عكس قريب ـ عكس أليف، 8 ـ عكس قسوا ـ عذلا، 9 ـ للنداء ـ أصل الحياة (معكوسة)، 10 ـ للاستفهام (معكوسة) ـ من المدافع.