عينك .. عينك

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





سؤال وجواب

هل دموع العين في البرد حساسية أم جفاف؟

يعاني الكثيرون من سيلان الدموع عند التعرض للهواء البارد والرياح في الشتاء. وعلى عكس الاعتقاد الشائع بأنها حساسية، فإن جفاف العين هو السبب الرئيسي، إذ يؤدي انخفاض الرطوبة والرياح إلى تسريع تبخر الطبقة الدمعية الرقيقة التي تحمي العين، مما يثير أعصاب القرنية ويحفز الغدد على إفراز دموع انعكاسية مائية تفتقر للزيوت الطبيعية، فتسيل خارج العين دون ترطيبها بشكل فعال.

وللتفريق بين الحالتين، يترافق جفاف العين عادة بشعور بالحرقان، والوخز، وإحساس بوجود جسم غريب، مع تشوش مؤقت في الرؤية يزول عند الرمش.

في المقابل، تتميز حساسية العين بحكة شديدة ومستمرة تصيب كلتا العينين غالبا، ويصاحبها تورم في الجفون، وعطس، وسيلان في الأنف نتيجة التفاعل مع الغبار أو وبر الحيوانات، كما قد يعود السيلان أحيانا لانسداد القنوات الدمعية خاصة لدى كبار السن.

وللوقاية، ينصح الخبراء بارتداء نظارات شمسية واقية لصد الرياح، واستخدام قطرات الدموع الاصطناعية المرطبة الخالية من المواد الحافظة، وتطبيق كمادات دافئة على الجفون لتحسين إفراز الدهون.

ورغم أن الدموع المؤقتة في البرد تعد استجابة طبيعية تزول في الأماكن المغلقة، إلا أن استمرارها أو تلازمها مع ألم شديد واحمرار حاد وحساسية للضوء يتطلب فحصا فوريا لدى طبيب العيون.

المصدر: OnlyMyHealth

اعرف شخصيتك



معلومات طبية

تحذير من ارتباط السمنة بأورام الخبيثة والآليات المسببة لها

حذر أطباء الأورام من خطورة التغيرات في عملية التمثيل الغذائي والاختلالات الهرمونية الناتجة عن السمنة، مؤكدين أنها تزيد بشكل ملحوظ من خطر الإصابة بالسرطان. ووفقاً لما أوضحه البروفيسور الروسي إيفان ستيليدي، كبير أطباء الأورام في وزارة الصحة الروسية، فإن الأبحاث الطبية الحديثة تشير إلى أن ما يقرب من ثلث الأورام الخبيثة يرتبط ارتباطاً مباشراً بزيادة وزن الجسم، حيث تؤثر السمنة في خلايا الجسم عبر آليات متعددة تعزز من نمو هذه الأورام.

وفي سياق العوامل الغذائية المؤثرة على الصحة، أشار البروفيسور ستيليدي إلى أن تناول اللحوم الحمراء، وخاصة المنتجات المصنعة منها، يرتبط بارتفاع معدلات الإصابة بسرطان القولون والمستقيم. وفي المقابل، شدد على الأهمية الوقائية للنظام الغذائي المتوازن، مؤكداً أن الاعتماد على تناول الخضراوات والأغذية الغنية بالألياف يلعب دوراً عكسياً فعالاً في تقليل احتمالات الإصابة بالأورام الخبيثة وحماية الجهاز الهضمي.

تأتي هذه التحذيرات الطبية لرفع مستويات الوعي المجتمعي حول طبيعة المرض، وتسليط الضوء على أهمية الكشف المبكر عنه، بالإضافة إلى استعراض أبرز التحديات التي تواجه المنظومات الصحية في مجالات التشخيص والعلاج.

المصدر: Dkfz.de

حل كلمة السر

مرآة

حل اعرف الشخصية

شخصية خاصة

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

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

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

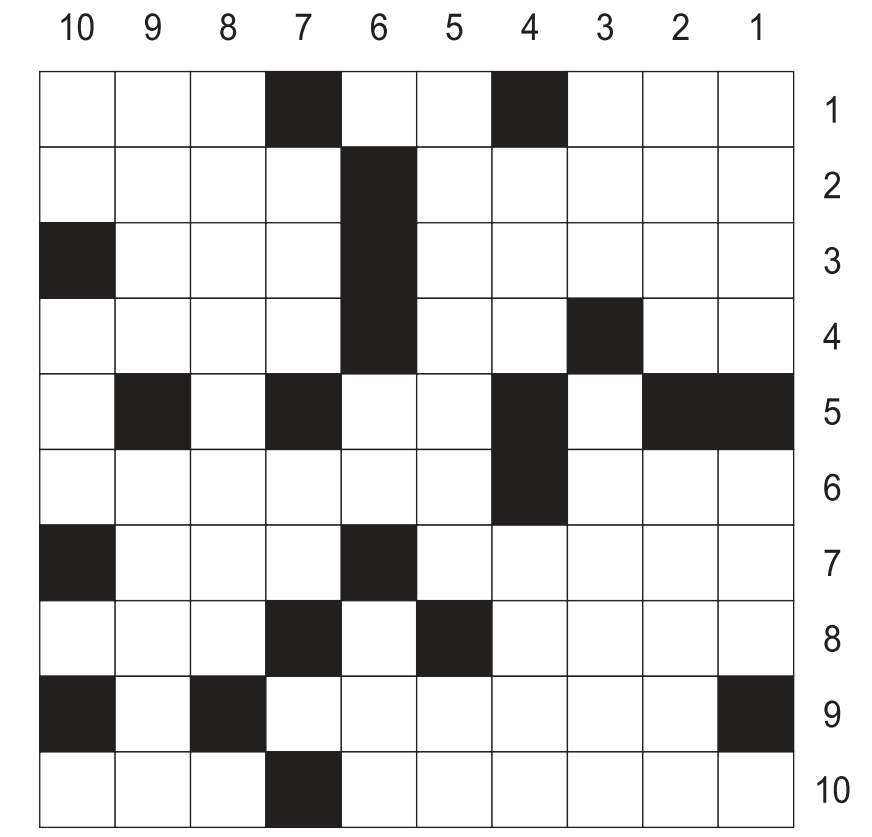
9	3	6	7	8	4	2	1	5
4	8	5	9	1	6	7	3	2
2	7	1	3	6	9	5	4	8
3	6	4	8	7	9	5	1	2
5	1	8	6	9	3	2	7	4
7	9	2	4	5	1	8	6	3
1	5	9	2	4	8	3	7	6
8	2	7	5	6	3	4	9	1
6	4	3	9	1	7	2	8	5

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

حل عينك .. عينك



الكلمات المتقاطعة



أفقياً:

1 ـ من أطوار القمر ـ للنصب ـ نام، 2 ـ نهر أفريقي ـ مركب، 3 ـ أتعبه (معكوسة) ـ والدتي، 4 ـ خاصتي (معكوسة) ـ شتم ـ من الأقمشة (معكوسة)، 5 ـ من الأطراف، 6 ـ قلع العيون ـ أرويها، 7 ـ عاصمة عربية ـ حرف هجاء، 8 ـ جاف ـ من أنواع الأدب، 9 ـ موطنهم، 10 ـ يصغي إليها (معكوسة) ـ أصل الحياة.

عمودياً:

1 ـ متأنق ـ اشتمي، 2 ـ علم مؤنث ـ الاسم الأول لمطربة سورية، 3 ـ دقي الجرس (معكوسة) ـ من الفصول، 4 ـ عمل وجهد (معكوسة) ـ نيشان، 5 ـ تتكون منها القصيدة ـ مجهول (معكوسة)، 6 ـ وضع خلسة ـ يهدم (معكوسة)، 7 ـ ذو مكانة عالية (معكوسة) ـ قوام، 8 ـ مطرب لبناني، 9 ـ مسرور ومرتاح ـ المرض (معكوسة)، 10 ـ حيوان ضخم ـ سلم.

كلمة السر

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

ممثل عالمي من 7 أحرف

الصدقات	مسلسل	جمود	فكرة	الخيال	جماعة
الرسم	مراجع	الأسماء	تعبير	الكوفة	
المسرح	العالم	رمس	الانتباه	قمع	
تمكين	الخضر	الزرافة	الحالم	البري	