

أعراض السرطان في منطقتي الرأس والرقبة



وكالات

كشفت ليليا ياكوفليفا، رئيسة قسم أورام الرأس والرقبة في مركز لوغينوف العلمي السريري بيموسكو، أعراض مرض السرطان في منطقتي الرأس والرقبة. وقالت إن من بين الأعراض التي تشير إلى ضرورة مراجعة الطبيب، ألما مجهولة المصدر، وأيضاً ملاحظة وجود مناطق تصلب أو أورام لم ينتبه لها الشخص. كما قد يكون ظهور طبقة بيضاء أو حمراء على اللسان أو الغشاء المخاطي للفم، أو صعوبة في بلع الطعام وكذلك عدم ثبات الأسنان دون سبب واضح. وأضافت: يجب ملاحظة نمو وتغير لون البقع الصبغية وكذلك ظهور التهاب مفاجئ في الأذن الوسطى، واحتقان الأنف وصداخ لدى الشخص الذي لا يعاني من أمراض مزمنة. وأكدت أن الشفاء مرتبط بالتشخيص المبكر للمرض. لأن ذلك يضمن شفاء ٨٤ بالمئة من المرضى. ولكن للأسف بهذه الطريقة يشخص المرض لدى أقل من ثلث المصابين.

أطباء ساعدوا أنثى صرصور

وكالات

أجريت في أحد المراكز البيطرية لمدينة كراستويارسك بشرق سيبيريا عملية جراحية فريدة من نوعها لأنثى صرصور. واستطاع الأطباء البيطريون سحب الكبسولة من جسمها وإلا كانت تواجه خطر الموت. واستغرقت العملية الجراحية ساعة واحدة وذلك لسبب مواجهة الأطباء مشكلة في تخدير الصرصور، فضلاً عن افتقارهم إلى خبرة إجراء مثل هذه العمليات الجراحية فاضطروا إلى استشارة الأطباء البيطريين الإسبان. وقال الأطباء: إن أنثى الصرصور بقيت على قيد الحياة، لكنها لن تستطيع مستقبلاً الإنجاب. بينما شكّر رئيس قسم اللافقاريات في جامعة تومسك الحكومية الروسية، فلاديمير رومانينكو، في أي قيمة علمية لإجهاض أنثى الصرصور المختبرية قائلًا إن الصراصير تتكاثر جيداً ولا تعيش طويلاً.

تنصت على طليقتها باستخدام دمية

وكالات

راقبت امرأة من مدينة هاكيتستان بولاية نيجورسي زوجها السابق سراً بمساعدة دمية ناعمة محشوة بجهاز تنصت. وتفيد صحيفة «ذا صن» بأن هينر بامفورد (٣٣ سنة) أرسلت طفلها إلى زوجها السابق دومينيك ومعه دمية محشوة على شكل ميكي ماوس، أخفت فيها جهاز تسجيل الأصوات، ولكن عندما ضغط طليقتها على الزر، سمع صوته الشخصي، وحينها أدرك أن هناك من يراقبه، فقرر إبلاغ الشرطة بالامر. وبعد أربعة أيام اعتقلت الشرطة بامفورد بتهمة التنصت ومضايقة دومينيك، ولم تحدد الفترة التي كانت تنصت فيها على زوجها السابق، ولا يزال التحقيق جارياً. وسبق أن أعلن في شهر تشرين الماضي، عن اعتقال شاب في مدينة هوبارت بولاية تسمانيا الأسترالية، واعترف بأنه كان يراقب حركة سيارة حبيبته السابقة ويتنصت على هاتفها باستخدام تطبيق خاص.

عبير شمس الدين متسلطة وقوية



الوطن

انضمت الممثلة السورية النجمة عبير شمس الدين إلى قائمة أبطال مسلسل «غبار الماضي» مع المخرج عمار تميم في أول تعاون بينهما، لتلطي في هذا العمل عبر شخصية «رهام» وهي قوية ومتسلطة.



من دفتر الوطن

نظرية العصفير تترقق!!

عبد الفتاح العوض

نظرية «السماء صافية والعصفير تترقق» جزء من طريقة التفكير التي تربينا عليها. وكما في كل الأشياء التي كتبناها بكثير من الشغف أيام الطفولة ولا أحد من تلاميذ وطلاب ما قبل الحرب إلا وكتب هذه الجملة على الأقل مرة واحدة في موضوع تعبير عن «الربيع»!

نحن الآن في أيام يمكن اعتبار «النق» فيها غير مستحب، ولهذا ساحلوا -أحاول الحديث عن آلية التفكير الإيجابي من خلال نظرية العصفير تترقق!!

في بلدنا لدينا طبقة مبدعة في تطبيق هذه المقولة، وخاصة عندما يتعلق الأمر كيف يتم نقل صورة الواقع من المسؤول الصغير إلى الأكبر منه، فغالباً ما يتم تصوير هذا الواقع على أنه أقرب إلى المثالية، وكثير من المشاكل التي أصابت المجتمع السوري كانت جراء نقل «الصورة» غير الصحيحة عن الواقع.

لكن أكثر الأشخاص في بلدنا لا يؤمنون بنظرية العصفير تترقق ولا تنسوا هنا أنني أتحدث عن مفهوم التفكير الإيجابي وليس التزييف.

من الصعوبة جداً أن تسوق لسلالة التفكير الإيجابي في الأيام السوداء.

لكن حتى قبل الأيام السوداء لم يكن التفكير الإيجابي جزءاً من سلوكنا ونمط تفكيرنا.. ففي معظم الحالات عندما يكون هناك تقييم شخصي لأحد ما فإن التركيز يفتي على النقاط السلبية، فقد يكون لديه مجموعة من الخصال «الحميدة» لكن عندما تريد أن تقيّمه تركز على خصلة أو اثنتين من الخصال غير الحميدة متجاهلين وكفى المرء نبلاً أن تعد معاهيبه.

أيضاً من الواضح تماماً أننا في كل المجالات نركز على المشاكل وليس على الحلول، وكل منا يسهب في تحليل المشكلة وأسبابها وأعراضها، لكن قلة منا التي تتحدث عن مبادرات وأفكار لإيجاد حلول.

صحيح ليس من واجب المواطن أن يجد الحل فهذه مسؤولية الحكومات، ومع الأسف فإن بعض مسؤولينا يشرحون لنا «معاناتنا» لكن بأسلوبهم التبريري! موضوع التفكير الإيجابي ليس مجرد «تقاليد» ورؤية النصف المملء بالكأس.. هو أسلوب حياة ورغم القناعات عند الكثيرين بأن هذا الأسلوب مثير ومميز لكن ليس لدينا القدرة على تطبيقه بشكل دائم، وفي أحيان كثيرة نفقد السيطرة على «العصفير»، فلا تترقق! وخاصة في حالات أن تكون محاطاً بأشخاص لديهم روح سلبية، أو عندما تمر بحالة خاصة فاشلة سواء على المستوى المهني أم الشخصي.

من أكثر الأشياء المهمة في موضوع التفكير الإيجابي أن نتوقع الأفضل خلال القادم من الأيام، وهذا امتحان مع قدم عام جديد لقدرتنا على التعامل، وبطني أن الإيجابية تقتضي ألا نسقط في الوهم ونحن نركض خلف «السقطيل»، لكن ليس من الحكمة أبداً ولا من الواقعية أن يصل بنا التشاؤم لاختيار الأسوأ من التوقعات!

عودة إلى نظرية العصفير تترقق.. يقال إنه إذا توقفت الطيور عن التغريد فإنها بحاجة إلى ذكر مفرد يحثها على التغريد!! غردوا مع ٢٠٢٠.

أقوال:

- القيادة هي فن التفكير السريع.
- إذا شعرت أن سفينتك تفرق فقد يكون هذا هو الوقت المناسب للتخلص من الأشياء غير الضرورية التي تنقلها.
- هو عبء على الحياة ثقيل من يظن أن الحياة عبء ثقيل.
- لم يكن هناك ليلة استطاعت هزيمة الشمس.
- لا تتابع في الجاملة كي لا تسقط في النفاق ولا تتابع في الصراحة كي لا تسقط في الوقاحة.
- بدل أن تلعن الظلام، أوقد شمعة.

سمية الخشاب: قرار حبسي كان غيابياً

عادات يجب تفاديها لتجنب دهون البطن



وكالات

نفت الفنانة المصرية سمية الخشاب ما تردد أخيراً عن سادها كقالة مالية في واقعة الحكم بحبسها ثلاثة أعوام في قضية إصدار شيك من دون رصيد لمصلحة طليقتها الفنان أحمد سعد.

وقالت إن الحكم بحبسها كان غيابياً ولم يكن في حضورها، مضيفة: «الكفالة دي بتتدفع لما يكون حد محبوس ويخرج، ولكن أنا متحبستش».

«هجوم نحل» يوقف مباراة كرة القدم

وكالات

شهد كأس تزانيا لكرة القدم حادثة طريفة تمثلت بهجوم سرب من النحل على اللاعبين، في المباراة التي كانت تقام بملعب دار السلام في العاصمة دودوما. ونشر فيديو للحادثة، حيث توقفت المباراة في الدقيقة ٥٥، عقب هجوم سرب من النحل، الأمر الذي أثار ارتباكاً في صفوف اللاعبين والجمهور والحكام. وأظهر الفيديو اللاعبين وقد انبطحوا أرضاً لتفادي هذا الهجوم، كما قام عدد من الجمهور بفعل ذات الشيء لتجنب اللسع.

وجعل الهجوم اللاعبي والجمهور يغادرون الملعب بسرعة، قبل العودة واستكمال المباراة لاحقاً بشكل طبيعي بعد أن هدأ سرب النحل.

إندونيسية تحول منزلها إلى ملجأ للقطط

وكالات

تعيش ربة المنزل الإندونيسية، دينا أغوستا، على مشارف إحدى ضواحي العاصمة جاكارتا مع أكثر من ٢٥٠ قطعة، انقذتها من الشوارع، لتوفر بلجاً لهذه الحيوانات، على أمل أن تجد من يتبناها يوماً ما.

وتشعر أغوستا (٤٥ عاماً)، منذ الطفولة، بالرغبة في إنقاذ القطط، حيث كانت ترى القطط الضالة تهيم على وجهها في أنحاء الحي الذي تقطنه، وقالت: «من الصعب رؤية القطط المهملة في الشوارع».

وعندما انتقلت مع زوجها محمد لطفي الذي يعمل في تربية أسماك السلور (القرموط)، قبل أربعة أعوام من مدينة بكاسي في إقليم جاوة الغربية إلى منزل أكبر في بارونج في الإقليم ذاته الواقع جنوبي جاكارتا، أصبحت تستطيع التصرف وبدأت في نقل القطط لمنزلها.

ويبقى الزوجان ما لا يقل عن مليون روبية (٧٢ دولاراً) يومياً، لتغطية تكاليف الطعام والأدوية والتخلص من الفضلات لأكثر من ٢٥٠ قطعة، كما عينا طاقماً من خمسة عمال لتنظيف المنزل بأكمله، مرتين يومياً، وذلك حرصاً منها على نظافة الملجأ.

وتقول أغوستا: إنها لا تأخذ القطط التي تبدو موفورة الصحة، بل تنتقي تلك التي تحتاج إلى المساعدة، وتتوقع بقاء القطط المصابة بالإعاقة معها في الملجأ إلى الأبد.

وتتجول أيضاً في أنحاء الحي على نحو منتظم لإطعام جميع القطط التي تصادفها.

وخضعت جميع القطط الموجودة في منزل أغوستا للإحصاء، حفاظاً على العدد، كما تلقى القطط رعاية كي لا تمقل أي خطورة صحية على ما حولها.

مرحاض يحارب الموظفين

وكالات

ربما تنتهي فترة الاستراحة الطويلة في الحمام التي تتيج للموظفين قراءة الأخبار وتصفح مواقع التواصل الاجتماعي، مع تصميم مقعد مرحاض جديد.

وتشكو العديد من الشركات من أن موظفيها يستغلون استراحة قضاء الحاجة للهروب من العمل والمهام الموكلة اليهم.

حيث إن المرحاض الجديد جاء بتصميم لمنع الموظفين من قضاء وقت طويل في الحمام، يكون على حساب العمل.

مقعد المرحاض الجديد لن يكون مريحاً بعد الجلوس عليه لسبع دقائق، نظراً لشكله المائل بمقدار ١٣ درجة، وسيجبر الأمر الجالس على المقعد على استخدام عضلات الساق حتى لا ينزلق عنه.

رولا سعد: بعض الأشياء تؤلمك لكنها تعلمك



أصغر جزيرة مأهولة بالسكان

وكالات

تطوف على سطح المياه بين الولايات المتحدة وكندا أصغر جزيرة مأهولة في العالم، إذ تملكها عائلة منذ خمسينيات القرن الماضي، وتتكون من منزل وحيد تحيط به شجرتان، وقد تحولت الجزيرة إلى مزار للسباح. وتقع الجزيرة التي أطلق عليها أصحابها «جزيرة الغرفة الواحدة فقط»، ضمن أرخبيل مكون من نحو ألف جزيرة صغيرة على الحدود بين الولايات المتحدة وكندا، وتبلغ مساحة الجزيرة نحو ٣٣٠٠ قدم مربع (٣١٠ أمتار مربعة).

ما يجعلها أصغر جزيرة مأهولة بالسكان في العالم. واشترت الجزيرة عائلة سيزلاند في خمسينيات القرن الماضي، باعتبارها ملاذاً مريحاً، لكن ساكنيها لم يتوقعوا أبداً أن تصبح مصدر جذب سياحي معترف به دولياً.

وعلى الرغم من أن العائلة المالكة للجزيرة لم تفكر يوماً في أن يصبح منزلها الوحيد فونها مشهوراً جداً، فإن هذا المنزل الوحيد فوق الجزيرة لعب دوراً كبيراً في شهرتها.

وما لم تتوقعه عائلة سيزلاند هو أن تلفت الجزيرة نظر القارئ على موسوعة غينيس للأرقام القياسية لتفتح أبوابها، لتدخل إلى الموسوعة العالمية باعتبارها أصغر جزيرة مأهولة بالعالم.

وأكثر لقب أصغر جزيرة في العالم سابقاً تحمله جزيرة «صخرة الأسقف» الواقعة قرب سواحل جزيرة صقلية الإيطالية، قبل أن ينتقل إلى جزيرة عائلة سيزلاند التي تبلغ مساحتها نصف مساحة الجزيرة الإيطالية.

وكالات

نشرت الفنانة اللبنانية رولا سعد صورة جديدة أطلت من خلالها بإطلالة أنيقة و متميزة، وعلقت: «بعض الأشياء تؤلمك لكنها تعلمك ألا تكون طبيباً أكثر من اللازم».

والجدير ذكره أن رولا كانت قد طرحت مؤخراً كليب أغنيها «دكان شلطة» على قناتها الرسمية على «يوتيوب».