

صوم رمضان وعلاقته بأمراض الكبد



تتعدد أمراض الكبد، وتعتبر الإصابة بـ«فيروس C» أهم الأخطار التي من الممكن أن تهدد صحته، كما تتنوع درجات تأثير الفيروس فيه، ومع احتجاج المرضى المستمر للعلاج كيف يمكن صوم رمضان؟

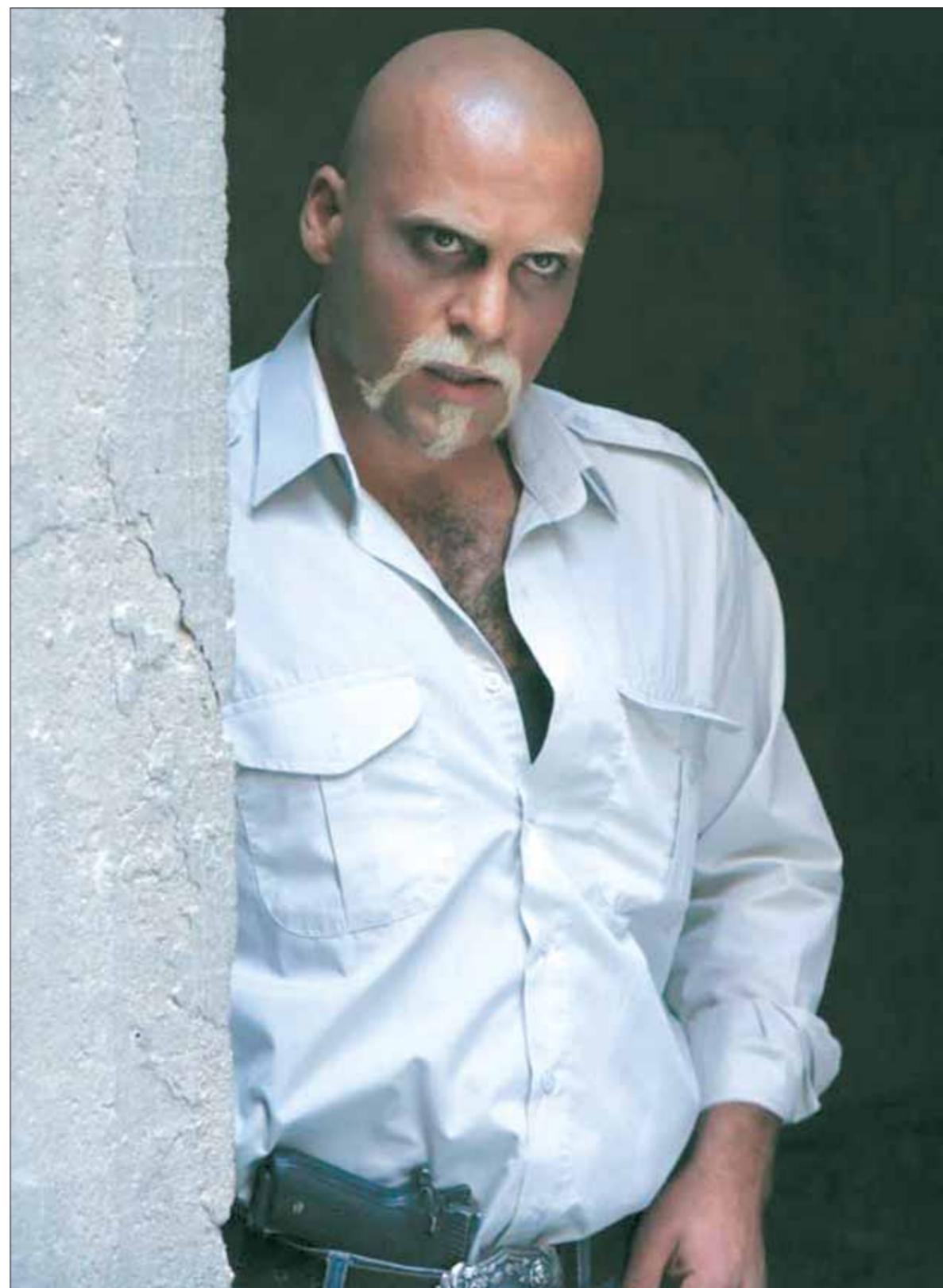
بدايةً، الطبيب المعالج هو الذي يحدد نوعية حالة مريض الكبد، فالبعض يعانون تناقضاً متكافئاً، بمعنى أن وظائف الكبد متكافئة وجيدة، والبعض يعانون تليفاً غير متكافئاً، بمعنى أن وظائف الكبد غير جيدة ونظهر مضاعفات التليف مثل الاستسقاء وتورم الساقين والصفراء والتزف والقيء الدموي وفقدان الوعي أحياناً.

وببناء على تشخيص الطبيب للحالة، يمكن لمرضى الالتهاب المزمن الصوم، إذا كانت إنزيمات الكبد طبيعية، معتناول العلاج المناسب.

وبالنسبة للمرضى الذين يتناولون «الإنترفيرون»، فيمكنهم الصوم في حالة عدم وجود مضاعفات جانبية نتيجة تناول الإنترفيرون، والوحيد الذي يحدد ذلك هو طبيب الكبد المعالج، حيث إن العلاج بالإنترفيرون يتطلب تناول كميات كبيرة من الماء. أما بالنسبة للمرضى الذين يعانون تليفاً مبكراً بالكبد ووظائف الكبد لديهم جيدة، فهذا يعامل معاملة التهاب الكبد المزمن، وقد يسمح لهم بالصيام، مالم يعاني المريض أي مضاعفات أخرى.

لكن بالنسبة لمريض تليف الكبد غير المتكافئ، فهنا يتم تقييم الموقف على حسب حالة الكبد، في حالات المراحل المتأخرة قد لا يسمح له بالصيام لأنه يحتاج إلى العلاج بصفة مستمرة في أوقات معينة ومحددة، والذين يعانون غيبوبة كبدية وتوتر القدمين والقيء الدموي وكل هذه الأعراض نتيجة الإصابة بالتليف المتأخر، فلا يسمح لهم بالصيام، كما أن مريض تليف الكبد غير المتكافئ الذي يعاني انخفاضاً في سكر الدم، لا يمكنه الصوم أيضاً، لأنه لا يستطيع تكميله اليوم نظراً لأنخفاض مستويه، السكري في الدم.

مهيار خضور رئيس عصابة



١٨٤ ألف وفاة بسبب المشروبات الغازية

خلص بحث إلى القول: إن المشروبات الغازية وغيرها من المشروبات المحتلة بالسكر، وبما تكون مسؤولة عن وفاة ١٨٤ ألف شخص حول العالم كل سنة. وحولَ المشاركون في البحث المخاطر المترتبة على تناول المشروبات المحتلة بالسكر ومنها الإصابة بالسكري وأمراض القلب والأوعية الدموية والسرطانات.

ويقدر الباحثون أن نحو ١٣٣ ألف شخص يموتون جراء إصابتهم بداء السكري بنتيجة افراطهم في تناول المشروبات المحتلة بالسكر، على حين يموت نحو ٤٥ ألفاً بأمراض القلب والأوعية الدموية، و٤٥٠ شخصاً بأمراض السرطان، التي تتلخص هذه المشروبات دوراً في الإصابة بها.

وقال رئيس الباحثين داريوش مظفريان من جامعة تافتيس في بوسطن: إنه في العديد من دول العالم يموت عدد كبير من الأشخاص جراء عنصر غذائي واحد، وهو المشروبات المحتلة بالسكر، لذا يجب أن تكون مهمات خفض استهلاك هذه المشروبات أو التخلص منها تماماً، إحدى الأولويات على مستوى العالم.

وجاءت المكسيك في المرتبة الأولى من حيث عدد الوفيات المرتبطة بتناول هذه المشروبات، إذ بلغت النسبة فيها ٤٥ حالة وفاة لكل مليون نسمة، تتبعها الولايات المتحدة بـ ١٢٥ حالة وفاة لكل مليون نسمة.

كما قال الباحثون: إن كمية السكر التي تستهلك في بلد ما، لها علاقة مباشرة بشيوع أمراض السكري والقلب والأوعية الدموية والسرطان، مضيفين إن ٧٦ بالمائة من الوفيات المرتبطة باستهلاك المشروبات المحتلة بالسكر، تقع في البلدان الفقيرة أو ذات الدخل المتوسط.

الفنان السوري مهيار خضور في أحد مشاهد مسلسل «عنایة مشددة» ويؤدي دور «زكوان»، الذي يدير عصابة تستغل الأحداث الدائرة للقيام بأفعاله الاحرامية.

# قشور البطيخ لشد وتفتيح البشرة



يجعل معظم الناس  
أهمية قشور البطيخ  
وفوائدها الكثيرة على  
صحتهم، إلا أنها تساعد  
في تفتيح وشد البشرة،  
كما يحافظ البطيخ على  
رطوبة الجلد ويقلل من  
حجم المسام.  
ويتمكن الاستفادة من  
قشر البطيخ عن طريق  
تجفيفه وطحنه، ثم يمزج  
مع كمية قليلة من الماء،  
حتى تصبح عجينة  
توضع على البشرة  
كماسك لمدة ١٠ دقائق في  
الأسبوع، ما يساعد على  
تنشيط الدورة الدموية  
والحصول على بشرة  
نقية وناعمة.

## فاز باللوتو عن طريق الخطأ

فاز «بوب سابو» بجائزة  
اللوتو بقيمة ٣٠ ألف  
دولار بعد أن اشتري  
بطاقة الرابحة عن  
طريق الخطأ. وأشار  
سابو إلى أنه لم ينشأ  
الانتظار في الصيف  
لشراء بطاقة اللoto من  
متجر بالقرب من منزله  
لذا قرر شراء التذكرة  
من آلة لبيع اللoto  
للمرة الأولى في حياته.  
وحين عاد بوب إلى منزله  
اكتشف أنه يحمل بين  
يديه البطاقة الرابحة  
بجائزة ٣٠ ألف دولار.

علا الفارس: لهذا أغلاقت قلبي أمامي الدب

رجعت الإعلامية الأردنية علا الفارس عدم نواجهها حتى الآن، بأنها عاشت طول حياتها بين شخص الحب والأساطير، ثم صدمت بالواقع الذي واجهته. وأضافت قائلة: «عشت بين كتب لحب وقصص لأساطير كثيرة، عن عندما أردت تطبيق أفكارها في الواقع تعبت، فلأننا أصبحت لا ؤمن بالعلاقات وقد أغفلت قلي بمفتوح ورميته منذ ٤ سنوات». وقالت إنها عندما رأت أن تدرس الإعلام خربت «الكاف» وأنها طرقت أبواب الإعلام سراً بعيداً عن أنظار العائلة.

**انتمان.. بطل خارق في حجم نملة**

يقدم شركة مارفل للإنتاج السينمائي أحدث أبطالها الخارقين على الشاشة الفضية من خلال فيلم (انتمان) من بطولة بول رود الذي اشتهر بأدواره في أفلام كوميدية إذ يلعب دور سارق ينكش ويصبح في حجم نملة لكن قوته تزيد.

وتدور أحداث الفيلم الحافل بالمؤثرات الخاصة حول شخصية انتمان الذي يتبع عليه مساعدة أستاذه الدكتور هانك ويقوم بدوره الممثل مايكل دوغلاس على حماية أسرار ملابسه الخارجية ويخلط الاثنان لعملية سرقة بهدف إنقاذ العالم.

وقال دوغلاس في العرض الأول للفيلم: «إن التصوير الدقيق للنمل سيسلب عقولكم، لم نر من قبل الأمور من خلال أعين النملة.. إنه أمر رائع».

وقال بيتون ريد مخرج الفيلم عن رود: «إنه ممثل درامي وكوميدي مذهل. هناك شق ساذج لدى انتمان فهو ينكش ويتحكم في النمل وبول أولى دوره ببراعة في ضوء غرابة الفكرة

أول حفل زفاف لزوجين آليين

أقيم في العاصمة اليابانية أول حفل زفاف لرجل وامرأة آليين،  
تبادلا فيه عهود الزواج والقبل، وارتدت فيه «العروس»  
فستانًا أبيض طويلاً، وسط حضور أكثر من ١٠٠ شخص من  
البشر الحقيقيين والآليين.

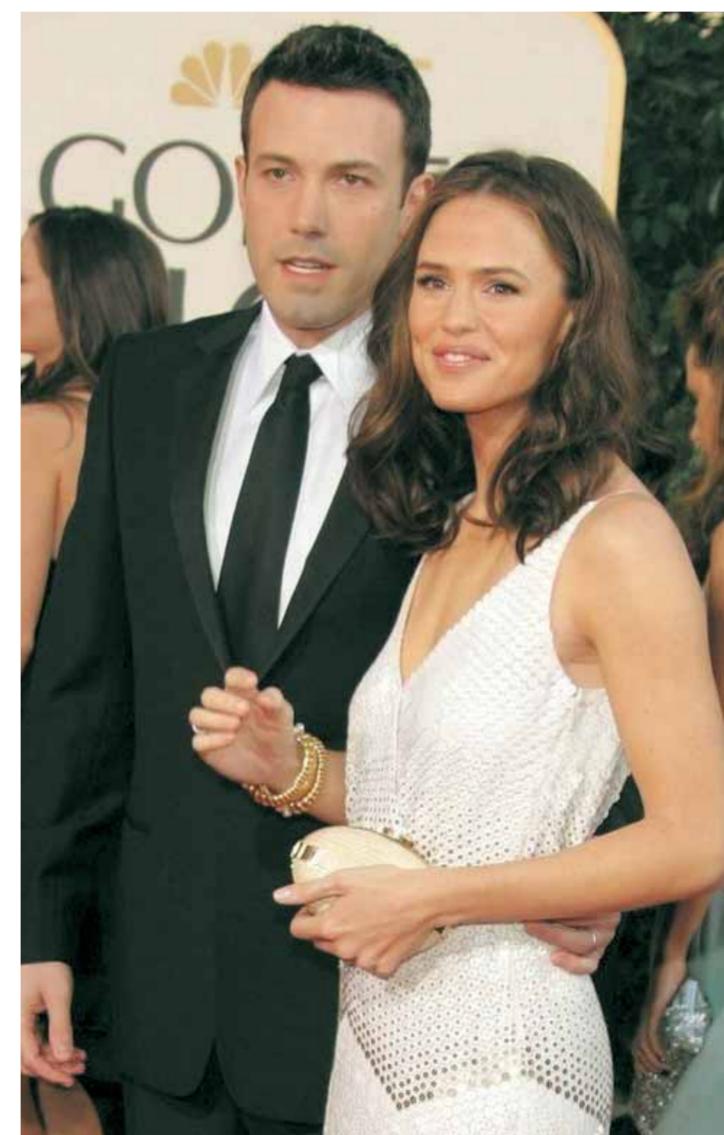
وفاة القطة «تاما» رئيسة مدحنة قطارات

توفيت القطة اليابانية «تماما» التي شغلت منصب رئيسة محطة قطارات كيشي منذ عام ٢٠٠٧ وارتدى منذ تعيينها الذي الرسمي من شارة وقبعة عمل.

وحولت القطة مكان عملها إلى مقصد سياحي يتوافد عليه السياح لمشاهدتها في ساعات عملها وبالزي الرسمي وحققت ٩ ملايين دولار عائدات لاقتصاد بلادها.

وأعلنت شركة خطوط السكك الحديدية وآكاياما نباً نفوق القطة الشهيرة وحظي بمنع رسمي في اليابان.

انفال بن افليك وجنيفر غارنر



بعد يوم من عيد زواجهما العاشر، أعلن النجمان العالميان بن أفليك وجينيفر غارنر الصحيفة «ديلي ميل» اتفاقيهما رسميًا. وقد أعلنا عن اتفاقيهما في بيان مشترك جاء فيه: «بعد تفكير كثير ومتأن، لقد اتخذنا هذا القرار الصعب وعلاقتنا سوف تظل مليئة بالحب والصداقة والالتزام لتربية أطفالنا، الذين نطلب احترام خصوصيتهم في هذا الوقت الصعب». يشار إلى أنها تزوجا في ٢٩ حزيران ٢٠٠٥ ولديهما ثلاثة أطفال «فولييت» تبلغ من العمر ٩ أعوام، و«سيرافينا» التي تبلغ من العمر ٦ أعوام، و«سامويل» الذي يبلغ من

## زيت جوز الهند لتنظيف الأسنان

كشفت دراسة أن الطريقة الهندية القديمة لتنظيف الأسنان عبر حفها بزيت جوز الهند، من أفضل الطرق للحصول على أسنان نظيفة ناصعة البياض طوال الوقت.

وتعتمد هذه الطريقة على حف الأسنان بكلمية من زيت جوز الهند أو زيت السمسم في بعض الأحيان لمدة تتراوح بين ٥ و ١٠ دقائق كجزء من العملية الصباحية للعناية بالأسنان.

وأظهرت الدراسة فعالية هذه الممارسة التي اعتاد عليها الهنود القدماء في التخفيف من تسوس الأسنان وتشكل طبقة البليك وأمراض اللثة.

من جانبهم، يقول باحثون من كلية كينور لطب الأسنان في الهند إن زيت جوز الهند متاح ومتوافق بأسعار زهيدة، وهو فريد من نوعه لأنه يحتوي على أحماض دهنية سلسة ومن أهمها حمض اللوريك الذي ثبت امتلاكه خواص مضادة للالتهابات.