

استراحة

نبذة بريّة تقتل السرطان وتقتضي نهائياً على الكوليسترول



نبذة بريّة «كيميائية» تقتل السرطان وتقتضي نهائياً على الكوليسترول وهي معروفة أيضاً باسم «الرجلة» أو «الفرحينا».

فهي نوع من الأعشاب البريّة التي تنبت وحدها في الطبيعة، تحمل مواداً كيميائية ومواداً مخاطية تستخدم في العلاجات الطبية لأخطر الأمراض.

وفي هذا السياق أثبتت دراسة أخيرة أن البقلة (أو) الرجلّة الشائع في محيط بحر الأبيض المتوسط) والتي تنبت في فصل الصيف بشكل عشوائي تمنع الإصابة بتصلب الشرايين وأمراض القلب والسرطان.

كما أنها معروفة أيضاً في الطب الصيني التقليدي ويتم من خلالها مداواة الكثير من الأمراض الخطيرة.

وقد قام العلماء بدراسة تأثير البقلة على مستويات الدهون في الدم حتى توصلوا إلى تعميم فائدة البقلة في خفض نسبة الدهون ومستويات الكوليسترول الضار (LDL) بنسبة عالية وأيضاً الدهون الثلاثية.

وأفادوا أن تناول البقلة لا يؤدي إلى حدوث أية آثار جانبية، ولها بالتالي تأثير إيجابي على

مستويات الدهون وفي اضطراب استقلاب الشحوم. هذا بالإضافة إلى كونها غنية بالأحماض الدهنية غير المشبعة والفيتامينات والفلافونيدات التي تدمر كل الخلايا السامة والخطيرة في الجسم.

الفوائد العجيبة الأخرى لهذه العشبة وأبرز العلاجات التي أوردتها هذه الدراسة:

- 1- منع التهابات الجهاز الهضمي والقرحة.
- 2- طرد الديدان الحلقية من الجسم.
- 3- تعزز ليونة المعدة والإسهال البسيط.
- 4- إيقاف التقبؤ والوحام.
- 5- علاج الثآليل.
- 6- إيقاف نزيف الدم.
- 7- علاج الصداع والحمى.

دراسة حديثة: كوكب الأرض مقبل على «كارثة بيئية»



كشفت دراسة حديثة، أن كوكب الأرض مقبل على «كارثة بيئية» كبرى، حتى وإن بادر العالم إلى إيقاف انبعاثات الغاز، بدءاً من اليوم، والسبب في ذلك هو أن الضرر حصل أصلاً، بسبب ما اقترفته أيادي البشر.

وبحسب الدراسة المنشورة في صحيفة «نيتشر كلايمت تشانج»، فإن جزيرة غرينلاند، وهي الأكبر في العالم ستفقد كمية هائلة جداً من طبقة الجليد، بغض النظر عن الجهود العالمية الحالية.

وذكرت الدراسة أن 3.3 في المئة من طبقة الجليد التي تغطي غرينلاند ستذوب بشكل حتمي، وهي تعادل 110 ترليون طن من الجليد.

وعند ذوبان هذا القدر من الجليد في الجزيرة، فإن ذلك يعني ارتفاع مستوى البحار والمحيطات بما يزيد عن 30 سنتيمتراً، الأمر الذي يشكل تهديداً للكثير من الدول التي تقع على السواحل.

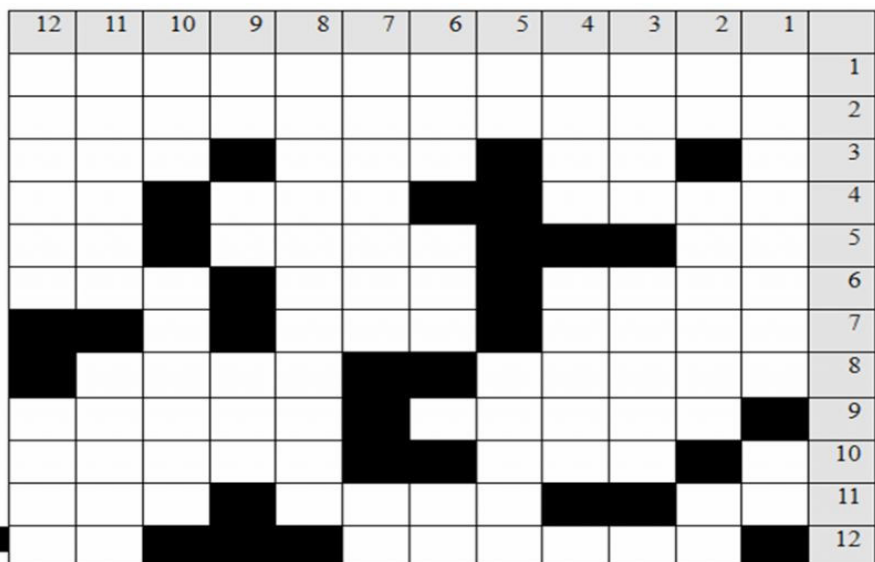
ويرى خبراء أن هذه التوقعات أكثر تشاؤماً من تقارير سابقة، فيما لم تحدد الدراسة السقف الزمني لحدوث هذه الكارثة بشكل دقيق، انطلاقاً من الجزيرة التي تفوق مساحتها مليوني كيلومتر مربع.

لكن الباحثين رجحوا أن تحصل هذه الاضطرابات البيئية الكبرى على كوكب الأرض بين لحظتنا الراهنة وسنة 2100.

وعاش العالم، خلال الصيف الحالي، على وقع كوارث بالجملة، فيما يقال إنها ناجمة عن تغير المناخ بدرجة أولى، بعدما سجلت عواصف أوروبية درجات حرارة قياسية ومواسم جفاف شديدة، في ظل حرائق اجتاحت عدداً من غابات المتوسط.

يقول الباحث في مركز الدراسات الجيولوجية للدنمارك وغرينلاند، وليام كولغان، وهو أحد المشاركين في الدراسة، إن المطلوب هو إيجاد خطط للتعامل مع الجليد الذي سيذوب في المستقبل القريب.

وفي حال ارتفاع مستوى البحر بما يتراوح بين 25 و30 سنتيمتراً، بحلول 2050 في سواحل الولايات المتحدة، فإن ذلك يندرج بكونه كارثة، حسب الخبراء، لأنه يعني زيادة حدوث الفيضانات المدمرة بخمس مرات.



أفقياً

- 2- حرف مكرر - وكالة الأنباء التركية - حرف توكيد ونصب.
- 3- صغير الدب - جمهورية تنقي وسط البلقان - حرف مفرد.
- 4- محافظة في المملكة العربية السعودية تقع في طرف هضبة نجد الجنوبية الغربية - من أجمل العيون في ولاية طاقة - حرف من حروف الإدغام بدون غنة.
- 5- مواء كيميائية لها المقدرة على إحداث الأذى والضرر، أو التوعل، أو الموت - فيلسوف أطلق عليه لقب المعلم الأول.
- 6- بمعنى ركن ومال - حيوان من فصيلة السنوريات يعتبر الأسرع من نوعه / مبعثر - حرف مفرد - حرف مكرر.
- 7- طريقة عملية لجلب عدة حلول لمشكلة معينة / معكوس - ضمير غائب.
- 8- امرأة بريطانية تعتبر أول امرأة تقود طائرة الكونكورد.
- 9- حيوان - بمعنى اشتاق / معكوس - آخر الليل قبيل الفجر / مبعثر.
- 10- وادي في جهنم لكل همارز لمارز - المفاعل النووي الذي يملكه اليهود في إسرائيل.
- 11- اسم يطلق على العملة البرتغالية - آلة موسيقية مصرية قديمة ذات وتر واحد.
- 12- عاصمة كينيا - مرحلة النمو التي تسبق التحول إلى فراشة / مبعثر.

ا	ل	ت	ر	م	ذ	ي	د	ع
ل	ه	ك	د	ي	م	ه	م	م
ت	ا	ت	ا	ل	س	ك	ر	ر
و	و	ز	ر	ج	د	ل	ا	ا
ح	ج	ي	ف	ا	ل	م	ل	ل
ي	ل	ن	ا	ر	ا	ب	ا	ب
د	ي	م	و	ن	ه	م	ح	ا
ي	ي	د	ا	ي	ي	ر	ر	ر
ح	ل	و	ي	م	س	ك	س	ك
ا	ل	ح	ا	ر	ث	ي	س	س

عمودياً:

- 1- دولة تمتلك حق الفيتو في مجلس الأمن - صنفار البيض / معكوس.

السودوكو

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

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

حل العدد الماضي