

قد تكون الحرية حملاً ثقيلاً ولكنه حمل لا يضطلع به إلا ذوو النفوس الكبيرة. أما النفوس العاجزة فتتوء وتترجح وتسقط غير مأسوف عليها.

سعاده

سجين يحاول الفرار من السجن بمسدس مصنوع من الصابون



لجأ سجين بريطاني إلى ابتكار فريد لمساعدته على الفرار من السجن، إذ قام بصنع مسدس مزيف من الصابون. وذكر موقع «مترو» الإلكتروني أن السجن اعترف بأنه معجب بلص البنوك الأميركي المشهور جون ديلينجر المعروف بخطه الفريدة والمبتكرة للفرار من السجن. ففي عام 1934 تمكن ديلينجر من الهروب من السجن بعد تمكنه من صنع مسدس مزيف من الخشب، إذ أوهم حراس السجن أنه يحمل مسدساً حربيًا حقيقيًا، الأمر الذي دفعهم إلى فتح أبواب السجن له، ففر بواسطة سيارة أمر السجن.

لكن المعجب البريطاني لم يتمكن من إتمام المهمة، إذ قرر التخلي عن خطة الفرار وقام بتسليم مسدسه لسلطات السجن التي وصفت مسدس الصابون بأنه متقن الصنع وفريد، نقلت الصحيفة عن مصدر في داخل السجن قوله: «لقد كان من الصعب جدًا معرفة أن المسدس مزيف، فاللون الأسود جعله يبدو حقيقيًا للغاية». وبعد تسليمه المسدس، تم نقل السجن إلى زنزاة انفرادية.

عندما تتحول الشمس من دواء إلى داء!



تحقيق سلمي أبو عساف

في هذه الأيام، ومع حلول فصل الصيف وتهاوت الليالي على شواطئ بلدكم، بغية الحصول على بشرة برونزية، لا بد من إعادة النظر بطريقة التعرض لأشعة الشمس خلال هذا الموسم ومدته، خصوصاً بالنسبة إلى أولئك الذين يتمتعون بصحة جيدة، فاللون الأشقر، الكستنائي أو الأحمر، والبشرة البيضاء، العيون: زرقاء، خضراء أو رمادية، والعمر: ما بين العشرين والستين.

أما مختلف الأوشام، البقع الملونة، الشاميات والنمش فهي بكل بساطة، نقاط الضعف لدى شريحة لا بأس بها من الليالي الذين يتعمون بشمس لا تحرمهم فوائد أشعتها الذهبية. ولكن في الوقت عينه، قد يكون سعيهم المبالغ فيه إلى الحصول على هذه الأشعة، سبباً رئيسياً للإصابة بسرطان البشرة، وفي هذه الحال تتحول النعمة... إلى نقمة.

أثبتت الدراسات العلمية أن أشعة الشمس، وعلى رغم فوائدها الكثيرة، ولعل أبرزها أنها مصدر أساس وطبيعي للفيتامين «د» الذي يحمي الجسم من خطر الإصابة بداء السرطان، هي في الوقت عينه سبب رئيس للإصابة بسرطان البشرة. كلنا نحتاج إلى نورها وكلنا نتمتع بدهن أشعتها، ولكن هل كلنا يعلم أن هذه الأشعة الذهبية عندما تتحول ما بين الساعة 11 ولغاية الرابعة من بعد الظهر إلى أشعة ما فوق البنفسجية «UVB»، تصبح عدواً يتهدد صحتنا وسلامة بشرتنا؟

مطران

وفي هذا السياق، يوضح الطبيب المتخصص في علاج البشرة، ورئيس قسم الجلد في مستشفى جبل لبنان الدكتور روي مطران للوكالة الوطنية للإعلام، أن خطر التعرض للإصابة بسرطان البشرة أصبح عالي النسبة في مجتمعاتنا، وذلك بسبب رغبة الكثيرين في الحصول على بشرة سماء برونزية، والأفرط في التعرض لأشعة الشمس ما فوق البنفسجية المؤذية، خصوصاً في موسم البحر، وفي الأوقات الممتدة من 11 ظهراً لغاية الرابعة من بعد الظهر. كما أن البعض يلجأ إلى استعمال أجهزة السولاريوم التي تؤمن إسمار البشرة في وقت قياسي قد لا يتجاوز الدقائق الثلاث، إذ تنتج منها الأشعة فوق البنفسجية بنسب عالية جداً.

وأوضح أن بشرة الإنسان تعكس جزءاً من هذه الأشعة، فيما يتغلغل الجزء المتبقي منها داخل النسيج الجلدي ويتلف عدد من الخلايا الحية، فتنصب البشرة على المدى البعيد وأفات جلدية منها الحروق القوية والتقرحات، وتظهر عليها علامات الشيخوخة المبكرة من تلون وترهل وخطوط وتجاعيد. أما الآفة الأخطر فتتمثل بإصابة البشرة بأحد أنواع السرطانات الجلدية.

تناقض غريب

وعلى رغم أن التعرض لأشعة الشمس يغذي الجسم بالفيتامين «د» الفعال بشكل كبير في مقاومة عدد من أنواع السرطان، إلا أن التعرض للمسبب الرئيسي للإصابة بالبشرة بأحد أنواع السرطان. ويؤكد الدكتور مطران أن شعوب حوض البحر المتوسط محمية بدرجة معينة من خطر الإصابة بهذه الأنواع من سرطان البشرة نظراً إلى تمتعها بسحنة متوسطة إلى داكنة في غالبيتها ولكن هذه الصفة لا تحميها بشكل كلي، ولكنه يشير إلى عوامل عدة قد تؤدي إلى إصابة الإنسان بهذه الأنواع من السرطان ومن أبرزها لون السحنة وقدرتها على الإسمار، عامل الوراثة، ومدة وتوقيت التعرض لأشعة الشمس.

تتنوع السحنات من فرد إلى آخر، وهي تنقسم إلى ستة أنواع، لكل واحدة منها رد فعل مختلف عن الأخرى عقب تعرضها للأشعة ما فوق البنفسجية، وهي وفقاً لتأثيرها بهذه الأشعة تكون عرضة للإصابة بسرطان



آخر الكلام سكين «داعش» ورسم الدويلات

نسب أبو ضرع

ظهرت بوضوح أحجام الدعم الدولي والإقليمي لاندفاع «داعش» غرب العراق، إذ كُرس أحجام الدعم هذه النظرية التي رافقت اندلاع الحوادث في الشام، والقائلة بمؤامرة تقويت المنطقة عبر «الفوضى الخلاقة». محاولة التقويت الأولى بدأت في الشام، وكان المقدّر أن يتهاوى النظام في غضون أشهر ثلاثة، وبالتالي تتهاوى وحدة الدولة والشعب والأرض على وقع الفوضى التي ستعقب انهيار النظام.

ظهرت النصرة، وظهر «داعش»، وظهرت أخواتهم جميعاً، فخيضت حرب طاحنة بين هذه التنظيمات التكفيرية والدولة السورية. آلت في النتيجة إلى انحسار هذه التنظيمات وإنزال هزائم قاسية بها. اللاعبون الاستراتيجيون الذين يحركون «داعش» وسواها، رأوا في انتصارات الجيش السوري عقبة غير قابلة للإلغاء، ما حتم تغيير التكتيك، بحيث جرى العمل على خلق شروط انتصار «داعش» في الضفة العراقية، فكان العمل على تأمين الخيانات اللازمة، إضافة إلى الشروط العسكرية والمعلوماتية كافة، فاستطاعت «داعش» أن تحتاج تلك المساحات الواسعة من العراق، وتسيطر على المعابر الحدودية بين العراق والشام، وهذا أخطر ما في الأمر. تمدد «داعش»، لكن ما الواقع الذي استولده هذا التمدد على الأرض:

- 1 - تم وصل الجغرافيا السورية الواقعة تحت سيطرة «داعش» بالجغرافيا العراقية المشابهة.
- 2 - تمت السيطرة على آبار عديدة للنفط كافية لتمويل الإمارة «الداعشية» وبالتالي حرمان الخزنة العراقية من هذا المورد.
- 3 - تحقّق الهدف الاستراتيجي الكبير الكامن وراء هذا الحراك كلّه منذ ثلاث سنوات وهو قطع خط المقاومة من طهران حتى بيروت.
- 4 - السيطرة على مسافات طويلة جداً من مجرى الفرات ودجلة.

5 - إعطاء الفرصة لإقليم كردستان لوضع اليد على كركوك التي تمثل الشرط الاقتصادي الأول لإعلان الدولة الكردية.

إن الأهداف التي تحققت أعلاه، هي نتاج هذه الغزوة «الداعشية»، وبالتالي فإن «داعش» لم يكن سوى السكين التي استعملها التحالف الصهيوي - أميركي - عربي - تركي، لتحقيق الحلم التوراتي وضرب العمود الفقري، العراق، وتطويق دمشق.

إذا كان التحالف الصهيوي - أميركي وأعدائه الإقليميون، قد أحسنوا الإمساك بالسكين «الداعشية» واستعملها، فإن في ذلك درساً بليغاً ونحن على عتبة انقلاب دراماتيكي يطول المنطقة العربية بأسرها وليس الشام والعراق فحسب. هذا الدرس القاسي بضرورة معرفة كيفية كسر هذه السكين، كسر الأداة، مقدمة لكسر المشروع، وهذا لا يتم إلا برد استراتيجي كبير على مستوى الخطر المطروح، الرد المتمثل في قيام اتحاد كونفيدريالي بين الشام والعراق، وبالتالي توحيد قوى الجيشين والبدء في حرب طويلة لا يمكن أن تكون نهايتها إلا لمصلحة هذا الاتحاد.

المسألة في شكلها ونتائجها الواقعة على الأرض ليست إلا مفردة في سياق الصراع الدولي، وليست سوى محطة في مخاض ولادة النظام العالمي الجديد.

ما حصل هو رد أميركي شرس على الثبات الروسي والصيني في مواجهة الاستراتيجيات الأميركية في الشرق الأوسط وأوروبا والشرق الآسيوي، ولأنه كذلك، فإن المعركة طويلة وقاسية، ومن هذه الوجهة نقول، إن المواجهة مع هذا الرد الأميركي ينبغي أن تتم على قاعدة سورية الطبيعية كاملة، القاعدة الضرورية لحشد الطاقات السياسية والعسكرية والاقتصادية في هذه الحرب العالمية غير المعلنة.

إذا لم تكسر السكين «الداعشية» الأداة، فلسوف يتكسر عنق المستقبل الحر، السيد، الشريف، في هذه المنطقة، وبالتالي سيكون الجميع عبداً في بلاط يهودا. فماداً ننتظر كي يقوم اتحاد العراق والشام.

كما يحذر بأن الذين يتناولون مضادات حيوية، عليهم تجنب التعرض لأشعة الشمس لأن بعض هذه الأدوية يتفاعل مع هذه الأشعة ويضعاف خطر الإصابة بسرطان البشرة.

الوقاية خير

للوقاية من خطر الإصابة بسرطان البشرة، يشدّد الدكتور مطران على ضرورة اتباع خطوات أساسية أهمها: تفادي التعرض المكثف للشمس، ارتداء الملابس الواقية، استعمال المستحضرات الواقية من أشعة الشمس، واستخدام النظارات الشمسية.

ولفت إلى أهمية استعمال المستحضر الواقية من أشعة الشمس، كل ساعتين، على أن تكون الكمية المستعملة بمقدار ملعقة طعام، ولا يقل مؤشر الحماية عن الثلاثين. والتنبيه إلى نوعية المستحضر وإلى تاريخ صلاحيته، وذلك بسبب وجود أنواع مختلفة منه في الأسواق، بعضها قلد وبيع بأسعار زهيدة.

كما أنّ عدداً من المستحضرات الواقية، يخفف من تأثيرات الأشعة ما فوق البنفسجية، لكنه لا يعلينا. لذلك علينا اختيار المستحضر الفعال الذي يجب أن يكون غنياً بحمض «paraaminobenzoique»، الذي يساعد في إنتاج مادة الميلانين المسؤولة عن حماية البشرة من ضار الأشعة ما فوق البنفسجية. كما يمكن أن يكون غنياً بمواد كيميائية أخرى مشابهة لها. والجدير بالذكر هنا أن المستحضرات التي تتمتع بمؤشر حماية «15spf»، تحمي البشرة بنسبة 92 في المئة، أما التي يبلغ مؤشر حمايتها «40 spf» فهي تؤمن حماية تصل نسبيتها إلى 97 في المئة.

ويصح الدكتور مطران رؤاد البحر والمساحات باستخدام المستحضر الواقية قبل مغادرة المنزل بنحو 20 دقيقة على أن تكرر العملية كل ساعتين، لأن تركيبته غير مقاومة للمياه.

وفقاً للمثل الشعبي اللبناني القائل «كل شي زاد بالمعنى نقص»، نحن نقول إنه من المنع والمفيد أن ننعم بأشعة شمسنا الذهبية شرط الأنبالغ في ذلك بغية المحافظة على صحتنا التي هي أغلى ما نملك.

بالسرطان الذي تسببه أشعة الشمس، في المقابل ترتفع نسبة الخطر إلى حدها الأقصى عند أصحاب السحنات الفاتحة التي تحترق بدلاً من أن تسمر. هي الأكثر عرضة للإصابة بسرطان البشرة. تلبها البشرة البيضاء الفاتحة والحساسة، التي تحترق بسهولة وتسمّر بشكل بسيط جداً، ونسبة إصابتها بسرطان البشرة مرتفعة جداً. ثم البشرة البنية الفاتحة وهي حساسة تحترق بشكل معتدل وتسمّر عموماً وهي أيضاً معرضة بشكل كبير لخطر الإصابة.

أما البشرة البنية المتوسطة فهي أقل حساسية، تحترق بشكل بسيط ولكنها تسمّر بسهولة وهي معرضة أيضاً للإصابة بسرطان البشرة. وأخيراً، إن البشرة البنية الداكنة والداكنة جداً التي لا تحترق إلا نادراً، وأحياناً لا تحترق أبداً، من النادر أن تصاب بسرطان البشرة، إلا أنه في حال اكتشاف إصابتها فهذا يعني أن العرض بات في مرحلة متقدمة. مع الإشارة إلى أن أصحاب هذه البشرة يفقدون بنسبة كبيرة إلى الفيتامين «د».

باختصار، يمكن القول أنّ أصحاب السحنة الداكنة هم الأقل عرضة لخطر الإصابة بالبشرة.



المؤننو اللبنانيين

اللوات اللبنانيين: الإصدار رقم 1209

الرقم	القيمة الإجمالية	القيمة الإفرادية
6	118.868.475	1
5	50.516.550	23
4	50.516.550	904
3	108.456.000	13.557
المبالغ المتراكمة للمرتبة الأولى للسحب المقبل		
2.381.523.131		
المبالغ المتراكمة للمرتبة الثانية للسحب المقبل		
2.221.892.359		
سحب زيد 1209		
الرقم	القيمة الإجمالية	القيمة الإفرادية
1	25.000.000	2
2	7151	450.000
3	151	45.000
4	51	4.000
المبالغ المتراكمة للسحب المقبل		
25.000.000		