

الامة التي تحافظ على حقوقها محافظة قوية
صحيحة تامة من الصعب جداً على أحد استباحة
هذه الحقوق.

سعادة

هامستر يفوز على ياباني في مسابقة أكل الهوت دوج

منى شاب ياباني بهزيمة محرجة قد تلازمه لمدى العمر، ليس لأنه خسر
خلال مسابقة لأكل الهوت الدوج بل لأن منافسه الذي هزمه هو مجرد «فار
صغير».

تمت المُسابقة من خلال تقديم الطعام للطرفين كل بحسب حجمه، وما إن
أطلق الحكم صافرته حتى بدأ المتنافسان بالتهاجم الهوت دوج بسرعة قياسية
لينتهي التحدي بخسارة الشاب الياباني كويياشي.
أما اللحظة اللافتة والطريفة في هذه المسابقة فهي حين حاول تمثيل
كويياشي تمتعه بالروح الرياضية مصقفاً لفوز الفار «على مضض» بعد
تقليد الجائزة، فما بدا فاع الهامستر فخوراً بهذا الإنجاز الذي أبرز مهارات
جديدة عند فصيلته.

وأثار الفيديو المتداول على يوتيوب المئات من التعليقات الساخرة على
الإهانة التي تعرض لها هذا الشاب الياباني، فيما شبه البعض هذه الحادثة
بالقصة التي تروى للأطفال عن مسابقة الأرنب للسلفحات في الركن حيث
انتهت بفوز السلفحات بعكس ما كان متوقعا.



تناول السمك يحمي المرأة من الإصابة بالصرع

ليس سرا، أن فقدان السمع هو علامة واضحة للشوخة، وقد أثبت العلماء أن تناول وجبتين وأكثر من السمك وغيرها من
الماكولات البحرية خلال الأسبوع يحمي النساء من فقدان السمع.
تابع العلماء لمدة 18 سنة (1991 - 2009) الحالة الصحية لأكثر من 65 ألف امرأة، بينهن أكثر من 1500 فقدن السمع.
استنتج العلماء من نتائج هذه المتابعة، أن النساء اللواتي كن يتناولن وجبتين من المأكولات البحرية أسبوعياً انخفض
احتمال إصابتهن بالصرع بنسبة 20 في المئة مقارنة بالآخريات.
كما هو معلوم فإن الأسماك البحرية مصدر للأحماض الدهنية غير المشبعة «أوميغا - 3»، هذه الأحماض تساهم بنشاط
في تركيب عدد من المواد، التي تؤثر في نوم الإنسان. فمثلاً حمض الدوكوساهيكسانويك، هو من أهم مكونات أوميغا - 3
ويرتبط بمستوى ميلاتونين في الجسم.

بحسب مطليات علماء جامعة هارفرد، فإن تناول السمك الغني بالأحماض الدهنية غير المشبعة يطول العمر. درس خبراء
الحميات الغذائية، معطيات عن 2700 امرأة، ركزوا خلالها على نوع الحمية الغذائية التي كن يتبعنها خلال 16 سنة. اكتشف
العلماء علاقة بين طول العمر وتناول السمك الأحمر، كما أثبتوا أن تناول هذا النوع من الأسماك يخفض احتمال الإصابة
بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة 35 في المئة، ويحسن عمل الجهاز العصبي.
ويقول العلماء: «يكفي لتحسين المادة السنجابية تناول قطعة من السمك مشوية على الفحم أو في الفرن. كما أن الذين
يتناولون السمك باستمرار يكون حجم الدماغ في مناطق الذاكرة والتعلم لديهم أكبر مما هو لدى الآخرين».



انقسام الشخصية

ليس مرضاً واحداً بل ثمانية

اتضح للعلماء أن انقسام الشخصية ليس مرضاً واحداً، بل يتكون من ثمانية اضطرابات، كل واحدة منها ناتجة من تغيرات
في مجموعة جينات، تؤدي إلى ظهور أعراض مختلفة.
هذا الاكتشاف، سيسمح للعلماء بالتوصل إلى طرق جديدة أكثر فعالية في تشخيص وعلاج انقسام الشخصية
«الشيذوفرنيا»، حتى أن الأطباء يقولون إن عصراً جديداً في تشخيص هذا المرض قد بدأ.
قارن علماء كلية الطب بجامعة واشنطن، الحمض النووي لـ 4200 مريض مع الحمض النووي لـ 3800 شخص سليم،
واكتشفوا بالنتيجة 42 مجموعة جينات مسؤولة عن تطور هذا المرض.
وبحسب قول العلماء، يسبب هذا المرض خللاً في عمل مجموعة الجينات، التي يرتبط كل منها بتطور أعراض معينة
مرتبطة بنوع المرض، فمثلاً وجد العلماء أن مجموعة جينات مسؤولة عن ظهور أعراض الهلوسة، ومجموعة ثانية مسؤولة
عن الهذيان والارتباك.
يقول الدكتور روبرت كلوننجر من كلية الطب بجامعة واشنطن: «لقد تمكنا بعد سنوات طويلة من فهم هذه العملية، وكيفية
تأثير الجينات في بعضها بعضاً، وكيف أن الخلل في عملها يؤدي إلى ظهور أعراض لمختلف أشكال الشيذوفرنيا».
انقسام الشخصية «الشيذوفرنيا»، مرض نفسي يؤثر في مختلف وظائف الوعي والسلوك. وأكثر الأعراض التي تشير إلى
الإصابة بالمرض هي الهلوسة والهذيان وجنون العظمة وغيرها.



احذر تعاطي أدوية حرقة المعدة طويلاً

حذرت الصيدلانية الألمانية إريكا فينك من تعاطي أدوية
حرقة المعدة من نوع مضخة البروتون على مدار
فترة طويلة من دون استشارة الطبيب، لأنه سيكون من
الصعب التوقف عن تعاطيها فيما بعد.
وأوضحت فينك أن مضخات مضخة البروتون تحول
دون تكون العصارة الهضمية في المعدة تماماً، وإذا قامت
المعدة بإفراز الكمية الطبيعية من العصارة الهضمية
بعد التوقف عن تعاطي الدواء، فسيشعر المريض حينئذ
بحرقة في المعدة، ومن ثم سيلجأ إلى الدواء مجدداً.
وأضافت الصيدلانية أن مفعول مضخات مضخة
البروتون، التي يجوز صرفها من دون وصف الطبيب، لا
يكون مباشراً، وإنما يظهر بعد ساعات عدة، ويستمر لمدة
يوم كامل على الأقل.
وبدلاً من مضخات مضخة البروتون توصي فينك
بتعاطي الأدوية التي تربط العصارة الهضمية في المعدة،
إذ إنها لا تحول دون تكون العصارة، وإنما تعمل على
معادلتها فقط في المعدة. غير أن هذه الأدوية مخصصة
لعلاج حرقة المعدة الموقته التي تحدث من وقت إلى آخر.
ولتجنب الإصابة بحرقة المعدة من الأساس، أوصت
الصيدلانية فينك بالابتعاد عن مسبباتها قدر الإمكان، مثل
القهوة والسكريات والتوابل والمشروبات الكحولية.
ويمكن أن ترجع حرقة المعدة إلى قصور وظيفي في
العضلة العاصرة، أو إلى التوتر العصبي، أو قد تكون أثراً
جانبياً لتعاطي بعض المسكنات، وإذا استمرت المعاناة
من حرقة المعدة لمدة تزيد على مرتين أسبوعياً، فينبغي
حينئذ استشارة الطبيب.

الموتونو اللبنياني

اللوٲو اللبنياني: الإصدار رقم 1232

33 37 36 28 18 5 3

| الرقم | القيمة الإجمالية | الشكايات الراحبة | القيمة الفردية |
|---|------------------|------------------|----------------|
| 6 | 50.239.260 | 10 | 5.023.926 |
| 5 | 50.239.260 | 799 | 62.878 |
| 4 | 110.664.000 | 13.833 | 8.000 |
| 3 | | | |
| المبالغ المترتبة للمرتبة الأولى للسحب المعقل | | | |
| 816.879.483 | | | |
| المبالغ المترتبة للمرتبة الثانية للسحب المعقل | | | |
| 105.200.105 | | | |

سحب زيد 1190

| الرقم الراحبة | القيمة الإجمالية | الأوراق الراحبة | القيمة الفردية |
|-------------------------------|------------------|-----------------|----------------|
| 1 | 26.731.638 | 1 | 26.731.638 |
| 2 | 3835 | | 450.000 |
| 3 | 835 | | 40.000 |
| 4 | 35 | | 4.000 |
| المبالغ المترتبة للسحب المعقل | | | |
| 25.000.000 | | | |

المهاجيبه الموصد

جرى مساء أمس سحب اليانصيب الوطني الإصدار العادي
السادس والثلاثون، وجاءت النتائج كالآتي:

| | |
|---|--|
| 50 - ألف ليرة لكل غلاف ينتهي بأحد الرقمين: | 165 - 218 |
| 3 - آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم: | 3 |
| 5 - آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم: | 94 |
| 10 - آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم: | 797 |
| 20 - آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بأحد الأرقام: | 1922 - 3011 - 5224 |
| 30 - آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم: | 3922 |
| 50 - آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم: | 7963 |
| 5 - مليون ليرة لكل ورقة تحمل أحد الأرقام: | 47893 - 59589 48239 - 36946 (ب - 1) |
| 2 - مليون ليرة لكل ورقة تحمل أحد الرقمين: | 68215 - 41008 (ب - 1) |
| 3 - ملايين ليرة للورقة التي تحمل الرقم: | 0767 (ب - 1) |
| 7.5 - مليون ليرة للورقة التي تحمل الرقم: | 87949 فئة (ب) |
| 75 - ملايين ليرة للورقة التي تحمل الرقم: | 87949 فئة (ب) |
| 15 - مليون ليرة للورقة التي تحمل الرقم: | 68019 فئة (ب) |
| الجائزة الكبرى 150 مليون ليرة للورقة التي تحمل الرقم: | 68019 فئة (ب) (غير مبيعة) |



الإدارة والتحرير

بيروت - شارع الحمراء - استرال سنتر
هاتف 2 - 01-748920
البريد الإلكتروني info@al-binaa.com
الموقع الإلكتروني www.al-binaa.com
التوزيع شركة الأوتلاف 5 - 01-666314
فاكس 01-748923

هيئة التحرير

رمزي عبد الخالق - جورج كعدي
نظام مارديني - إنعام خروبي
المدير الفني محمد رمال

رئيس التحرير
ناصر قنديل

البناء

تصدر عن «الشركة القومية للإعلام»
صدرت في بيروت عام 1958

المدير الإداري
زياد الحاج
المدير المسؤول
محمد عقل

المستشار العام
ربيع الدببس