الوسط

كلمة صادقة.. لخير الكويت

الاثنين 13 من رجب 1438 هـ/ 10 من أبريل 2017 – السنة العاشرة – العدد 2915 | 16 صفحة - 100 فلس | رئيس التحرير: عدنان محمد الوزان | www.alwasat.com.kw

مواقيت الصلاة	فجر	شروق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
	04:06	05:28	11:49	03.22	06.11	07:32

البحر	أعلى مد	أدنى جزر
	23:17 12:03	05:57 18:08

الطقس	العظمى	الصغرى
	34	20

في الصميم

كلما اقتربت المقاومة السورية الحقة من تحقيق اهدافها في اسقاط الأسد وعصابته واقامة دولة ديموقراطية تعددية حرة يتدخل الأميركان والروس في خلق جديلة تؤخر النصر.. في حقيقة الأمر الروس والأميركان متفقون على تحقيق رغبة الكيان الصهيوني في بقاء الاسد في السلطة حتى لو أبيد جميع السوريين.. زرعوا في جسد الأمة سرطان اليهود للسيطرة علينا ولكن هيهات..

﴿إِنَّ مَوْعِدَهُمُ الصُّبْحُ أَلَيْسَ الصُّبْحُ بِقَرِيبٍ﴾

Retweet

@Samer_Q8 د. تأزيم

اول يوم اجتماع ويطلعون كتاب تأييد نسبة التخصيص .. السؤال إنتوا متى مداكم تدرسون نسبة التخصيص ؟ وشنو فهاميتكم أول ؟ نظام خلص خلص سريع سريع !!

@GATOOZA بوساره

بشار الأسد يتخلى عن القنابل الكيماوية ويقصف السوريين اليوم بقنابل (النابالم الحارق) و(الفوسفور الأبيض) فقط، شكراً ترامب

@dawoodmalik داود الكندري

انا ما يقهرني الا النائب اللي يطلع عضلاته بتويتر ولما يحضر الجلسه يبلع السانه ويوقع معاملاته #سجل يا تاريخ وعودهم

TALAL. H .AlHAMADE @boderar

أحياناً نضحك والهموم تلف بنا من كل جهة، ليس لأننا عديمي الإحساس ولكن لأننا نملك أنفس تؤمن بأن بعد العسر يسراً

MR.OSAMA AL-BASRI @osama_albasri

التواصل شجرة ثمرتها المحبة الصادقة أنتم الطيبون الذين إذا تعذر اللقاء بكم فالعقل يرسمكم والقلب يحملكم واللسان يذكركم أسأل الله أن يحفظكم

@Alwasatkuwait

دراسة تحذر من استخدام جهاز الركض الإلكتروني

حذرت دراسة علمية أمريكية من ممارسة الرياضة عبر جهاز الركض الإلكتروني، داعية إلى ممارسة الركض العادي في الطبيعة تجنبا لانعكاسات سلبية على صحة الانسان من الاستخدام الطويل للأجهزة الإلكترونية.

وقالت الدراسة إنه يظهر للوهلة الأولى أنه لا فرق بين طريقتي الركض، إلا أن التجارب أثبتت وجود فرق شاسع بينهما، لافتة إلى أن الركض في الخارج يجبر الشخص على بذل طاقة أكبر من الذي يركض على الجهاز الإلكتروني، ويعود السبب إلى مقاومة الهواء الذي يصطدم بالجسم أثناء ممارسة الركض العادي.

كما أشارت إلى أن أجهزة الركض تبطئ من سرعة المرء بشكل عام، وتسبب في تضرر المفاصل والأربطة، مثلما يمثل الركض بسرعة واحدة لفترة طويلة خطرا على نبضات قلب الانسان، مشددة على ضرورة تنويع السرعات أثناء الركض، وهذا ما يوفره الركض العادي.

وبينت الدارسة أن الركض في الهواء الطلق يشعر المرء بالإيجابية، ويمنحه فرصة لتنويع سرعته بما يتلاءم مع حركة تدفق الدم في جسمه.

جهاز الركض الإلكتروني

النوم لفترات أطول مرتبط بتراجع فرص النجاة من سرطان الثدي

خلصت دراسة حديثة إلى أن المصابات بسرطان الثدي اللائي ينمن تسع ساعات على الأقل في الليلة قد يكن أكثر عرضة للوفاة بالمرض بالمقارنة مع من ينمن ثماني ساعات فقط.

وأفادت الدراسة بأن النساء اللائي ينمن تسع ساعات في الليلة كن أكثر عرضة للوفاة نتيجة لسرطان الثدي بالمقارنة مع من يرحن أجسادهن لمدة ثماني ساعات فقط. وبعد ما يصل لثلاثين عاما من الدراسة والمتابعة تبين أن من كن ينمن لفترة أطول كن أيضا أكثر عرضة للوفاة لأسباب أخرى.

وقالت كلوديا ترودیل–فيتزجيرالد من كلية الصحة العامة بجامعة هارفارد تي.اتش تشان في بوسطن «فترة النوم وكذلك التغييرات في فترة النوم قبل وبعد التشخيص بالإضافة إلى الصعوبات العادية في الخلود للنوم أو الاستمرار فيه قد تكون مرتبطة أيضا بالوفيات بين المصابات بسرطان الثدي.»

وأضافت عبر البريد الإلكتروني «بالنظر إلى الربط بين النوم لفترة طويلة والوفيات بين غير المصابات بالسرطان وكذلك الحال مع المصابات بسرطان الثدي في دراسات حديثة فإن من الممكن وجود علاقة أيضا بين فترة النوم والنجاة من أنواع أخرى من السرطان.» و فحص الباحثون بيانات عن فترات النوم لما بعد التشخيص بالنسبة إلى 3682 امرأة بسرطان الثدي. كما فحصوا فترات النوم قبل التشخيص لدى 1949 امرأة وصعوبات النوم بعد تشخيص الإصابة لدى 1353 امرأة.

وأشارت الدراسة التي نشرت في الدورية البريطانية للسرطان إلى أن 976 امرأة توفين أثناء الدراسة بينهن 412 امرأة بسبب سرطان الثدي.

«الإمارات» تدخل جهازاً يكشف الأدوية المغشوشة في 7 ثوان!

أعلنت وزارة الصحة الإماراتية ادخال جهاز جديد للكشف عن الأدوية المغشوشة في عملية اختبار تستغرق سبع ثوان. وقال الدكتور أمين بن حسين الأميري وكيل وزارة الصحة المساعد لسياسات الصحة العامة والتراخيص، إن الجهاز الجديد بحجم الهاتف النقال، ويتم استخدامه من قبل المفتشين اثناء جولاتهم على الصيدليات وفي منافذ الدولة «لضمان عدم وصول الادوية المقلدة للمرضى والمستهلكين لخطورتها على الصحة».

وذكر الأميري لوكالة الأنباء الألمانية (د.ب.أ) أن الإمارات تبذل جهودا كبيرة لمواجهة الغش الدوائي، ومنع وصول الادوية المغشوشة للمرضى في الدولة. من جانب آخر، أعلنت وزارة الصحة الإماراتية تنظيم المؤتمر الثاني لمكافحة تزييف المنتجات الطبية يومي 1و2 مايو المقبل.

وقال الأميري، في مؤتمر صحفي أمس، إن «المؤتمر سيقام بمشاركة ما يزيد على الف طبيب وصيدلاني من كافة دول العالم، لمناقشة أساليب الغش الدوائي، وكيفية مواجهتها، وخطورتها على الصحة». ويقام المؤتمر برعاية وزير الصحة الإماراتي حمد عبد الرحمن العويس، وحضور بير بيريز المدير العام لشركة سيرفييه للدواء، وعدد من خبراء صناعة الدواء في العالم. وقال الدكتور وجدي عبدو، ممثل الشركة المنظمة للمؤتمر، إن الادوية المغشوشة تنقسم الى منتجات تكون فيها المادة الفعالة معدومة نهائيا أو منتجات بمواد فعالة قوية جدا بحيث تترك مضاعفات على المرضى المستخدمين لها، مشيرا إلى أن معظم الادوية المقلدة تتعلق بأدوية الضعف الجنسي وتخفيض الوزن وادوية الامراض المزمنة مثل الضغط والسكري والكوليسترول. وأكد عبدو أن المنتجات الطبية المزيفة قد تسبب ضررا بالغا للمرضى وتفشل بعلاج الامراض التي استعملت لأجلها، وتؤدي الى فقدان الثقة في الادوية ومقدمي الخدمة والنظم الصحية، مشيرا الى أهمية تعزيز التعاون وتبادل الخبرات لمواجهة هذه الظاهرة الخطرة.

يبالغ الحزن والأسى وبقلوب مؤمنة بالقضاء والقدر

تتقدم أسرة جريدة

الوسط

بخالص العزاء والمواساة من

عائلة الجارالله

لوفاة

نادية حسن الجارالله

سائلين العلي القدير أن يتغمد الفقيدة بواسع رحمته ويسكنها فسيح جناته

تنويه

إلحاقاً بإعلان يوم أمس المنشور في الصحف المحلية

تعلن

لجنة النظر في الجناسي المسحوبة (سحب أو فقدان أو إسقاط)

أن تسليم المستندات المطلوبة سوف يكون في المبنى الإداري بجانب قصر السيف - بعد البوابة رقم 5 مباشرة خلافاً للعنوان السابق الذي تم نشره يوم أمس

لذا إقتضى التنويه

بدالة: 24645000

الناشر: دار الأخبار للصحافة والنشر والتوزيع «ذ.م.م.»

إدارة التحرير
هاتف: 123 – 24645315 – فاكس: 24645145
E-mail: editorial@alwasat.com.kw

إدارة الإعلان
هاتف: 24645269 – فاكس : 24645146
E-mail: advertising@alwasat.com.kw

إدارة التوزيع والاشتراكات
هاتف: 24645127 – فاكس : 24645146
اشتراك الأفراد 40 د.ك - اشتراك الوزارات 75 د.ك

إدارة التسويق والعلاقات العامة
هاتف: 24645269 – فاكس: 24645146
E-mail: marketing@alwasat.com.kw