

## زيت الذرة .. عدو للصحة

حذرت دراسة أميركية من أن معظم المطاعم في الولايات المتحدة تستخدم زيت الذرة في القلي، وهو نوع الزيت الأكثر ضرراً لصحة الإنسان.

وذكر موقع "هيلث دي نيوز" أن زيت الذرة يحتوي على الدهون المشبعة التي تسبب أمراض القلب. وقالت الخبيرة الغذائية كارن كوغرو، التي لم تشارك في الدراسة، إن زيت الذرة لا يحتوي على الدهون غير المشبعة التي يحتاجها الأميركيون وهو غني بالدهون المشبعة المتعددة التي تؤدي إلى خفض الـHDL "الكوليسترول الجيد" والـLDL "الكوليسترول السيئ".

ونشرت الدراسة في مجلة "بروسيدنغ أوف ناشونال أكاديمي أوف ساينس". وكان معدو الدراسة قد اشاروا في وقت سابق إلى أن زيت الذرة التي تم اثبات اتصاله بالبدانة، هو أحد المكونات الرئيسية في جميع أنواع الأطعمة تقريباً التي يتم بيعها في الولايات المتحدة، إما بصورة مباشرة أو من خلال علف الحيوانات، وقد ركز

العلماء من جامعة "هاواي-مانوا" على البطاطا المقلية، بما أنها تساهم بـ ٢٠٪ من الوحدات الحرارية في الوجبات السريعة. ويحصل الأميركيون على ثلث الوحدات الحرارية من الطعام، وقد أخذ الباحثون عينات من الزيت المستخدم في ٦٨ مطعماً في جزيرة أوهايو، منها "ماكدونالدز" و"وينديز" و"بيرغر كينغ" وغيرها، إضافة إلى مطاعم صغيرة خاصة، وقاسوا نظير الكربون في هذه الزيوت لتحديد نوعها. وتظهر أن ٧ من أصل ١٠ من سلاسل المطاعم العالمية تتبع البطاطا المقلية بزيت الذرة، مقابل ٢٠٪ فقط من المطاعم الصغيرة الخاصة، في حين تستخدم ١١٪ من المطاعم الصغيرة و ٧٪ من المطاعم الكبرى مزيجاً يحتوي على أكثر من ٥٠٪ من زيت الذرة، ويحتوي زيت الذرة على دهون مشبعة أكثر من أنواع أخرى من الزيوت مثل زيت الكنولا وزيت دوار الشمس وزيت العصفور. من جهتها، قالت متحدث باسم "ماكدونالدز" في الولايات المتحدة إنه ابتداءً من أيار/مايو ٢٠٠٨، انتقلت سلسلة المطاعم لاستخدام زيت الكنولا في فروع الشركة في أميركا.



## تقنية علاجية تلغي جراحات الأورام السرطانية

أعلن باحثون أميركيون عن طريقة علاجية جديدة لا تقلل الأورام السرطانية فحسب بل تخفف الحاجة لخضوع النساء لعملية استئصال الثدي بحدود ٩٠٪، وستبدأ المرحلة الثانية من التجارب السريرية على الطريقة العلاجية الجديدة، التي طورها باحثون في جامعة أوكلاند بقيادة الدكتور وليام دولي، خلال هذا العام من أجل التأكد من فعاليتها في التخلص من الأورام الكبيرة، وتستخدم فيها نسخة معدلة من تكنولوجيا الميكروويف التي استخدمت في نظام الدفاع الأميركي "حرب النجوم".

وقال دولي "هذه الطريقة العلاجية تعد تقدماً كبيراً لعلاج النساء اللواتي وصلن إلى المرحلة النهائية لسرطان الثدي".

ودولي هو من أبرز الباحثين في كلية أوكلاند والمعهد التكنولوجي في ماساتشوستس، ومعهد الأبحاث الحيوية والكيميائية في لوس أنجلوس، ومركز أبحاث سرطان الثدي في فلورديا، ومستشفى سانت جوزيف في كاليفورنيا التي تستخدم تقنية العلاج بالميكروويف الحراري "لمكافحة الأورام السرطانية".

## مشدات خصر الرجال تشهد الترهلات

جاكمان لن يكون مطلوباً لتسويق أشرطة خصر في ملابس الرجال ولكنه سيروج في أستراليا لتسويق مشد الخصر الكورسيه.

ومشد الخصر المصنوع من مادة مرنة يشبه القمصين "تي شيرت" ولكنه يتمدد حول جرد الرجل ليمسك الدهون المترهلة، وهي تعد بلخافه البطون المترهلة وتتعاوم مع منطقة الخفذين ولا تظهر التقاسيم على جسد الممثل الأسترالي الممثل.

وقالت ليزا تاري التي تعمل في متجر ملابس الرجال في سيدني إنها أكثر أهمية بالنسبة للرجال ذوى الأنسجة المترهلة حول الصدر والبطون المترهلة، وقالت إن زوجها تمكن من شد حزامه على خصره بصورة أكبر بعد ارتدائه أحدث مشدات الخصر.

## لعلاج التصلب العصبي .. الحبوب بدل الحقن

قد تصبح الحبوب التي تعطى عن طريق الفم لعلاج مرض التصلب العصبي المتعدد أمراً واقعاً في العام ٢٠١١، وذلك بعد إجراء تجربتين مشجعتين في هذا المجال.

ونكرت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" أنه تم التقدم بطلبات للحصول على تراخيص لهذه الأدوية، مشيرة إلى أن جمعية مرض التصلب العصبي المتعدد وصفت ذلك بـ "الأمر الجيد"، ويأته سيكون مفيداً للذين يعانون من هذا المرض ويتلقون علاجات له الآن عن طريق الحقن وغير ذلك.

وأضافت أن كلا من التجريبتين على الدواءين "كلارينين" و"فونغوليمود" شملت ألف مريض ينتمون إلى أكثر من ١٨ دولة، وذلك بحسب دراسة نشرت في دورية "نيو إنغلاند جورنال أوف ميديسين".

وقال مدير أبحاث الطب الحيوي في جمعية مرض التصلب العصبي المتعدد دوج براون أنه سيتم الاتصال بالجهات المختصة من أجل التأكد من حصول المرضى على هذه الأدوية.

وأضاف "هذا خبر عظيم بالنسبة للمصابين بالمرض ويشير إلى تحول في الحالة"، كما رحب الأطباء أيضاً بهذا التطور.

مرض التصلب العصبي المتعدد، ومن عوارضه اضطراب العصب، على أكثر من ١٠٠ ألف شخص في بريطانيا وحوالي ٢٠٥ مليون شخص في العالم.

## السجائر الالكترونية .. هل هي صحية؟

والادوية التي اجرت بحثاً على السجائر الالكترونية عن مخاوف بشأن سلامة تلك الادوية واجرت فرقا من اليونان ونيوزيلندا دراسات ايضا عليها، لكن نتائج التقارير الثلاثة متفاوتة ان تقول الدراسة النيوزيلندية ان السجائر الالكترونية يجب ان يوصى بها لانها اكثر امانا من سجائر التبغ بينما تتخذ الدراسة اليونانية موقفاً محايداً الى حد كبير.

وكتب اندريس فلوريس وديمتريس اويكونومو من معهد الاداء البشري والتأهيل في اليونان في المجلة الطبية البريطانية "المعلومات المحدودة المتاحة في هذه التقارير الثلاثة تشمل كل المعرفة التي لدينا حالياً عن السجائر الالكترونية، وأضافا

قائلين.. "هذا ربما يكون أحد أسباب احتدام المعركة.. بين إدارة الأغذية والأدوية ومصنعي السجائر الالكترونية".

وأصدر قاض امريكي الاسبوع الماضي حكماً قضائياً يمنع إدارة أوباما من محاولة حظر واردات السجائر الإلكترونية قائلًا إن هذه الخطوة كانت جزءاً من "جهود خفية" لإدارة الأغذية والأدوية لتنظيم منتجات تبغ ترقيفية، والتبغ هو السبب الرئيسي للوفاء الذي يمكن منعه في العالم ويقتل أكثر من خمسة ملايين شخص سنوياً.

وقال تقرير مؤسسة الرئة العالمية في أغسطس اب الماضي ان التدخين قد يقتل مليار شخص هذا القرن إذا استمرت المعدلات الحالية.

دعا باحثون يونانيون إلى إجراء مزيد من دراسات السلامة على السجائر الإلكترونية قائلين ان المعرفة العلمية عنها "محدودة للغاية".

وصنعت السجائر الإلكترونية لأول مرة في الصين وياب معظمها عبر الإنترنت، وهي ادوات تعمل بطاقة البطارية تبعث نفاثة سائفة من النيكوتين في الرئة وتهدد الى ان تحل محل السجائر التقليدية ومساعدة المدخنين على الإقلاع عن التدخين، وهذه المنتجات محور معركة قانونية في الولايات المتحدة بين المدخنين وإدارة الأغذية والأدوية التي تنظم تداول الدواء وتريد وقف استيراد الولايات المتحدة للسجائر الإلكترونية. وأعربت إدارة الأغذية

## آبل "تكشف النقاب عن حاسوبها اللوحي قريباً"

يبدو ان شركة "آبل" الامريكية، وعلاق صناعة الالكترونيات في العالم، قد قررت أخيراً كشف النقاب عن أحدث منتجاتها.. الجهاز الذي طال انتظاره "tablet"، مع دعوتها لوسائل الاعلام للحضور الى سان فرانسيسكو في ٢٧ من الشهر الجاري، وبرغم تزايد التكهنات في الاسابيع الماضية حول إطلاق الشركة الامريكية لحاسوبها اللوحي، الذي يتنبأ له بإحداث ثورة في سوق الحواسيب، كما حدث مع طرحها لـ "آي فون" في قطاع الهواتف المحمولة، لكن "آبل" تجنب الحديث تماماً في الفترة الماضية عن منتجها الذي سيظهر أخيراً بعد ثمانية أيام.

ورجحت الصحافة المتخصصة في التكنولوجيا ان يشبه الحاسوب اللوحي للشركة الامريكية هواتف "آي فون" الكبيرة، ويضم شاشة بمساحة ١٠,١ بوصة، ولوحة مفاتيح افتراضية، وإمكانية إجراء محادثات الفيديو كونفرانس "من خلاله".

ويعتقد الخبراء بأن منتج "آبل" الجديد سيكون منافساً حقيقياً للجهاز القارئة للكتب الرقمية، لما سيوفره من

خصائص أخرى مقصورة على الحواسيب الشخصية، الى جانب إتاحتها للامكانيات المذكورة سلفاً. كما أرحجت تقارير إخبارية ان كمبيوتر "آبل" اللوحي سيعتبر بمثابة جهاز الوسائط المتعددة، وسوف للمستخدمين إمكانية رؤية المحتويات البصرية وبرامج التليفزيون، وممارسة الألعاب الكرونية، وتصفح الإنترنت عبر الواي فاي وقراءة الصحف والكتب الرقمية.

وربطت بعض المدونات بين "tablet" والإعلان المتوقع صدوره عن صحيفة "نيويورك تايمز" في الاسابيع القادمة حول طريقة جديدة للدفع مقابل اقتناء نسختها الرقمية. وأعلن الرئيس السابق لشركة "جوجل" في الصين، كاي فو لي، "وكان يعمل قبل ذلك في "آبل"، على إمكانية تصميم رسومات ثلاثية الأبعاد، وقد يصل سعره الى ألف دولار، وبحسب لي، فإن "آبل" تتوقع تلقي طلبيات على عشرة ملايين جهاز في العام الأول من إصدار الحاسوب اللوحي.

## التخصيب الاصطناعي للمسنات يثير الجدل في بريطانيا



عارض عدة خبراء في بريطانيا منع النساء اللواتي تجاوزن الخمسين من العمر من الخضوع إلى علاج الخصوبة في عيادات خاصة.

وذكرت صحيفة "التايمز" اللندنية أن الجدل حول هذا الموضوع عاد مجدداً بعدما طلبت امرأة تدعى سو تولفسين ٥٩ عاماً الخضوع لعلاج بالتخصيب الاصطناعي، وكانت تولفسين، التي تعد هيبة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" وثائقاً حولها، أنجبت طفلة قبل سنتين بعدما خضعت للتخصيب في روسيا، ولا تخضع دائرة الخدمات الصحية في بريطانيا النساء اللواتي تجاوزن الأربعين من العمر إلى تخصيب الاصطناعي، كما ترفض معظم العيادات الخاصة منح العلاج للنساء اللواتي تجاوزن الخمسين من العمر، غير أن بعض العيادات تدرس ذلك، حسب كل حالة.

وقال طوني رونيوفورد من الجمعية البريطانية للخصوبة إنه يؤيد دراسة كل حالة على حدة، ونقلت عنه الصحيفة قوله "لا يوجد أجوبة صحيحة أو خاطئة حول هذا الوضع". كما عارض الخبير النابيسي من جامعة شفيلد رفع هذا الحظر، لافتاً إلى أن النساء اللواتي يحرمن من العلاج في بريطانيا يستطعن السفر إلى مكان آخر والخضوع له.

## الجري .. يقوي الدماغ

أكد العلماء أن ممارسة التمارين الرياضية تعزز من قوة الدماغ حيث أن رياضة الجري تحث الدماغ على زرع المادة الرمادية فيها والتي لها تأثير كبير على القدرات العقلية للإنسان، وأوضح علماء الأعصاب من جامعة "كامبريدج" في بريطانيا أن الجري يؤدي إلى نمو مئات الآلاف من خلايا الدماغ والتي تحسن من قدرة التذكر مشيرين إلى أن الخلايا الجديدة تنمو في منطقة ترتبط بتكوين وجمع الذكريات.

وذكرت صحيفة "الجارديان" البريطانية أن هذه الدراسة تكشف ارتباط ممارسة الرياضات المختلفة كـ"الايروبك والجري بتحسين الذاكرة والتعلم مشيرة إلى أن الرياضة تستطيع أيضاً إبطاء تدهور القدرات العقلية التي تصيب الإنسان لدى تقدمه في العمر.



## الملح يؤدي بحياة ٩٢ ألف أمريكي سنوياً

لنقليل التدخين بنسبة ٥٠ في المئة وخفض معدلات السمنة بصورة كبيرة وإعطاء أدوية الكوليسترول للجمع تقريباً لمنع حدوث أزمات قلبية.

وأضافوا أن مثل هذا الهدف يمكن تحقيقه بسهولة. ويستعمل الملح - الذي يساهم في ارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب - بشكل زائد عن الحد وعلى نطاق واسع في الولايات المتحدة ويأتي ٧٥-٨٠ في المئة منه من خلال المنتجات الغذائية المصنعة، لأي سبب، وستكون الفائدة بالنسبة

عادة ما يستهلك الرجال ١٠,٤ جرام يومياً أما النساء فيستهلكن ٧,٣ جرام في المتوسط، واستخدامه أخذ في الارتفاع.

وأضاف الباحثون في تقرير نشرته دورية نيو إنجلاند الطبية أن خفض جرام واحد من الأملاح المتناولة من الأطفال أو أن خفض استهلاك الملح ربما يقلل من خطر الإصابة بسرطان المعدة وأمراض الكلى وقصور القلب الاحتقاني وهشاشة العظام.

قال باحثون إن تقليل كمية الأملاح التي يستهلكها الأميركيون بواقع ثلاثة جرامات يومياً يمكن أن يمنع ما يصل إلى ٦٦ ألف إصابة بالجلطة و٩٩ ألف أزمة قلبية و٩٢ ألف حالة وفاة في الولايات المتحدة سنوياً.

وقالت الدكتورة كيرستن بيبينز دومينجو من جامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو وزملائها في تقرير أمس الأربعاء إن فائدة تقليل الملح بالنسبة للأمريكيين ستكون مساوية



## الرجال الفضيون " أكثر نجاعة في الخدمات السريعة"

من إسلامها من العميل، وتستنعم معظم وظائف الخدمة السريعة براكبي الدراجات النارية الذين يظلمون بشكل مخوف بالمخاطر بين السيارات في سول.

وتحولت الخدمة السريعة التي تستعين بالدراجات النارية لتكون مغامرة خطيرة ومكلفة ومستغفزة للوقت، وتقع أحياناً خسائر في عملية قيادة الدراجات النارية حيث يحتاج راكبوها إلى السرعة للقاء بعض الزمن، ويتراوح السعر دائماً من ١٥ ألف و١٢ ألف و١٣ ألف و١٤ ألف و١٥ ألف و١٦ ألف و١٧ ألف و١٨ ألف و١٩ ألف و٢٠ ألف و٢١ ألف و٢٢ ألف و٢٣ ألف و٢٤ ألف و٢٥ ألف و٢٦ ألف و٢٧ ألف و٢٨ ألف و٢٩ ألف و٣٠ ألف و٣١ ألف و٣٢ ألف و٣٣ ألف و٣٤ ألف و٣٥ ألف و٣٦ ألف و٣٧ ألف و٣٨ ألف و٣٩ ألف و٤٠ ألف و٤١ ألف و٤٢ ألف و٤٣ ألف و٤٤ ألف و٤٥ ألف و٤٦ ألف و٤٧ ألف و٤٨ ألف و٤٩ ألف و٥٠ ألف و٥١ ألف و٥٢ ألف و٥٣ ألف و٥٤ ألف و٥٥ ألف و٥٦ ألف و٥٧ ألف و٥٨ ألف و٥٩ ألف و٦٠ ألف و٦١ ألف و٦٢ ألف و٦٣ ألف و٦٤ ألف و٦٥ ألف و٦٦ ألف و٦٧ ألف و٦٨ ألف و٦٩ ألف و٧٠ ألف و٧١ ألف و٧٢ ألف و٧٣ ألف و٧٤ ألف و٧٥ ألف و٧٦ ألف و٧٧ ألف و٧٨ ألف و٧٩ ألف و٨٠ ألف و٨١ ألف و٨٢ ألف و٨٣ ألف و٨٤ ألف و٨٥ ألف و٨٦ ألف و٨٧ ألف و٨٨ ألف و٨٩ ألف و٩٠ ألف و٩١ ألف و٩٢ ألف و٩٣ ألف و٩٤ ألف و٩٥ ألف و٩٦ ألف و٩٧ ألف و٩٨ ألف و٩٩ ألف و١٠٠ ألف و١٠١ ألف و١٠٢ ألف و١٠٣ ألف و١٠٤ ألف و١٠٥ ألف و١٠٦ ألف و١٠٧ ألف و١٠٨ ألف و١٠٩ ألف و١١٠ ألف و١١١ ألف و١١٢ ألف و١١٣ ألف و١١٤ ألف و١١٥ ألف و١١٦ ألف و١١٧ ألف و١١٨ ألف و١١٩ ألف و١٢٠ ألف و١٢١ ألف و١٢٢ ألف و١٢٣ ألف و١٢٤ ألف و١٢٥ ألف و١٢٦ ألف و١٢٧ ألف و١٢٨ ألف و١٢٩ ألف و١٣٠ ألف و١٣١ ألف و١٣٢ ألف و١٣٣ ألف و١٣٤ ألف و١٣٥ ألف و١٣٦ ألف و١٣٧ ألف و١٣٨ ألف و١٣٩ ألف و١٤٠ ألف و١٤١ ألف و١٤٢ ألف و١٤٣ ألف و١٤٤ ألف و١٤٥ ألف و١٤٦ ألف و١٤٧ ألف و١٤٨ ألف و١٤٩ ألف و١٥٠ ألف و١٥١ ألف و١٥٢ ألف و١٥٣ ألف و١٥٤ ألف و١٥٥ ألف و١٥٦ ألف و١٥٧ ألف و١٥٨ ألف و١٥٩ ألف و١٦٠ ألف و١٦١ ألف و١٦٢ ألف و١٦٣ ألف و١٦٤ ألف و١٦٥ ألف و١٦٦ ألف و١٦٧ ألف و١٦٨ ألف و١٦٩ ألف و١٧٠ ألف و١٧١ ألف و١٧٢ ألف و١٧٣ ألف و١٧٤ ألف و١٧٥ ألف و١٧٦ ألف و١٧٧ ألف و١٧٨ ألف و١٧٩ ألف و١٨٠ ألف و١٨١ ألف و١٨٢ ألف و١٨٣ ألف و١٨٤ ألف و١٨٥ ألف و١٨٦ ألف و١٨٧ ألف و١٨٨ ألف و١٨٩ ألف و١٩٠ ألف و١٩١ ألف و١٩٢ ألف و١٩٣ ألف و١٩٤ ألف و١٩٥ ألف و١٩٦ ألف و١٩٧ ألف و١٩٨ ألف و١٩٩ ألف و٢٠٠ ألف و٢٠١ ألف و٢٠٢ ألف و٢٠٣ ألف و٢٠٤ ألف و٢٠٥ ألف و٢٠٦ ألف و٢٠٧ ألف و٢٠٨ ألف و٢٠٩ ألف و٢١٠ ألف و٢١١ ألف و٢١٢ ألف و٢١٣ ألف و٢١٤ ألف و٢١٥ ألف و٢١٦ ألف و٢١٧ ألف و٢١٨ ألف و٢١٩ ألف و٢٢٠ ألف و٢٢١ ألف و٢٢٢ ألف و٢٢٣ ألف و٢٢٤ ألف و٢٢٥ ألف و٢٢٦ ألف و٢٢٧ ألف و٢٢٨ ألف و٢٢٩ ألف و٢٣٠ ألف و٢٣١ ألف و٢٣٢ ألف و٢٣٣ ألف و٢٣٤ ألف و٢٣٥ ألف و٢٣٦ ألف و٢٣٧ ألف و٢٣٨ ألف و٢٣٩ ألف و٢٤٠ ألف و٢٤١ ألف و٢٤٢ ألف و٢٤٣ ألف و٢٤٤ ألف و٢٤٥ ألف و٢٤٦ ألف و٢٤٧ ألف و٢٤٨ ألف و٢٤٩ ألف و٢٥٠ ألف و٢٥١ ألف و٢٥٢ ألف و٢٥٣ ألف و٢٥٤ ألف و٢٥٥ ألف و٢٥٦ ألف و٢٥٧ ألف و٢٥٨ ألف و٢٥٩ ألف و٢٦٠ ألف و٢٦١ ألف و٢٦٢ ألف و٢٦٣ ألف و٢٦٤ ألف و٢٦٥ ألف و٢٦٦ ألف و٢٦٧ ألف و٢٦٨ ألف و٢٦٩ ألف و٢٧٠ ألف و٢٧١ ألف و٢٧٢ ألف و٢٧٣ ألف و٢٧٤ ألف و٢٧٥ ألف و٢٧٦ ألف و٢٧٧ ألف و٢٧٨ ألف و٢٧٩ ألف و٢٨٠ ألف و٢٨١ ألف و٢٨٢ ألف و٢٨٣ ألف و٢٨٤ ألف و٢٨٥ ألف و٢٨٦ ألف و٢٨٧ ألف و٢٨٨ ألف و٢٨٩ ألف و٢٩٠ ألف و٢٩١ ألف و٢٩٢ ألف و٢٩٣ ألف و٢٩٤ ألف و٢٩٥ ألف و٢٩٦ ألف و٢٩٧ ألف و٢٩٨ ألف و٢٩٩ ألف و٣٠٠ ألف و٣٠١ ألف و٣٠٢ ألف و٣٠٣ ألف و٣٠٤ ألف و٣٠٥ ألف و٣٠٦ ألف و٣٠٧ ألف و٣٠٨ ألف و٣٠٩ ألف و٣١٠ ألف و٣١١ ألف و٣١٢ ألف و٣١٣ ألف و٣١٤ ألف و٣١٥ ألف و٣١٦ ألف و٣١٧ ألف و٣١٨ ألف و٣١٩ ألف و٣٢٠ ألف و٣٢١ ألف و٣٢٢ ألف و٣٢٣ ألف و٣٢٤ ألف و٣٢٥ ألف و٣٢٦ ألف و٣٢٧ ألف و٣٢٨ ألف و٣٢٩ ألف و٣٣٠ ألف و٣٣١ ألف و٣٣٢ ألف و٣٣٣ ألف و٣٣٤ ألف و٣٣٥ ألف و٣٣٦ ألف و٣٣٧ ألف و٣٣٨ ألف و٣٣٩ ألف و٣٤٠ ألف و٣٤١ ألف و٣٤٢ ألف و٣٤٣ ألف و٣٤٤ ألف و٣٤٥ ألف و٣٤٦ ألف و٣٤٧ ألف و٣٤٨ ألف و٣٤٩ ألف و٣٥٠ ألف و٣٥١ ألف و٣٥٢ ألف و٣٥٣ ألف و٣٥٤ ألف و٣٥٥ ألف و٣٥٦ ألف و٣٥٧ ألف و٣٥٨ ألف و٣٥٩ ألف و٣٦٠ ألف و٣٦١ ألف و٣٦٢ ألف و٣٦٣ ألف و٣٦٤ ألف و٣٦٥ ألف و٣٦٦ ألف و٣٦٧ ألف و٣٦٨ ألف و٣٦٩ ألف و٣٧٠ ألف و٣٧١ ألف و٣٧٢ ألف و٣٧٣ ألف و٣٧٤ ألف و٣٧٥ ألف و٣٧٦ ألف و٣٧٧ ألف و٣٧٨ ألف و٣٧٩ ألف و٣٨٠ ألف و٣٨١ ألف و٣٨٢ ألف و٣٨٣ ألف و٣٨٤ ألف و٣٨٥ ألف و٣٨٦ ألف و٣٨٧ ألف و٣٨٨ ألف و٣٨٩ ألف و٣٩٠ ألف و٣٩١ ألف و٣٩٢ ألف و٣٩٣ ألف و٣٩٤ ألف و٣٩٥ ألف و٣٩٦ ألف و٣٩٧ ألف و٣٩٨ ألف و٣٩٩ ألف و٤٠٠ ألف و٤٠١ ألف و٤٠٢ ألف و٤٠٣ ألف و٤٠٤ ألف و٤٠٥ ألف و٤٠٦ ألف و٤٠٧ ألف و٤٠٨ ألف و٤٠٩ ألف و٤١٠ ألف و٤١١ ألف و٤١٢ ألف و٤١٣ ألف و٤١٤ ألف و٤١٥ ألف و٤١٦ ألف و٤١٧ ألف و٤١٨ ألف و٤١٩ ألف و٤٢٠ ألف و٤٢١ ألف و٤٢٢ ألف و٤٢٣ ألف و٤٢٤ ألف و٤٢٥ ألف و٤٢٦ ألف و٤٢٧ ألف و٤٢٨ ألف و٤٢٩ ألف و٤٣٠ ألف و٤٣١ ألف و٤٣٢ ألف و٤٣٣ ألف و٤٣٤ ألف و٤٣٥ ألف و٤٣٦ ألف و٤٣٧ ألف و٤٣٨ ألف و٤٣٩ ألف و٤٤٠ ألف و٤٤١ ألف و٤٤٢ ألف و٤٤٣ ألف و٤٤٤ ألف و٤٤٥ ألف و٤٤٦ ألف و٤٤٧ ألف و٤٤٨ ألف و٤٤٩ ألف و٤٥٠ ألف و٤٥١ ألف و٤٥٢ ألف و٤٥٣ ألف و٤٥٤ ألف و٤٥٥ ألف و٤٥٦ ألف و٤٥٧ ألف و٤٥٨ ألف و٤٥٩ ألف و٤٦٠ ألف و٤٦١ ألف و٤٦٢ ألف و٤٦٣ ألف و٤٦٤ ألف و٤٦٥ ألف و٤٦٦ ألف و٤٦٧ ألف و٤٦٨ ألف و٤٦٩ ألف و٤٧٠ ألف و٤٧١ ألف و٤٧٢ ألف و٤٧٣ ألف و٤٧٤ ألف و٤٧٥ ألف و٤٧٦ ألف و٤٧٧ ألف و٤٧٨ ألف و٤٧٩ ألف و٤٨٠ ألف و٤٨١ ألف و٤٨٢ ألف و٤٨٣ ألف و٤٨٤ ألف و٤٨٥ ألف و٤٨٦ ألف و٤٨٧ ألف و٤٨٨ ألف و٤٨٩ ألف و٤٩٠ ألف و٤٩١ ألف و٤٩٢ ألف و٤٩٣ ألف و٤٩٤ ألف و٤٩٥ ألف و٤٩٦ ألف و٤٩٧ ألف و٤٩٨ ألف و٤٩٩ ألف و٥٠٠ ألف و٥٠١ ألف و٥٠٢ ألف و٥٠٣ ألف و٥٠٤ ألف و٥٠٥ ألف و٥٠٦ ألف و٥٠٧ ألف و٥٠٨ ألف و٥٠٩ ألف و٥١٠ ألف و٥١١ ألف و٥١٢ ألف و٥١٣ ألف و٥١٤ ألف و٥١٥ ألف و٥١٦ ألف و٥١٧ ألف و٥١٨ ألف و٥١٩ ألف و٥٢٠ ألف و٥٢١ ألف و٥٢٢ ألف و٥٢٣ ألف و٥٢٤ ألف و٥٢٥ ألف و٥٢٦ ألف و٥٢٧ ألف و٥٢٨ ألف و٥٢٩ ألف و٥٣٠ ألف و٥٣١ ألف و٥٣٢ ألف و٥٣٣ ألف و٥٣٤ ألف و٥٣٥ ألف و٥٣٦ ألف و٥٣٧ ألف و٥٣٨ ألف و٥٣٩ ألف و٥٤٠ ألف و٥٤١ ألف و٥٤٢ ألف و٥٤٣ ألف و٥٤٤ ألف و٥٤٥ ألف و٥٤٦ ألف و٥٤٧ ألف و٥٤٨ ألف و٥٤٩ ألف و٥٥٠ ألف و٥٥١ ألف و٥٥٢ ألف و٥٥٣ ألف و٥٥٤ ألف و٥٥٥ ألف و٥٥٦ ألف و٥٥٧ ألف و٥٥٨ ألف و٥٥٩ ألف و٥٦٠ ألف و٥٦١ ألف و٥٦٢ ألف و٥٦٣ ألف و٥٦٤ ألف و٥٦٥ ألف و٥٦٦ ألف و٥٦٧ ألف و٥٦٨ ألف و٥٦٩ ألف و٥٧٠ ألف و٥٧١ ألف و٥٧٢ ألف و٥٧٣ ألف و٥٧٤ ألف و٥٧٥ ألف و٥٧٦ ألف و٥٧٧ ألف و٥٧٨ ألف و٥٧٩ ألف و٥٨٠ ألف و٥٨١ ألف و٥٨٢ ألف و٥٨٣ ألف و٥٨٤ ألف و٥٨٥ ألف و٥٨٦ ألف و٥٨٧ ألف و٥٨٨ ألف و٥٨٩ ألف و٥٩٠ ألف و٥٩١ ألف و٥٩٢ ألف و٥٩٣ ألف و٥٩٤ ألف و٥٩٥ ألف و٥٩٦ ألف و٥٩٧ ألف و٥٩٨ ألف و٥٩٩ ألف و٦٠٠ ألف و٦٠١ ألف و٦٠٢ ألف و٦٠٣ ألف و٦٠٤ ألف و٦٠٥ ألف و٦٠٦ ألف و٦٠٧ ألف و٦٠٨ ألف و٦٠٩ ألف و٦١٠ ألف و٦١١ ألف و٦١٢ ألف و٦١٣ ألف و٦١٤ ألف و٦١٥ ألف و٦١٦ ألف و٦١٧ ألف و٦١٨ ألف و٦١٩ ألف و٦٢٠ ألف و٦٢١ ألف و٦٢٢ ألف و٦٢٣ ألف و٦٢٤ ألف و٦٢٥ ألف و٦٢٦ ألف و٦٢٧ ألف و٦٢٨ ألف و٦٢٩ ألف و٦٣٠ ألف و٦٣١ ألف و٦٣٢ ألف و٦٣٣ ألف و٦٣٤ ألف و٦٣٥ ألف و٦٣٦ ألف و٦٣٧ ألف و٦٣٨ ألف و٦٣٩ ألف و٦٤٠ ألف و٦٤١ ألف و٦٤٢ ألف و٦٤٣ ألف و٦٤٤ ألف و٦٤٥ ألف و٦٤٦ ألف و٦٤٧ ألف و٦٤٨ ألف و٦٤٩ ألف و٦٥٠ ألف و٦٥١ ألف و٦٥٢ ألف و٦٥٣ ألف و٦٥٤ ألف و٦٥٥ ألف و٦٥٦ ألف و٦٥٧ ألف و٦٥٨ ألف و٦٥٩ ألف و٦٦٠ ألف و٦٦١ ألف و٦٦٢ ألف و٦٦٣ ألف و٦٦٤ ألف و٦٦٥ ألف و٦٦٦ ألف و٦٦٧ ألف و٦٦٨ ألف و٦٦٩ ألف و٦٧٠ ألف و٦٧١ ألف و٦٧٢ ألف و٦٧٣ ألف و٦٧٤ ألف و٦٧٥ ألف و٦٧٦ ألف و٦٧٧ ألف و٦٧٨ ألف و٦٧٩ ألف و٦٨٠ ألف و٦٨١ ألف و٦٨٢ ألف و٦٨٣ ألف و٦٨٤ ألف و٦٨٥ ألف و٦٨٦ ألف و٦٨٧ ألف و٦٨٨ ألف و٦٨٩ ألف و٦٩٠ ألف و٦٩١ ألف و٦٩٢ ألف و٦٩٣ ألف و٦٩٤ ألف و٦٩٥ ألف و٦٩٦ ألف و٦٩٧ ألف و٦٩٨ ألف و٦٩٩ ألف و٧٠٠ ألف و٧٠١ ألف و٧٠٢ ألف و٧٠٣ ألف و٧٠٤ ألف و٧٠٥ ألف و٧٠٦ ألف و٧٠٧ ألف و٧٠٨ ألف و٧٠٩ ألف و٧١٠ ألف و٧١١ ألف و٧١٢ ألف و٧١٣ ألف و٧١٤ ألف و٧١٥ ألف و٧١٦ ألف و٧١٧ ألف و٧١٨ ألف و٧١٩ ألف و٧٢٠ ألف و٧٢١ ألف و٧٢٢ ألف و٧٢٣ ألف و٧٢٤ ألف و٧٢٥ ألف و٧٢٦ ألف و٧٢٧ ألف و٧٢٨ ألف و٧٢٩ ألف و٧٣٠ ألف و٧٣١ ألف و٧٣٢ ألف و٧٣٣ ألف و٧٣٤ ألف و٧٣٥ ألف و٧٣٦ ألف و٧٣٧ ألف و٧٣٨ ألف و٧٣٩ ألف و٧٤٠ ألف و٧٤١ ألف و٧٤٢ ألف و٧٤٣ ألف و٧٤٤ ألف و٧٤٥ ألف و٧٤٦ ألف و٧٤٧ ألف و٧٤٨ ألف و٧٤٩ ألف و٧٥٠ ألف و٧٥١ ألف و٧٥٢ ألف و٧٥٣ ألف و٧٥٤ ألف و٧٥٥ ألف و٧٥٦ ألف و٧٥٧ ألف و٧٥٨ ألف و٧٥٩ ألف و٧٦٠ ألف و٧٦١ ألف و٧٦٢ ألف و٧٦٣ ألف و٧٦٤ ألف و٧٦٥ ألف و٧٦٦ ألف و٧٦٧ ألف و٧٦٨ ألف و٧٦٩ ألف و٧٧٠ ألف و٧٧١ ألف و٧٧٢ ألف و٧٧٣ ألف و٧٧٤ ألف و٧٧٥ ألف و٧٧٦ ألف و٧٧٧ ألف و٧٧٨ ألف و٧٧٩ ألف و٧٨٠ ألف و٧٨١ ألف و٧٨٢ ألف و٧٨٣ ألف و٧٨٤ ألف و٧٨٥ ألف و٧٨٦ ألف و٧٨٧ ألف و٧٨٨ ألف و٧٨٩ ألف و٧٩٠ ألف و٧٩١ ألف و٧٩٢ ألف و٧٩٣ ألف و٧٩٤ ألف و٧٩٥ ألف و٧٩٦ ألف و٧٩٧ ألف و٧٩٨ ألف و٧٩٩ ألف و٨٠٠ ألف و٨٠١ ألف و٨٠٢ ألف و٨٠٣ ألف و٨٠٤ ألف و٨٠٥ ألف و٨٠٦ ألف و٨٠٧ ألف و٨٠٨ ألف و٨٠٩ ألف و٨١٠ ألف و٨١١ ألف و٨١٢ ألف و٨١٣ ألف و٨١٤ ألف و٨١٥ ألف و٨١٦ ألف و٨١٧ ألف و٨١٨ ألف و٨١٩ ألف و٨٢٠ ألف و٨٢١ ألف و٨٢٢ ألف و٨٢٣ ألف و٨٢٤ ألف و٨٢٥ ألف و٨٢٦ ألف و٨٢٧ ألف و٨٢٨ ألف و٨٢٩ ألف و٨٣٠ ألف و٨٣١ ألف و٨٣٢ ألف و٨٣٣ ألف و٨٣٤ ألف و٨٣٥ ألف و٨٣٦ ألف و٨٣٧ ألف و٨٣٨ ألف و٨٣٩ ألف و٨٤٠ ألف و٨٤١ ألف و٨٤٢ ألف و٨٤٣ ألف و٨٤٤ ألف و٨٤٥ ألف و٨٤٦ ألف و٨٤٧ ألف و٨٤٨ ألف و٨٤٩ ألف و٨٥٠ ألف و٨٥١ ألف و٨٥٢ ألف و٨٥٣ ألف و٨٥٤ ألف و٨٥٥ ألف و٨٥٦ ألف و٨٥٧ ألف و٨٥٨ ألف و٨٥٩ ألف و٨٦٠ ألف و٨٦١ ألف و٨٦٢ ألف و٨٦٣ ألف و٨٦٤ ألف و٨٦٥ ألف و٨٦٦ ألف و٨٦٧ ألف و٨٦٨ ألف و٨٦٩ ألف و٨٧٠ ألف و٨٧١ ألف و٨٧٢ ألف و٨٧٣ ألف و٨٧٤ ألف و٨٧٥ ألف و٨٧٦ ألف و٨٧٧ ألف و٨٧٨ ألف و٨٧٩ ألف و٨٨٠ ألف و٨٨١ ألف و٨٨٢ ألف و٨٨٣ ألف و٨٨٤ ألف و٨٨٥ ألف و٨٨٦ ألف و٨٨٧ ألف و٨٨٨ ألف و٨٨٩ ألف و٨٩٠ ألف و٨٩١ ألف و٨٩٢ ألف و٨٩٣ ألف و٨٩٤ ألف و٨٩٥ ألف و٨٩٦ ألف و٨٩٧ ألف و٨٩٨ ألف و٨٩٩ ألف و٩٠٠ ألف و٩٠١ ألف و٩٠٢ ألف و٩٠٣ ألف و٩٠٤ ألف و٩٠٥ ألف و٩٠٦ ألف و٩٠٧ ألف و٩٠٨ ألف و٩٠٩ ألف و٩١٠ ألف و٩١١ ألف و٩١٢ ألف و٩١٣ ألف و٩١٤ ألف و٩١٥ ألف و٩١٦ ألف و٩١٧ ألف و٩١٨ ألف و٩١٩ ألف و٩٢٠ ألف و٩٢١ ألف و٩٢٢ ألف و٩٢٣ ألف و٩٢٤ ألف و٩٢٥ ألف و٩٢٦ ألف و٩٢٧ ألف و٩٢٨ ألف و٩٢٩ ألف و٩٣٠ ألف و٩٣١ ألف و٩٣٢ ألف و٩٣٣ ألف و٩٣٤ ألف و٩٣٥ ألف و٩٣٦ ألف و٩٣٧ ألف و٩٣٨ ألف و٩٣٩ ألف و٩٤٠ ألف و٩٤١ ألف و٩٤٢ ألف و٩٤٣ ألف و٩٤٤ ألف و٩٤٥ ألف و٩٤٦ ألف و٩٤٧ ألف و٩٤٨ ألف و٩٤٩ ألف و٩٥٠ ألف و٩٥١ ألف و٩٥٢ ألف و٩٥٣ ألف و٩٥٤ ألف و٩٥٥ ألف و٩٥٦ ألف و٩٥٧ ألف و٩٥٨ ألف و٩٥٩ ألف و٩٦٠ ألف و٩٦١ ألف و٩٦٢ ألف و٩٦٣ ألف و٩٦٤ ألف و٩٦٥ ألف و٩٦٦ ألف و٩٦٧ ألف و٩٦٨ ألف و٩٦٩ ألف و٩٧٠ ألف و٩٧١ ألف و٩٧٢ ألف و٩٧٣ ألف و٩٧٤ ألف و٩٧٥ ألف و٩٧٦ ألف و٩٧٧ ألف و٩٧٨ ألف و٩٧٩ ألف و٩٨٠ ألف و٩٨١ ألف و٩٨٢ ألف و٩٨٣ ألف و٩٨٤ ألف و٩٨٥ ألف و٩٨٦ ألف و٩٨٧ ألف و٩٨٨ ألف و٩٨٩ ألف و٩٩٠ ألف و٩٩١ ألف و٩٩٢ ألف و٩٩٣ ألف و٩٩٤ ألف و٩٩٥ ألف و٩٩٦ ألف و٩٩٧ ألف و٩٩٨ ألف و٩٩٩ ألف و١٠٠٠ ألف و١٠٠١ ألف و١٠٠٢ ألف و١٠٠٣ ألف و١٠٠٤ ألف و١٠