

## جهاز جديد لتبييض الأسنان

### المولدات الكهربائية

#### تحسين الماجد

ماذا يمكن أن تقدم تكنولوجيا الفسراء لذوي المولدات الكهربائية؟ ان اول ما يعاينه اصحاب تلك المولدات هو اسعار الوقود وارتفاع مستوى الضجيج الصادر عنها. المولد الكهربائي الذي يستخدم للاستعمال المنزلي انما هو زائر ثقيل علينا على الرغم من ذلك نحن نتعامل معه بواقعية لأنه سيمكث طويلاً. لم يصدر كراس بعد عن طرق رعاية هذا الضيف. فلنختار له مكاناً على وفق هذه الاسس. من الملاحظ ان الاغلبية تتجاهل اهمية جلوسه على وسادة مطاطية برغم ان ذلك سيؤدي لإمتصاص الاهتزازات الصادرة عنه والتي يمكن ان تنتقل عبر الاجسام الصلبة ومع المدة قد تؤثر في مجمل البناء. لم تفكر جدياً بمخاطر الوقود المخزون.

يمكن ان نطلب من معمل صناعة العوادم ان ينفذ لنا عادم صوت يناسب محرك الاحتراق الداخلي لوحدة التوليد موضعاً بداخل مبادل حراري حيث نحصل بذلك على ادم للصوت وسخان ماء حيث ان حرارة الغازات 240 درجة مئوية يمكن استخدامها لتسخين المياه او الهواء عبر هذا المبادل الحراري الذي نتمنى ان يتحول الى منتج في اسواقنا المحلية.

علينا ان لا نتجاهل احتمالية اختلاط الوقود بالماء او بأنواع اخرى من الوقود حين نبحث عن اسباب التوقف. ان وضع حجر مغناطيس على طريق مرور زيت التبريد سيؤدي الى جمع برادة الحديد المكروية الملوثة لتلك الزيت.

لو استخدمنا جهاز شحن البطارية لتمكن الاستغناء عن المولد الكهربائي الاضائي الذي مهمته شحن البطارية التي تستخدم للاقلال.

ما زال الكثيرون يستخدمون افاهم لسحب البنزين حين يقومون بإملاء خزانات الوقود. مخاطر هذه العملية كثيرة ليست فقط على الأسنان واللثة وانما على مجمل الجهاز التنفسي.

والامر لا يتعدى استخدام مضخة ماصة كإبسة وهي متوفرة بمختلف القياسات والشكال.

لقد سبق واستخدمت غازات العادم بإيصالها عبر انبوب لباب وكر للجرذان وقمت بعدها بإغلاقه.

tasinen@hotmail.com

هيدرات الأسنان لضمان سلامتها. وقد استخدم حوالي 7000 طبيب اسنان هذا الجهاز، وحسب ما قاله مسؤولو الشركة المنتجة لهذا الجهاز أنه تم تطويره بحيث يستطيع ان يبيض جميع الأسنان او سناً واحدة فقط مما يتيح للطبيب المعالج فرصة تحديد مناطق التسوس. ان قوة الضوء المنبثقة من هذا الجهاز لا تنتج اية اشعة ضارة لذلك لا يحتاج المريض الى ارتداء مناظر شمسية واقية. الاعراض الجانبية لهذا الجهاز: ان ابرز الاعراض الجانبية الشائعة لهذا الجهاز هو تأثير الهيدروجين وبروكسيد الكاربون على الاسنان الحساسة وحدوث تهيج في انسجة الفم واللثة. وقبل ان يشار في عملية تبييض الاسنان يجب ان تستشير طبيبك الخاص.

ذلك بإطلاق الملايين من جزيئات الاوكسجين التي تعمل على تسريع عملية تبييض الأسنان وقال الدكتور مارك بي من منطقة نيوميل فورد، عادة ما تستغرق عملية تبييض الاسنان الساعتين في الأقل. وهناك طرق علاجية اخرى منها جهاز يتألف من نظام ضوئي يعمل على تصفية الضوء الى منطقة ضوئية خضراء - زرقاء من نطاق التحليل الطيفي التي تكون نسبتها لحد اعلى نحو 400 - 500 جزء من مليون متر. ان هذا الضوء المستخدم هو عبارة عن دمج 15 بالمئة من بروكسيد الهيدروجين الهلامي الذي تمت تنقيته حيث يكون منسجماً مع الطبقات الملونة.

الاسنان على تقبل عملية التبييض. وتبقى عملية تبييض الاسنان (القصر) الى حوالي ثلاث سنوات وتعتمد اذا ما كان الشخص مدخناً او مدمناً على الكحول. ومن اجل حماية اللثة من الجسور كذلك حماية الانسجة المحيطة فان معظم الطرق الطبية تعمل على عزل الاسنان وحمايتها عن طريق حواجز خاصة. وتستخدم الطرق الحديثة الان اشعة تعمل على تجزئة محلول البروكسيد الهلامي وتقوم بعد



الجلد تبلغ 2 بالمئة من بيروكسيد الهيدروجين. وتقوم الاجراءات الحديثة باستخدام الضوء في فصل مادة البيروكسيد الهلامية وتحويلها الى جزيئات الاوكسجين. وتحترق هذه الجزيئات المسامات الدقيقة للطبقات المطلية وكذلك تحترق عظام الاسنان حيث تعمل على تفتيت الطبقات المطلية ثم تأخذ هذه الطبقات بالتجزء الى قطع اصغر واصغر بعد ذلك يمر ضوء اكبر من خلال هذه الطبقات الملونة فيجعلها تبدو ذات لون فاتح.

ومن الممكن ان تظهر النتائج الاولية لهذه العملية بعد ساعة من اجرائها او بعد ثلاثة ايام. وتظهر النتائج الكلية بعد مضي اسبوع كامل او بعد مضي بضعة اشهر ويعتمد هذا على قابلية

وقال الدكتور ميشيل مالون رئيس الاكاديمية الامريكية لتجميل الاسنان (اذا لامست هذه المادة الشفتين او اللثة فسوف تحدث جروحاً عند الشخص). ويضيف الدكتور مالون بأنه لا توجد حتى الآن طريقة ناجحة نستطيع من خلالها ان نضع هذه المادة وابقاها لفترة طويلة وكافية حتى تصبح ذات تأثير فعال. ان البروكسيد هو عبارة عن مادة مؤكسدة قوية وتشكل مركبات كيميائية عندما تلامس الاجزاء المطلية وتعمل على ازالة هذه الطبقات غير البيضاء حيث تجعل الاسنان بيضاء براقاً. وتبلغ نسبة مادة البروكسيد المستخدمة في تبييض الاسنان حوالي 30% وان نسبة المادة المستخدمة في تنظيف جراح

توجمة / تفريد محمد في الاكاديمية الامريكية لتجميل الاسنان في مدينة ماديسون، ازدادت ويشكل ملحوظ المناهج والبرامج المتعلقة بتبييض الاسنان (القصر) والتي تقدم سلباً في هذا المركز حيث ارتفعت الى نسبة 30 خلال السنوات الخمس الاخيرة. لقد بدأ اطباء الاسنان بعملية تبييض الاسنان قبل 30 سنة عندما اكتشفوا مادة بروكسيد الهيدروجين - تلك المادة المطهرة ومادة اخرى وهي بروكسيد كابرانيد (التي تساعد عن التلام جروح اللثة بعد العمليات الجراحية التي تجري لها). وتتم عملية تبييض الاسنان عندما يكون المحلول المطهر ملتصقا مع مادة الطلاء.



## السلوك وسوء التغذية

الحظ في تناول الأغذية الصحية ساء سلوكه غير الاجتماعي في مرحلة لاحقة من حياته. وذكرت مجلة الطب النفسي الأمريكية (أمريكان جورنال أوف سايكاتري) أن الضيق وضع في حسابه عوامل مثل الخلفية الاجتماعية والصحية والتعليمية. ويقول الكاتب المشارك في البحث أدريان راين إن الآباء بإمكانهم حماية أطفالهم من أنهم يتناولون طعاماً عالي القيمة الغذائية. ويضيف: "سوء التغذية يؤدي إلى انخفاض نسبة الذكاء، الذي يؤدي بدوره إلى السلوك غير الاجتماعي فيما بعد". فعلى المستوى الاجتماعي، هل ينبغي على الآباء أن يفكروا ملياً في نوع الطعام الذي يتناولوه أطفالهم؟ هناك الكثير من المسببات التي تدفع لتبني السلوك غير الاجتماعي عدا عن سوء التغذية، ولكننا نقول أنها رابطة مهمة مقفودة.

الأطفال الذين لا يتناولون طعاماً صحياً من المرجح أن يصبحوا ميالين للعنف وللسلوك غير الاجتماعي. فقد توصلت جامعة ساوث كاليفورنيا إلى أن نقص الزنك والحديد وفيتامين (ب) خلال أول ثلاثة أعوام من عمر الطفل يؤدي إلى سوء في سلوكه في مرحلة عمرية لاحقة. فعندما يبلغ الأطفال الذين لا يتلقون غذاء غنياً الثامنة من العمر من المرجح أن يكونوا متشجنين ويتسببون في الشجارات أكثر من أولئك الذين يتمتعون بغذاء صحي. أما في عمر الحادية عشرة، فإنهم عادة ما يتلفظون بغت الكلام ويغشون ويشتمون في شجارات. وعندما يبلغون السابعة عشرة فهم يسبون الرعب للآخرين ويتناولون المخدرات. وقام الباحثون بتحليل تطور حياة أكثر من 1000 طفل بموريشيوس، الجزيرة التي تقع بالمحيط الهندي على الساحل الإفريقي، طوال أربعة عشر عاماً. وقد توصلوا إلى أنه كلما كان الطفل قليل

## طرق المستقبل



## بذور العنب ومقاومة السرطان

اضافة الى مقاومة السرطان ، تشير الدراسات والبحوث الى ان بذور العنب تفيد في مقاومة المجموعات المرضية التالية: 1- الاصابات الفيروسية. 2- الحساسيات والالتهابات. 3- امراض الاوعية القلبية. وأمثلة على ذلك امراض السرطان، الزهايمر، التهاب الفاصل، الماء الابيض في العين، واضطراب الدورة الدموية. اذن هذه دعوة صحية لتناول العنب مع بذوره.

المتوفر في العراق بكميات كبيرة ولكن للأسف فإن اغلبنا يتخلص من البذور اثناء الاكل. وتعتبر فرنسا من اوائل بلدان العالم اهتماماً باستثمار نتائج هذا الاكتشاف العلمي واصبح العديد من مرضى السرطان يعالجون بوصفات تحتوي على جواهر بذور العنب بهدف مقاومة المرض او مقاومة المضادات المقاومة للسرطان. ويستطيع الانسان ان يحصل عن استئصال اورام الشدي

علماً بأن العالم الفرنسي البروفسور جاك ماسكوليبية اختصاص الكيمياء الحيوية في جامعة بورد، اول من اكتشف فائدة بذور العنب مختبرياً عام 1947. ويبدأ شركات الادوية الطبيعية تنظيف المادة العلمية الضعالة من بذور العنب (O.P.C) ضمن تركيباتها العلاجية المضادة والمقاومة للسرطان. ويستطيع الانسان ان يحصل على هذه المادة من ثمار العنب

مكتب المدى / بايك / اقبال محمد اخذت بذور العنب مكانة مهمة في مقاومة السرطان لأنها تحتوي على تركيز عال من مادة (O.P.C) من 90% الى 95% مقارنة بلحاء شجرة صنوبر التي تحتوي من المادة نفسها 80% الى 85% إضافة الى مركبات كيميائية اخرى تجعلها اكثر فعالية في طرد السموم الناجمة عن عمليات الحرق في الجسم.

يمكنك البدء برؤية ومحادثة اصداقك حتى قبل وصولك دارهم هذا ان كانوا هنالك بانتظارك ويكونون جالسين قرب الحاسوب. وحين تصل الى المدينة الثانية يتم انفصال سيارتك من قطار السيارات وتدخل ضمن مجال شبكة الاتصال بداخل المدينة الجديدة وفي آخر المطاف يمكنك الجلوس خلف المقود وتسوق السيارة بنفسك حيث انك ستسيطر على سطح الارض وتبدأ سيارتك بالعمل كأي سيارة كهربائية. انها ليست قصة خيالية انه امر واقع للعشرين او الثلاثين عاماً القادمة. كما يقول ماغنوس هو ناهمر في معهد النقل المعلق. علينا البحث عن حلول جديدة لشبكة ازدحام السيارات قريباً لا

لوحه عنوان المكان الذي تود الذهاب اليه. وتجلس بعدها تقرأ او تكتب او حتى تنام اذا ترغب فالسيارة تتكفل بإيصالك وبسرعة 40 كلم/ ساعة ولا توجد اشارات مرور بطريقها فالحاسب يقوم بتأمين كل الاتصالات اللازمة حتى لا يحصل توقف. وحين تصل الى حدود المدينة وترغب ان تذهب بعيداً حينها عليك الانتظار قليلاً لأن قد يأتي مسافرون ذاهبون الى الجهة نفسها لترافقهم بسيارتك فتشكلوا بذلك قطاراً تشكل سيارتك احدى مقطوراته. وبذلك تقللوا من مقاومة الهواء لعرباتهم لأنكم ستسيروا 200 كلم/ ساعة والهدوء والراحة نفسهما على سبيل المثال

ان مشكلات الازدحام المروري كثيرة، ولكن اضيف اليها مؤخراً مشكلة اخرى خطيرة. هي تحريض النوبة القلبية لدى السائقين والسبب ليس فقط الازدحام والتوتر النفسي الناجم عنه. انما التلوث البيئي المحيط بتلك السيارات على حد قول بيتر ستون من جامعة هارفارد. لكن السيارة في المستقبل ستسير على طرقات معلقة. هذه التقنية متوفرة الآن واقل تكلفة وفضل للبيئة واسرع واكثر راحة. تخيل انك ذاهب بزيارة وتدخل من اجل ذلك تقياً في الجدار وتتصل بسيارتك لتخضر فوراً من المرآب وبعد لحظة تكمل سيرك كما لو انك دخلت مصنعاً له باب للدخول وآخر مقابله للخروج. تجلس في السيارة وتكتب على

## فرشاة للاسنان



ان بقايا الاطعمة التي تبقى عالقة على سطح اللسان اكثر من تلك التي تبقى عالقة بين الأسنان بعد تناولنا الطعام. ان ذلك يؤدي الى تغطية مجسبات التذوق على سطح اللسان اضافة الى جفاف الفم وبالتالي حصول تخمرات لها آثار سلبية في صحة الانسان بوجه عام. يمكن الحيلولة دون ذلك باستخدام فرشاة اسنان قياسية تستطيع ان تحصل عليها من خلال قص شعيرات فرشاة الاسنان. بتنظيفنا اللسان نقوم بتنشيط حاسة الذوق. ان منظر اللسان الاحمر القاني له اثره الجمالي على غرار الشفة الحمراء.

### عن DN اخبار اليوم السويدية

المأكولات التي لم تمضغ. من هنا ندرك أهمية مضغ الطعام جيداً. ونشير في النهاية إلى أن المضغ يجعل الجسم أكثر شباباً. إذ أن العدة التكفية تفرز هرمون الباروتين. فتمتصه الأوعية الدموية في الفم، ويدخل مجرى الدم، وإذا وصل هذا الهرمون إلى المعدة، تقضي عليه العصارة المعدية. وقد ثبت علمياً ان الباروتين يحفز عملية التحول الغذائي، وهذا يؤدي إلى تجديد الخلايا وإطالة العمر. وللمضغ أخيراً تأثير نفسي كبير. إذ أن المضغ سيساعدك في تفرغ العنف الموجود داخلك، فالإنسان الذي يمضغ الطعام جيداً يكون أقل عنفاً من الذي لا يمضغ طعامه إذ انه يضغ العنف عن طريق أسنانه. ويمكننا في النهاية أن ننصح بقول لغاندي: "مضغ طعامك حتى يصبح ساخلاً".

## مضغ الطعام

لعملية الهضم تأثيرات اخرى على الصعيد الصحي، وهي تتجلى في حماية الجسم من الأمراض. فالعروف إن من اهم مسببات الأمراض الإفراط في تناول الطعام الضار. تناوله على شكل قطع كبيرة واستهلاك اللحوم والسكر ومشتقات الحليب، خاصة في أوقات متأخرة نسبياً. إن هذه العادات السيئة المترافقة مع سوء الهضم تبقى الطعام لفترة طويلة في المعدة. فتنفرد هذه الأخيرة مزيداً من الحمض الذي يؤدي إلى التخمير. ويبرز هذا الأخير على شكل غازات وانتفاخ والأم، وتبدأ عندئذ أمراض الجهاز الهضمي المزمنة. ومن جهة أخرى، يسهم المضغ في قتل الجراثيم الموجودة في الطعام ويحول دون دخولها إلى الجسم. ولا يستطيع حمض الهيدروكلريك الذي تفرزه المعدة احتراق

يساعد المضغ في الحد من الإفراط في الطعام ويمنع الشراهة. فإثناء عملية المضغ يكتفى الجسم بما أخذه. وإذا لم يتم مضغ الطعام، فإن المعدة ستطلب المزيد منه. وقد ثبت أن المعدة تستطيع استيعاب كمية من الطعام تساوي ضعف المعدل العادي لسعتها. من هنا، فإن العبء الذي نرضه على المعدة ينهكها عدا أنه يسبب مشكلات في الجهاز الهضمي على المدى البعيد. إن احترام الجسد يفرض علينا احترام طاقة جميع الأعضاء لكي تقوم بوظيفتها على أكمل وجه. وفي هذه الحال، يعطي الجسم إشارة الاكتفاء والشبع. نشير أيضاً إلى انه أثناء المضغ، تمتلئ المعدة بنسبة 80-90% من سعتها. وهذه هي الطريقة الأمثل للحفاظ على الصحة. وقد ثبت علمياً انه كلما مضغنا الطعام جيداً، كلما قلت كمية الأطعمة التي تتناولها. كما أن