اهميـــة صحـــة الفـم

ترجمة / سيف محمد علي
عن الياهو هيلث

سلامـــة الفـم لا تعـنـي الابتسـامـة الجـذابـة التي نرسمها على شفاهنا فحسب، بل تتطلب العنـايـة به. وان حالة الفم تعكس حالة الجسم ككل. وتؤكد الدراسات وجود علاقـة بين اللثـة و مـرض السكتـة الدمـاغيـة، ومـرض القلب علاوة على ذلك، فإن اكثـر من ٩٠ ٪ من جميع الامـراض العضـويـة سببهـا الفم، وهـذا يعني ان طبيب الاسنـان ممكن ان يكـون اول طبيب قـد تـذهب اليه لتشخيص الوعكة الصحية.

ما المشكلة التي ممكن ان تحدث بسبب قلة العنـايـة بالفم؟

اعتمـاداً على الدراسات الحديثـة في الجـراحـة في الولايات المتحدة الامريكية فإن نسبة كبيرة من الناس يعـانـون من تغيـر طبيعـة حياتهم بسبب الفم والوجه. وقـد تـؤدي آلام اللثـة الى خسـارة الاسنـان. وتـشيـر الاحصائيات الى ان اكثر من ٧٥ ٪ من النـاس يعـانـون من نـوع من انـواع الامـراض التي تصيب اللثة او التهاب اللثة.

وتؤكد الدراسات الحديثة بأن اصابات الفم تؤثر على الاعضاء بصورة رئيسية مثل الالتهاب البكتيري الشغافي (Bacterial Endo-carditis) الذي له علاقة بالقلب والصمام القلبي. ومن الممكن ان تؤدي قلة العنـايـة بالفم الى سرطان الفم.

اضافة لذلك فإن قلة العناية بالفم تؤثر على عملية الهضم (التي تبدأ بفعاليات فيزياوية وكيمياوية للفم)، والمشكلة هنا ممكن ان تـؤدي الـى عجـز معـوي، تهيج القـولـون او مشاكل اخرى.

ما هي الاعراض التي تأتي من الأمـراض الاخـرى وتظهـر في الفم؟

قـد تعكس انسجـة الفم اعـراضـاً لمشـاكل اخـرى في الجسم، بالاضافة الى ذلك فـإن العـديـد من الامـراض ممكن تشخيصها مبكراً خلال فحص الفم. وهـذه الامـراض من الممكن ان تميـز من خلال انتفـاخ اللثـة، تقـرح الفم، جفاف الفم، او مشاكل اخرى للثة. ومن هذه الامراض: داء السكر، الليوكيميا (leuke-mia) ابيـضـاض الـدم)، السرطان، مرض القلب، مرض الكلية.

ماذا عليّ ان افعل؟

حـاول ان تـراجع طبـيب الاسنـان كل ستـة اشهـر، هـذا يـسـاعـدك عـلى تـشخيـص الامـراض في وقت مبكـر. وانه من الضروري ان تزود الطبيب بأية مشكلة جديدة حدثت في الجسم حتـى اذا كـانت غيـر متعلقة بالفم.

مـاذا يمكـن ان يفعل طبـيب الاسنان؟

الفحـص المنـظـم يمكّـن طبيب الاسنـان من الحفـاظ على اسنانك بأحسن حال وقد ينـصحك طبـيب الاسنـان نصـائح قيمـة عن التغـذيـة والصحة والنمو هذا اضافة الى معالجة الفك غير المعدل.

بين قوسين

(...)

شكسبير يتبرأ من تراجيدياته

د. عاصم عبد الامير

حكايتان قصتا علي في وقت متزامن لا يربطهما رابط، لكن يرشحان عن مغزى عميق ومثيـر. لا اعـرف لم خطـر علـى بالي تـراجيديات شكسبير في وقت كان محدثي يروي لي قصته الاولى المروعة التي تعجز في العثور على نظير لها في قواميس الفظائع والشناعات كدت لا ابرر لشكسبير تراجيدياته على ما فيها من صوغ بارع، ومظاهـر نبل وخطيئة، وثأر وكبرياء ايضاً، لكن ما سمعته من محدثي لا تجد اثراً للكبرياء، والنبل، فظائع يختلط فيها خيلاء التـوحش بالغرائز المنحطة جعلت من احشائي تصعـد الـى فمي، ومـرغت احلامي في دوامة الذهول. بالمناسبة محدثي هذا ممن عرفوا بالكياسة والثقافة والثقة.

حين ذهبت الى بغداد بعد طول غياب لزيارة اقاربي- يقـول محدثي- ونزولاً عند رغبة ولدي اختي قررت الذهاب بهم الى الحلة وقبل اللطيفية وجدنا مشهد الزحام. سلكت السيارات طريقاً محاذياً. وفوجئنـا بـالملثمين ، انـزلـونـا واحـداً فـواحـداً، في هـذه الاثنـاء ظهـر من بين الاحـراش شخص ملثم لعله سيـافهم حاملاً كيساً كبيراً اسود، يبدو انه ثقيل، قلب الكيس على الارض وتدحرجت منه ثمـانيـة رؤوس ادميـة. وقـال بـافتخـار: ارسلـوا جثث هـؤلاء الـي الكلاب، واخـذ يمعن في وجوهنا منتقياً منا ما يتناسب مع غـايـة في نفسه، كنت وولدا اخي قد نجونا من اختياره، كان احد المواطنين تجرأ في الحديث معه وطلب الصفح عن سائق (الكيا) الذي وقع عليه الاختيار ، مبـرراً ان لا احـد منهم يحسن قيـادة السيارة وحل الملثم الموضوع بان استبدله بالسائق!!

بـالـوقت ذاته حدثني صديقي الشاعر (موفق محمد) بعد زيارته الى سويسرا مشاركاً مع نخبة من شعراء العالم في مهرجان المتنبي للشعر والموسيقى. انه زار بيتاً جميلاً لاحد الاصدقاء هناك في المنطقة التي يشطرها الراين.

كان البيت يبدو جنة صغيرة، وكانت عيناي تدوران على ما حولي من دون ان تـسـتـطـيـعـا الافلات من قبضـة صـور الخراب ومشاهد النفايات التي يغرق بها بلدي العراق. هناك حين رأيت ما يثير دهشتي، حزمة ادغال في حديقة غناء!! ما الذي يجري؟ سألت صديقي، قال: هذه الادغال تعوضني دفع بدل الايجار لهذا البيت الجميل الذي تراه . كنت ازداد استغرابا فالامر بدا لي غامضا . قلت ما الذي تريد

قـوله بـالضبـط ؟ قـال : هـذه الادغـال جعلت منها وكرا للحيوانات من قبيل الجرذان ، ومانسميه عندنا في العراق ب (ابو العرس)

.. الخ تـاوي الـيه من دون ان تـتعـرض لاذى ، وهـذا يـتـرتـب عليه ان تـدفع الحكـومـة لي مبلغـا اسـدد منه بـدل الايجار !!

هل اصدق ان ابا العرس هذا يحظى بعنـايـة من دون ان يحظى بها الانسان العراقي .. ما الذي يجري ياالهي ؟ كنا ننتظر الفرصة طوال هذا الزمن كي نحصد ما دفعناه من انصار الدم . لتدفعنا الاقدار ثانية في نهر الدماء !!

كنت ازداد ثقة لو ان شكسبير حيا وراى الـذي يحـدث في العـراق لاعتـذر عن تـراجيديـاته ، ولا استبعد التبرؤ منها وتطليقها بالثلاث على ما فيها من اعجاز .

ادركت ان حبل النجاة لنا جميعا هو ان يشعر سياسيونا بالتسامح والعدالة كي تنفرج الامور وقتها يكون الغبار الذي يلف مستقبلنا قد انقشع .

الأميركيون يجأرون بالشكوى من غزو المنتجات الصينية

واشنطن - مرة أخرى تعالت الاصوات الامريكية الداعية إلى ضرورة التحرك للحد من طوفان الصادرات الصينية إلى الاسواق الامريكية بعد تضخم العجز التجاري الامريكي مع الصين ووصوله إلى مستويات قياسية جديدة.

وتطالب هذه الاصوات التي تضم أعضاء في الكونجرس واتحادات صناعية أمريكية ونقابات عمالية إدارة الرئيس الامريكي جورج بوش باتخاذ مواقف صارمة تجاه الصين.

تتضمن قائمة المطالب الامريكية تقديم شكوى ضد الصين إلى منظمة التجارة العالمية والضغط على بكين من أجل زيادة قيمة العملة المحلية الصينية أمام العملات الرئيسية الاخرى. وترجع الشركات الصناعية الامريكية تفوق المنتجات الصينية في الاسواق العالمية إلى انخفاض قيمة العملة الصينية.

يقول عضو مجلس الشيوخ الامـريكي من الحـزب الجمهوري ليندساي جراهام "يجب أن نكون عدوانيين" في التعامل التجاري مع الصين.

وأضاف "يجب أن نضغط على كل الجبهات. على جبهة الشحن وخفض قيمة عملتهم وسرقة حقوق الملكية الفكرية. نحتاج إلى ضربهم بشدة وضربهم في كل مكان".

وقد بلغ العجز التجاري الامريكي مع الصين العام الماضي ١٦٢ مليار دولار وهو ما يزيد على إجمالي العجز التجاري لامريكا مع دول العالم قبل سنوات قليلة.

وكان السيناتور جراهام قد اقترح الاسبوع الماضي مشروع قرار من مجلس الشيوخ يحث الممثل التجاري الامريكي على "إقامة دعوى فورية" ضد الصين من خلال آلية تسوية المنازعات التجارية في منظمة التجارة العالمية على أساس أن الصين لا تتحرك بالشكل الكافي لمواجهة القرصنة الفكرية.

ويعتقد السيناتور الامريكي الذي يقول إن عمليات القرصنة الفكرية منتشرة بشدة في الصين أن غالبية أعضاء مجلس الشيوخ تؤيد موقفه الداعي إلى اتخاذ إجراءات صارمة ضد التجارة الصينية.

ويقول إنه في حالة موافقة المجلس على مشروع قراره فسوف تدرك الصين أنه "لكي تكون فردا في الاسرة الدولية عليها أن تلعب وفق قواعدها".

في الوقت نفسه حمل عضو مجلس الشيوخ الامريكي من الحزب الديموقراطي بيرون دورجان الذي اشترك في تقديم مشروع قرار جراهام إدارة الرئيس الامريكي جورج بوش مسؤولية العجز التجاري الامريكي مع الصين.

وردا على سؤال عما كان يمكن للادارة الامريكية أن تفعله لكي تقلص العجز التجاري الامريكي الذي بلغ العام الماضي ٦١٧ مليار دولار قال بيرون إن هذه الادارة تحتاج إلى قدر من العزيمة والارادة السياسية للتعامل مع هذا الملف.

وكانت الادارة الامريكية قد وجهت تحذيرا إلى الصين الشهر الماضي عندما أصدرت قائمة الدول التي تنتهك قوانين الملكية الفكرية واتهمت الصين بأنها لا توفر الحماية الكافية لحقوق الملكية الفكرية رغم الجهود التي تبذلها القيادة الصينية العليا في هذا المجال.

وقال دورجان إن البيت الابيض يحتاج إلى المطالبة بأن تكون العلاقات التجارية بين الصين والولايات المتحدة ذات فائدة مشتركة للطرفين. وأضاف أنه يعتقد ان هذه العلاقة الان "مفيدة جدا للصين" و"سلبية جدا بالنسبة لبلادنا".

ويبدو أن الممثل التجاري الامريكي الجديد روبرت بورتمان الذي خلف روبرت زوليك الذي انتقل إلى وزارة الخارجية كنائب للوزير من أنصار اتخاذ مواقف متشددة تجاه الصين.

ففي أثناء جلسات الاستماع التي عقدها مجلس الشيوخ للتصديق على تعيين بورتمان في منصبه قال الممثل التجاري الامريكي إن الصين تنتهك قواعد التجارة وأن أول شيء سيفعله بعد تولي المنصب هو إصدار أوامره بإجراء مراجعة شاملة لكل القضايا التجارية في الصين. وقد أدى بورتمان اليمين القانونية أواخر الشهر الماضي.

وقال بورتمان أمام مجلس الشيوخ "اعتقد أننا في حاجة إلى أسلوب أشد" في التعامل مع الصين "اعتقد أننا في حاجة إلى إجبار الصين على الالتزام بقواعد منظمة التجارة العالمية".

ولكن محللين يرون أن أوراق الضغط الموجودة لدى البيت الابيض في معالجة الملف التجاري مع الصين محدودة في ظل حاجة الادارة الامريكية للدور الصيني الحيوي في تسوية الملف النووي لكوريا الشمالية وهو ما يحد من حركة الامريكيين ضد بكين على الصعيد التجاري.

فالصين مازالت الدولة الوحيدة القادرة على ممارسة قدر من الضغط على بيونج يانج فيما يتعلق بالازمة النووية في شبه الجزيرة الكورية.

غير دورجان يرى أن الملف التجاري شيء وملف كوريا الشمالية شيء آخر.

وهذا الرأي لا يتفق عليه كثيرون سواء داخل الادارة الامريكية أو خارجها. فلا يمكن القول بإن إدارة الرئيس بوش تستطيع تعكير المياه مع بكين بالنسبة للتجارة ثم تعود في اليوم التالي وتطالب الصينيين بمساعدتهم في تسوية الازمة النووية لكوريا الشمالية.

وما بين التجارة والسياسة يستمر طوفان المنتجات الصينية في غزو الاسواق الامريكية ومطاردة المنتجات الامريكية ليس فقط داخل الولايات المتحدة وإنما خارجها أيضا.

من طرائف الفيزياء

المدى / خاص

جاء أحد أسئلة الامتحان كالتالي: كيف تحدد ارتفاع ناطحة سحاب باستخدام الباروميتر (جهاز قياس الضغط الجوي).

الاجابة الصحيحة : بقياس الفرق بين الضغط الجوي على سطح الارض وعلى سطح ناطحة السحاب.

إحدى الاجابات استفزت أستاذ الفيزياء وجعلته يقرر رسوب صاحب الاجابة بدون قراءة باقي إجاباته على الاسئلة الاخرى.

الاجابة المستفزة هي : أربط الباروميتر بحبل طويل وأدل الخيط من أعلى ناطحة السحاب حتى يمس الباروميتر الأرض . ثم قس طول الخيط .

غضب أستاذ المادة لأن الطالب قاس له ارتفاع الناطحة بأسلوب بدائي ليس له علاقة بالباروميتر أو بالفيزياء . تظلم الطالب مؤكدا أن إجابته صحيحة ١٠٠٪ وحسب قوانين الجامعة عين خبيراً للبت في القضية، أفاد تقرير الحكم بأن إجابة الطالب صحيحة لكنها لا تدل على معرفته بمادة الفيزياء . وتقرر إعطاء الطالب فرصة أخرى لاثبات معرفته العلمية

ثم طرح عليه الحكم نفس السؤال شفهيا.

فكر الطالب قليلا وقال: " لدي إجابات كثيرة لقياس ارتفاع الناطحة ولا أدري أيها أختار" فقال الحكم: "هات كل ما عندك"

فأجاب الطالب: يمكن إلقاء الباروميتر من أعلى ناطحة السحاب على الارض ، ويقاس الزمن الذي يستغرقه الباروميتر حتى يصل إلى الارض ، وبالتالي يمكن حساب ارتفاع الناطحة .

باستخدام قانون الجاذبية الارضية، اذا كانت الشمس مشرقة ، يمكن قياس طول ظل الباروميتر وطول ظل ناطحة السحاب فنعرف ارتفاع الناطحة من قانون التناسب بين الطولين وبين الظلين.

إذا اردنا حلا سريعا يريح عقولنا ، فإن أفضل طريقة لقياس ارتفاع الناطحة باستخدام الباروميتر هي أن نقول لحارس الناطحة : "ساعطيك هذا الباروميتر الجديد هدية إذا قلت لي كم يبلغ ارتفاع هذه الناطحة" ؟

أما إذا أردنا تعقيد الامور فسنحسب ارتفاع الناطحة بواسطة الفرق بين الضغط الجوي على سطح الارض وأعلى ناطحة السحاب باستخدام الباروميتر.

كان الحكم ينتظر الاجابة الرابعة التي تدل على فهم الطالب لمادة الفيزياء ، بينما الطالب يعتقد أن الاجابة الرابعة هي أسوأ الاجابات لانها أصعبها وأكثرها تعقيدا.

بقي أن نقول أن اسم هذا الطالب هو " نيلز بور" وهو لم ينجح فقط في مادة الفيزياء ، بل إنه الدنماركي الوحيد الذي حاز على جائزة نوبل في الفيزياء...

الثورة الرقمية افلست (اكفا)

ليفركوزين (ألمانيا)

أعلنت شركة آلات ومستلزمات التصوير الالمانية الشهيرة أكفا فوتو الجمعة التقدم بطلب لبدء إجراءات إشهار إفلاسها في خطوة فاجأت العاملين في الشركة.

وقالت الشركة إنها غير قادرة على الوفاء بالتزاماتها المالية وقدمت طلبا إلى إحدى المحاكم المدنية في مدينة كولونيا لاشهار إفلاسها. وذكرت متحدث باسم الشركة أن محكمة كولونيا قد تعلن اسم مدير التفليسة للشركة اليوم. وأضاف أن الشركة أبلغت العمال بالقرار الخميس من خلال شبكة المعلومات الداخلية للشركة.

كانت قناة "إذاعة غرب ألمانيا" التلفزيونية قد ذكرت اليوم أن إدارة الشركة أبلغت العمال بالقرار في وقت سابق من الاسبوع الحالي. ونقلت القناة عن برنارد ديكسترا رئيس مجلس (نقابة) عمال الشركة إن المجلس فوجئ تماما بالقرار.

يؤثر قرار الافلاس على ١٨٠٠ عامل يعملون لحساب أجفا في ألمانيا منهم ٨٧٠ عاملا في مقر رئاستها بمدينة ليفركوزين الالمانية. تنتج أكفا فوتو أفلام التصوير وآلات التصوير. واشترتها مجموعة مستثمرين أمريكيين وألمان في تشرين الثاني ٢٠٠٠ من شركة أجفا جيفيرت البلجيكية. يعود تاريخ شركة أجفا إلى عام ١٨٩٧ عندما سجلت نفسها بعد ثماني سنوات تقريبا من طرح أول انتاج لها في مجال التصوير. وفي عام ١٩٣٧ قدمت أكفا أول فيلم ملون في العالم. وفي عام ١٩٦٤ اندمجت الشركة الالمانية مع شركة جيفيرت البلجيكية لتكوين شركة أكفا جيفيرت.

ويقول مراقبون ان السبب الرئيسي لافلاس الشركة هو عدم قدرتها على مواجهة الثورة الرقمية في عالم التصوير والتي انعكست بشكل كبير على مبيعاتها من الافلام وورق طباعتها.

كمبيوتر وانترنيت

Spy Cookies

لابد لنا أولاً من معرفة ماهي الكوكيز العادية لنعرف بعد ذلك ماهي كوكيز التجسس فالكوكيز العادية هي ملفات تضعها مختلف مواقع الإنترنت التي نزورها على جهاز الزائر لتخزن فيها معلومات مؤقتة مثل الصفحات السابقة التي زارها أثناء تصفحه للموقع أو مثلاً سلة الشراء الخاصة به ومحتوياتها إن كان يزور موقع تسوق على الإنترنت وغير ذلك من المعلومات المهمة والمفيدة لكلا الطرفين الموقع والزائر.

على سبيل المثال: بعد أن تقوم بتسجيل إسمك وكلمتك السرية في بداية دخولك الموقع يضع الموقع على جهازك ملف كوكي به رقم مميز لك بعد أن تعرف عليك ولايتكرر مع غيرك من الأعضاء وبالتالي وطوال وجودك في الموقع وتنقلك بين منتدياته المختلفة وكتابتك للردود وتصفحك لرسائلك الشخصية فإنه لا يسألك مرة أخرى عن إسمك أو كلمة السر الخاصة بك فهو يعرف أنك هو من سجلت من ملف الكوكي الذي وضعه على جهازك بل أنك لو قمت بإغلاق الجهاز دون أن تسجل خروج من الموقع وعدت بعد بضعة أيام ودخلت المنتدى فلن يسألك عن شخصيتك وسيعرفك مباشرة من ملف الكوكي الذي سبق له وضعه على جهازك بينما لو كنت سجلت خروجا أو قمت بمسح الكوكيز من جهازك بشكل يدوي ، فإن المنتدى لن يتعرف عليك في المرة القادمة وسيطالبك بتسجيل إسمك وكلمتك السرية والكوكيز العادية لا يمكن إستخدامها في التجسس فلا يمكن قراءتها أو التعرف عليها إلا للموقع الذي كتبها نفسه أو طبعاً لأي فرد قد يتمكن من الجلوس على جهازك وقراءة هذه الملفات أو لشخص يقوم بسرقتها عن طريق الإنترنت وبواسطة برنامج تجسس

أما باقي مواقع الإنترنت وأثناء تصفحك لها فلا تتمكن من القراءة أو التعرف على هذه الكوكيز العادية التي وضعها موقع آخر على جهازك.

الكوكيز الخاصة بالتجسس: هي أيضاً كوكيز أو ملفات يضعها موقع على جهازك ولكن المشكلة هنا هو أن هذه الكوكيز يتم تبادلها بين مواقع عديدة ومختلفة وعندما تقرأ وتكتب عدة مواقع نفس الكوكيز فإنها تستطيع بسهولة تبادل المعلومات فيما بينها عنك أنت تحديداً فكل موقع متشارك يخبر باقي المواقع المشاركة بما قمت به في موقعه وهكذا.

وتصيب الجهاز بمجرد زيارة موقع يتشارك في الكوكيز التجسسية.