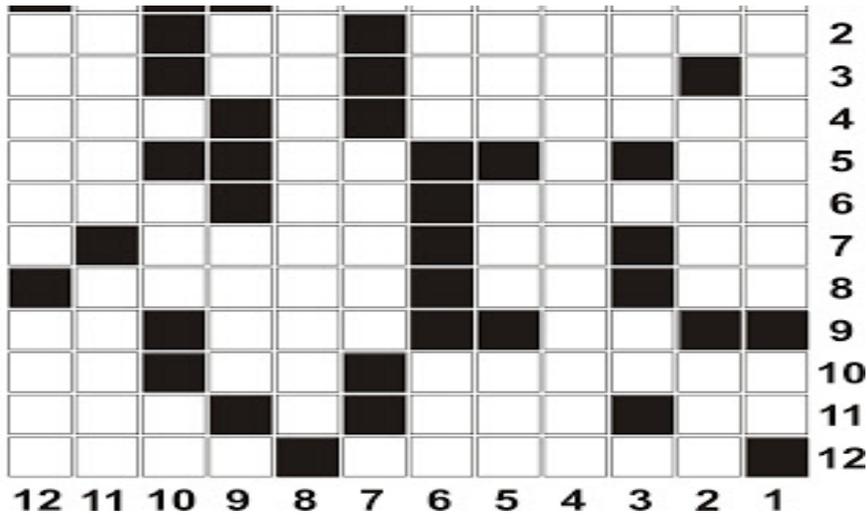


الكلمات المتقاطعة



أفقياً

- 2- والد (معكوسة) - عكس الحُر - طري.
- 3- هيبة - من الوالدين .
- 4- ثالث الصحابة الأحرار إسلاماً وآخر من مات من العشرة المبشرين بالجنة سعد بن أبي وقاص.
- 5- السرف (مبعثرة) - صحابي ذكر اسمه صريحاً في القرآن - من أدوات الحرب قديماً .
- 6- يتناول الطعام - سلة (مبعثرة) .
- 7- أعطاه موعد بلقاء .
- 8- شهدت بيعة العقبة واحد ويوم حنين والحديبية وخيبر واليمامة وأصببت بها .
- 9- بحر (معكوسة) - مفرد دول .
- 10- مطر غزير - يخصني .
- 11- حشرة تكلمت مذكورة في القرآن - أول صلاة اتجه فيها المسلمون إلى الكعبة .
- 12- صانع السيوف (معكوسة) - تقطع يده حدا (معكوسة) .

- 1- قال الرسول صلى الله عليه وسلم من دخل دار (.....) فهو آمن .
- 2- الجزء والمحاسبة على الخطأ (معكوسة) - مادة قاتلة سم - نبات عطري (معكوسة).
- 3- عرف - متشابهان - أداة شرط (معكوسة).
- 4- البارغ (مبعثرة) - والدتي .
- 5- أداة جزم (معكوسة) - ضمير الغائب (معكوسة) - مرض صدري (معكوسة) .
- 6- خرج عن الطبيعة وأعجز الناس - والد - يسير .
- 7- خالق - بواسطتي - لدى .
- 8- عكس بنى - من أعضاء الانسان - لتثبيت الخيمة (معكوسة) .
- 9- للتخيير - هلك (مبعثرة) - نقص (معكوسة) .
- 10- أطول سورة في القرآن الكريم - ثلثا دعه - اتخذها المصريين القدماء إله لهم من دون الله (معكوسة) .
- 11- لأجلى - اليوم الماضي - أساس (معكوسة) .
- 12- من الدواب (معكوسة) - مجموعة من الجنود (معكوسة) .

عمودي:

- 1- كنية البراء بن عازب - للتعريف.

ا	ب	ج	د	هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر												
ب	ج	د	هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر
ج	د	هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	
د	هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر		
هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر			
و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر				
ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر					
ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر						
ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر							
ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر								
ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر									
ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر										
م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر											
ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر												
س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر													
ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر														
ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر															
ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																
ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																	
ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																		
ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																			
ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																				
ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																					
ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																						
ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																							
م	ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																								
ن	س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																									
س	ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																										
ع	ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																											
ف	ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																												
ق	ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																													
ر	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																														
ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																															
ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																																
ط	ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																																	
ي	ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																																		
ك	ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																																			
ل	م	ن	س	ع	ف	ق	ر																																				
م	ن	س	ع	ف	ق	ر																																					
ن	س	ع	ف	ق	ر																																						
س	ع	ف	ق	ر																																							
ع	ف	ق	ر																																								
ف	ق	ر																																									
ق	ر																																										
ر																																											

حل العدد الماضي

6	7	9	8	3	2	1	5	4
3	1	5	6	4	7	9	2	8
8	2	4	1	5	9	6	7	3
2	5	3	7	9	8	4	1	6
7	9	8	4	6	1	2	3	5
1	4	6	5	2	3	7	8	9
9	8	2	3	1	6	5	4	7
5	6	7	2	8	4	3	9	1
4	3	1	9	7	5	8	6	2

2						6		
1			7				3	5
6				8	5			
8					9			
		3		4		2	8	
			9	8				3
								2
4	9		2			1		
								7

السودوكو

استراحة



هل يمكن للحليب أن يزيد احتمالات إصابة الرجل بسرطان البروستاتا؟



كشفت بحث جديد عن أن الرجال الذين يشربون الكثير من الحليب قد يكونون أكثر عرضة للإصابة بسرطان البروستاتا من الرجال الذين لا يشربونه، بحسب ما نشر موقع «health».

وأوضحت الدراسة أنه عند المقارنة بالرجال الذين يستهلكون ملعقة صغيرة أو ملعقتين صغيرتين من الحليب يوميًا، فإن الرجال الذين يشربون حوالي نصف كوب من الحليب يوميًا كانوا أكثر عرضة للإصابة بسرطان البروستاتا بنسبة 27%.

علاوة على ذلك، كان لديهم خطر متزايد بنسبة 60% للإصابة بسرطان البروستاتا مقارنة بالرجال الذين ابتعدوا عن منتجات الألبان تمامًا.

وقال مؤلف الدراسة الدكتور جاري فريزر، أستاذ الطب الوقائي في كلية الطب بجامعة لوما ليندا وكلية الصحة العامة في كاليفورنيا: «من المعروف أن عامل النمو الشبيهة بالإنسولين 1 - عامل خطر للإصابة بسرطان البروستاتا والثدي، واتضح أن استهلاك منتجات الألبان يرفع مستوى هذا الهرمون».

وأضاف أن سرطان البروستاتا يحتاج إلى هرمونات لتنمو، وهناك هرمونات أخرى موجودة في حليب البقر أيضًا. تشمل البدائل النباتية للحليب البقر فول الصويا والشوفان واللوز والكاجو وأنواع حليب أخرى غير الألبان.

جديد العلم للتخفيف من آلام أسفل الظهر المزمنة



أثبتت الصيغة التجريبية للهيدروجيل، التي تم حقنها في أقرص العمود الفقري، أنها آمنة وفعالة في تخفيف آلام أسفل الظهر المزمنة الناجمة عن مرض القرص التنكسي DDD أو الانزلاق الغضروفي القطني، وفقا لبحث جديد سيتم تقديمه في الاجتماع العلمي السنوي لجمعية الأشعة التداخلية، في بوسطن.

وبحسب ما نشره موقع «نيوروساينس نيوز» وNeuroscience News، تم استخدام الهلاميات المائية لعدد من السنوات لعلاج داء الفقرات التنكسي، لكن الدراسة الحالية هي أول اختبار لهلام هايدرافيل بالذات لدى البشر، والذي أدى بعد ستة أشهر من استخدامه إلى تقليل آلام أسفل الظهر بشكل ملحوظ لدى جميع المشاركين في الدراسة. انخفض متوسط مستوى الألم، المبلغ عنه ذاتيًا، من 7.1 إلى 2.0 على مقياس من صفر إلى 10، كما شعر المشاركون بتحسّن كبير في الأداء البدني بعدما كانت الآلام تمنع المرضى من القدرة على أداء الأنشطة العادية.

وقال الباحث الرئيسي في الدراسة دوغلاس بيل، رئيس قسم العلاج التحفظي في خدمات الأشعة السريية بأوكلاهوما: «إذا تم تأكيد هذه النتائج في مزيد من البحث، فربما يكون هذا الإجراء علاجًا واعدًا للغاية لآلام أسفل الظهر المزمنة»، مشيرًا إلى أن «الجل سهل الاستخدام، ولا يتطلب جراحة مفتوحة، ولا يعاني المريض عند الحقن».

يذكر أن هلام هايدرافيل المستخدم في هذه الدراسة، هو جيل ثاني من هيدروجيل تم تطويره في عام 2020، وحصل على تصنيف بأنه أداة مبتكرة من إدارة الغذاء والدواء الأميركية FDA، والذي يسمح بإجراء مراجعة سريعة عندما تشير الأدلة المبكرة إلى أن منتجًا تجريبيًا ربما يوفر علاجًا أكثر فعالية من خيارات العلاج الحالية لإنتقاذ المرضى من حالة خطيرة.