

## الكلمات المتقاطعة

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
												1
												2
												3
												4
												5
												6
												7
												8
												9
												10
												11
												12

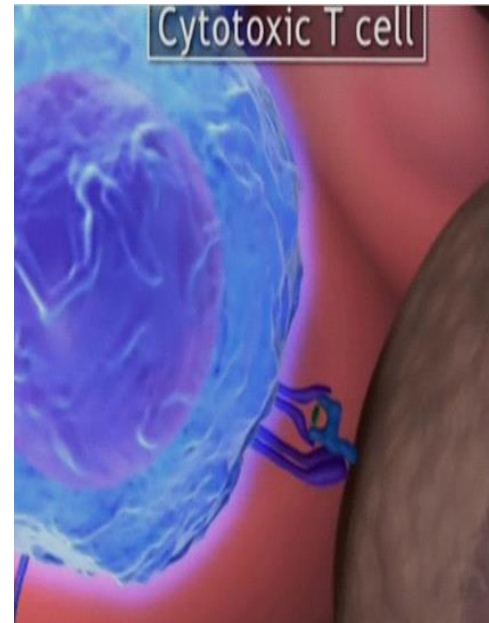
- افقيا**
- 1- من كبار ملوك الارض وكان كافرا  
عاش في زمن من نبي الله  
ابراهيم عليه السلام .
- 2- اسم علم مذكر - محافظة يمنية.
- 3- طعام ذكر في القرآن - للمسافة.
- 4- انبياء - محافظة جنوبية .
- 5- فرقة كافرة ظهرت في العصر  
العباسي واخذت الحجر الاسود  
اربعة وعشرين سنة.
- 6- حرفان مكرران - من اواني  
المطبخ - حرفان مكرران .
- 7- مدينة مصرية سياحية.
- 8- حرفان مكرران - قطر عربي.
- 9- حرف انجليزي - للتفسير -  
للمسافة - حرف عطف .
- 10- اسم علم مؤنث - نصف كلمة  
سعود - حليب.
- 11- حرف نفي - 24 ساعة (م).
- 12- ممثل مصري راحل - رجاء.
- عموديا**
- 1- وسائد - احد الوالدين -  
وجع.
- 2- الرسام مبعثرة - عكس مر  
(م).
- 3- صدق العروسة (م) -  
محافظة جنوبية .

ح	س	ن	ا	ج	م	د	ب	ا	ع	و	م
ح	ا	ع	م	ص	ا	ل	ح	م	ح	م	د
ا	م	ل	و	ا	ر	ج	س	ا	م	ا	د
ل	ا	ل	ج	ل	ا	ل	ا	ل	ل	ي	د
م	ي	ا	د	ا	ل	ح	ن	ا	و	ي	ك
ل	ا	م	ع	ل	ا	ي	ا	س	م	ي	ن
ا	ل	ا	ه	ت	م	ا	م	ا	و	ي	د
س	ن	د	ر	ا	م	ر	ي	ن	ا	م	س
س	ا	ل	م	ص	ا	ل	ح	م	ح	م	د

حل العدد الماضي

## استراحة

## باحثون يطورون علاج بإمكانه منع تكاثر الخلايا السرطانية



طورَ باحثون أميركيون حبةً يمكن أن تساعد في شل الخلايا السرطانية ومنعها من التكاثر والانتشار، وتعتمد هذه الحبة على تركيبات بروتينية معينة تمنع الخلايا السرطانية في الأورام الصلبة من التكاثر على حساب الأنسجة السليمة.

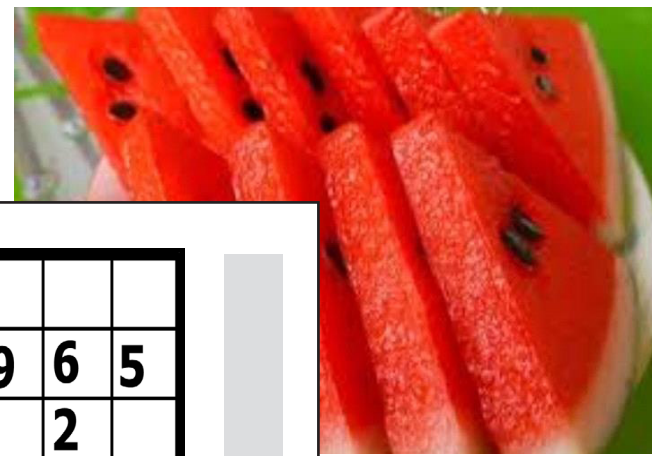
إنها تشبه عاصفة ثلجية تضرب مطارا فتشل حركته، بهذه العبارة وصف الباحثون في مركز city of hope الأميركي المعني بأبحاث وعلاج السرطان الاختراق العلمي الذي حققه الباحثون في مختبر هذا المركز. والحبة المطورة تستهدف الخلايا السرطانية في الأورام الصلبة وتوصف بأنها علاج كيماوي.

نتائج الدراسة التي نشرها موقع المجلة الاكاديمية cell chemical biology تحققت من دواء يسمى AOH 1996 يعمل على استهداف بروتين سرطاني حيوي له قدرة على جعل الخلايا الخبيثة تتكاثر وتنتشر في الأورام الصلبة كالتي توجد في سرطانات الثدي والرئة والدماغ والمبيض.

ووفق الباحثين الأميركيين فإن هذه الحبة الثورية استطاعت بالتجارب المخبرية على نماذج أنسجة الفئران كبح نمو الورم والنسخ السرطانية من الخلايا مما أدى لوقف تكاثر وانتشار السرطان من دون التسبب في آثار جانبية.

التجارب التي دخلت في مراحلها التجريبية الأولى على بعض المرضى، يمكن أن تحقق ثورة طبية في درب علاج السرطان كما أنها ستساهم في تطوير أدوية سرطانية تمنع انتشار المرض، وتقلل بالتالي من مضاعفاته أو تهديده لحياة الإنسان، وربما ستكون هذه الحبة بمثابة الأمل الحقيقي للمرضى في أنحاء العالم .

## أصبحت فاكهة البطيخ الأولى في الصيف



لهذه الأسباب أصبحت فاكهة البطيخ الأولى في الصيف اذ يحتوي البطيخ على 91% من الماء، ما يجعله طعاماً رائعاً لترطيب الجسم خلال الصيف، كما يساعد أيضاً على التخلص من النفايات والسموم. يحتوي البطيخ على مغذيات تحسن أداء العضلات وتحارب سرطان الجلد والبروستاتا وقد وجدت دراسة صغيرة أن تناول البطيخ يوميا يعزز الشعور بالشبع أكثر من تناول وجبة خفيفة من البسكويت قليل الدسم، ويستمر الشبع لمدة تصل إلى 90 دقيقة بعد الاستهلاك.

ووفق "فري ويل هيلث"، يحتوي كوب واحد من مكعبات البطيخ على 64 سعرة حرارية، و9.4 غرام من السكر، و14% من احتياجات الجسم اليومية من فيتامين سي، و5% من احتياجات الجسم من فيتامين أ.

ويمتاز البطيخ بأنه يحتوي على الليكوبين، وهو مادة مضادة للأكسدة أكدت فوائدها في محاربة السرطان، وخاصة أورام الجلد والبروستاتا، والوقاية من أمراض القلب.

ويمكن أن يزيد السيتروولين الموجود في البطيخ من إنتاج أكسيد النيتريك ويقلل من مستويات الأمونيا، ما يحسن تدفق الدم إلى العضلات، ويقلل أوجاعها، ويزيد من القدرة على الأداء في التمارين. وبشكل عام، لا يتسبب البطيخ في ارتفاع كبير في نسبة السكر بالدم، ويساعد على تحسين الهضم.

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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