

## الكلمات المتقاطعة

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

3. مرادف بيتتهسي . اسم وادي في جهنم (معكوسة)

4. مرادف لهب (معكوسة). مرادف حبيب (معكوسة). مرادف أحرق (معكوسة)

5. مرادف خدام (معكوسة). مرادف أكمل

6. قوات حفظ السلام الدولية . نصف كلمة كلمة يرسم

7. مرادف إحمي . نادي كرة قدم إنجليزي

8. قناة فضائية مخصصة للأطفال

9. عدم المعرفة بالشيء . مرادف أتقرفص

10. مرادف ينزل . دولة اوربية

ص	د	ا	ر	ي	ج	ع	د	ن	
ا	ق	ل	س	ب	ل	ن	ن	ن	
ل	ح	ا	ب	ل	ي	د	ز		
ح	س	ر	ه	ش	ب	ر	ا		
ك	ن	د	ه	م	ن	ي	ر		
ا	ا	ا	ا	ا	ا	ا	ا		
م	ل	ف	ف	ا	ح	ل	ا		
ل	ج	ه	ن	م	ح	ي	ن		
ا	ل	ج	ي	ن	د	ع	م		
ا	ل	ج	ا	ح	ظ	م	ر		

حل العدد الماضي

## افقيا

1. محافظة يمنية أنشئت حديثاً

2. مدينة جزائرية . متنتابهان

3. دولة أفريقية. مرادف خوف

4. مرادف مزّن . مرادف مركبة

5. من الحروف الناسخة . مرادف حكاوي

6. مرادف بواسطة (معكوسة) . مرادف أعلم وأرشد

7. منيع . مرادف كأس

8. بتترول (مبعثرة). مرادف يلوث

9. مرادف التقهقر والانكسار (معكوسة)

10. الاسم الاول لوزارة الخارجية الامريكية

## عمودي

1. فنان كويتي

2. مذبةعة يمنية في إذاعة صنعاء

## استراحة

## كتم العطس.. مخاطر أكثر مما تتوقع



يميل كثيرون إلى عدم إطلاق «العطس» إن كانوا في أماكن العمل أو في مواقع مزدحمة، تجنباً للإجراج أحياناً ومحاولة لمنع نشر عدوى البرد أحياناً أخرى، لكن علماء حذروا مؤخراً من «كتم العطسة».

وقال ميشائيل ديبج إنك «إن حاولت كتم عطستك فإن ذلك قد يؤدي إلى خدش بعض الأنسجة الدقيقة في أنفك، أو أن يؤدي لتمزق في الأذن»، وفقاً لوكالة الأنباء الألمانية.

وأوضح طبيب الأنف والأذن والحنجرة الألماني أن «الهواء يخرج بسرعة كبيرة من القناة الأنفية أثناء العطس، وإذا تم سد الأنف لكتم العطس، فإن

الهواء يبحث عن طريق آخر للخروج، على سبيل المثال عن طريق الأذن، وفي هذه الحالة قد يتسبب الضغط في تمزق طبلة الأذن».

كما قد يؤدي كتم العطس إلى انتشار الجراثيم في الجيوب الأنفية أو الأذن الوسطى، مسبباً الإصابة بالتهابات مؤلمة، وربما ينتج عنه أيضاً نزف الأنف أو نزف بياض العين، بحسب الطبيب.

## هل يحمي عدم تناول الحلويات من الإصابة بكورونا؟



قال الدكتور حسام عبدالغفار، المتحدث باسم وزارة الصحة المصرية، إن الادعاء بأن عدم تناول الحلويات يمكن أن يحمي من الإصابة بفيروس كورونا هو ادعاء غير علمي.

وقال عبدالغفار إن المزاعم المرتبطة بشأن تناول الحلويات وعدم الإصابة بفيروس كورونا غير حقيقية. وأوضح أن الإفراط في تناول الحلويات يمكن أن يزيد من احتمالات الإصابة بأمراض مزمنة مثل السمنة والسكري. وهذا مؤداه أنه يمكن أن يزيد من مخاطر الأمراض المرتبطة بالقلب والأوعية الدموية.

وقبل يومين صرح رئيس لجنة مكافحة كورونا في مصر، حسام حسني، بأن جرعات التطعيم السابقة لها فائدة كبيرة للغاية في مواجهة المتحورات الجديدة.

وأشار حسني في تصريحات صحفية، الأربعاء، إلى أهمية تطعيم كبار السن وأصحاب الأمراض المزمنة والأمراض المناعية بلقاح الإنفلونزا كل عام.

ولفت إلى أن هناك تطوراً كبيراً في لقاحات كورونا، لكنه أكد أهمية اللقاحات الحالية التي تقدم حماية فعالة ضد العدوى وتقوي المناعة.

## السودوكو

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

حل العدد الماضي

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