

من هنا وهناك

نعم لعمليات تبييض الأسنان.. بشرط

واللثة، وإن كان هذا الشعور لفترة قصيرة. وفي الحالات الصعبة التي تصيب اليافعين، فإن الأسنان واللثة التي عولجت بمواد تبييض تصبج فائقة الحساسية، ويفضل أخذ استراحة طويلة بين جلسة تبييض وأخرى. وبالرغم من أن معظم أطباء الأسنان يتفقون على أن تبييض الأسنان لا يلحق ضرراً بالأسنان، فإنهم يحثون الأفراد الذين يرغبون في تبييض أسنانهم، سواء على يد متخصصين أو بانفسهم مستخدمين منتجات متوافرة في المتاجر، أن يستشيروا أولاً طبيب أسنانهم، بسبب احتمال وجود أسنان مسوسة أو التهاب في اللثة، مما يتوجب معالجته قبل عملية التبييض.

عملية آمنة ما دام يتقيد الأشخاص بالإرشادات ويستخدمون منتجاتاً تحمل موافقة جمعية طب الأسنان الأمريكية. غير أن القلق يتزايد في هذا الوسط إزاء المطالبة بتبييض الأسنان في سن مبكرة والتداعيات الناتجة عن ذلك. ويقول رئيس الأكاديمية الأمريكية لطب تجميل الأسنان الطبيب ميكي برنشتاين إن استخدام شخص قاصر لهذه المنتجات لتبييض أسنانه قبل اكتمال نموها مسالة «لا معنى لها هنا». ويقول «في هذه الحال عندما يتم تبييض الأسنان وهي في مرحلة النمو، فإن الفرق بين لون سن وآخر سيبدو واضحاً. كما أن هناك تداعيات أقل ضرراً تظال اللثة الحساسة، فمواد التبييض يمكن أن تزعج الأسنان

هناك أشخاص يتمتعون بأسنان ناصعة البياض يأتون الي ويقولون ان أسنانهم صفراء ويرغبون في تبييضها»، وتضيف ان واجبها يجبرها هنا أن تطلع أصحاب الأسنان الفائقة البياض على وجهة نظرها في المسألة. وتشرح الطبيبة أن من الصعب إيصال وجهة نظرها عندما تجد أن بسمة معظم الأشخاص هي وليدة منتج تبييض متوافر بأشكال تجارية عدة، لافتة إلى ان الفرق الرئيسي يبدو أنه يكمن في التكلفة واستشارة متخصص مقابل ما يوافق موازنة الأشخاص وامكانية توافر المنتج ببساطة في المتاجر. وتقول استيبي وغيرها من الخبراء في هذا المجال ان تبييض الأسنان

تعتبر عملية تبييض الأسنان من أكثر العمليات التجميلية المطلوبة في وقتنا الحاضر، بفضل سهولتها من جهة، وللوقت الزمني القصير الذي تستغرقه، بالرغم من كلفتها العالية بعض الشيء. ووفق الكلية الأمريكية لطب تجميل الأسنان فإن عملية تبييض الأسنان أضحت المطلب التجميلي الأول في البلاد، لدرجة أن الحصول على موعد في عيادة طبيب أسنان قد يأخذ شهوراً قبل تحقيقه. وتقول طبيبة الأسنان سوزان استيبي في عيادة «اتلانتا دنثال سبا» في ولاية جورجيا، «الناس أصبحوا مهوسين.. أصبح الوضع أشبه بما يسمى «اضطراب التبييض»، كما الحال مع اضطراب الأكل..

مقاطعة اللحوم لمكافحة الاحتباس الحراري

قال أحد العلماء الدوليين البارزين في مجال التغير المناخي ان على الانسان أن يفكر في تقليل ما يتناوله من اللحوم لمكافحة التغير المناخي.

وتقول أرقام الأمم المتحدة ان إنتاج اللحوم يساهم في ارتفاع درجة حرارة الأرض أكثر من المواصلات.

وقد أعيد تعيين راجندرا باشوري رئيساً لمجموعة الخبراء الحكوميين لمكافحة التغير المناخي، وهي الهيئة التي تجمع المعلومات عن التغير المناخي وتحللها، والتي فازت من قبل بجائزة نوبل.

ويقول باشوري ان منظمة الأغذية والزراعة التابعة للأمم المتحدة تقدر حجم الانبعاثات الناجمة عن إنتاج اللحوم بحوالي ١٨٪ من حجم الانبعاثات الحرارية في العالم، في حين يبلغ حجم الانبعاثات الناجمة عن المواصلات ١٣٪.

وأضاف ان على الناس ان يبدأوا بعدم أكل اللحوم سوى مرة واحدة في الأسبوع، ثم العدول عنها كلياً.

وتابع ان تغيير الغذاء سيكون خطوة مهمة في مكافحة التغير المناخي إذا اتفقوا باكل اللحم يوماً واحداً في الأسبوع، ثم توقفوا تدريجاً عن استهلاكه، مؤكداً ان تناول كميات أقل من اللحوم سيكون مفيداً أيضاً للصحة، وفي نفس الوقت يساهم في مكافحة التغير المناخي.

غير أن متحدثاً باسم اتحاد المزارعين في بريطانيا قالت ان انبعاثات الميثان من المزارع تتراجع.

شنب عمره ٤٠ عاماً وطوله متران

يلفت المزارع التركي صدقي أكشي (٧٥ عاماً) انتباه الجميع بشاربه الذي يصل طوله الي مترين.

وقال أكشي الذي يعيش في قرية تابعة لمحافظة اوردو شمال تركيا لوسائل الاعلام التركية، التي بدأت تبدي اهتماماً به كظاهرة من الظواهر الغريبة، انه لم يخلق شاربه منذ تسريحه من الخدمة العسكرية قبل ٤٠ عاماً، وأنه لن يقص ولو ملليمتراً واحداً منه حتى اللحظة الأخيرة من عمره. وأضاف المزارع، انه حصل على المرتبة الاولى في مسابقة أطول شارب في تركيا عندما كان طول شاربه ١,٣٥ متراً فقط، وأشار أكشي الي انه يولي عناية فائقة بشاربه ويقوم بتمشيطه صباح كل يوم، وصبغه باللون الاسود مرة في الشهر، لكنه يشكو قيام بعض الأطفال بمطاردته واقتلاع شعيرات من شاربه مما يؤثر سلباً على طوله.

وقال المزارع العجوز انه لم يلاق صعوبة في اطلاق شاربه حتى وصل الي هذا الطول بسبب عمله بالزراعة التي لا تشكل عائقاً أمامه، وأنه ما كان يستطيع ان يفعل ذلك لو كان موظفاً حكومياً.

يشبه باراك أوباما واسمه جون ماكين

قال رجل نيويورك انه يملك شيئاً مشتركاً مع المرشحين الرئيسيين للانتخابات الرئاسية الأمريكية الجمهوري جون ماكين والديموقراطي باراك أوباما، إذ إنه يحمل اسم ماكين وشكل أوباما. وإن الموسيقي البالغ من العمر ٤٠ سنة، والذي اتفق ان اسمه جون ماكين، كاسم سيناتور أريزونا، قال ان كثراً يشبهونه بسيناتور ايلينوي.

وقال جون ماكين الأقل شهرة «غالباً ما أسافر الي أوروبا، وعدد من الأشخاص قالوا لي انني أشبه أوباما، وعندما أسأل عن اسمي أجيب دائماً جون ماكين مثل السيناتور».

وفيما أوضح الرجل انه لم يستخدم اسمه وشكله يوماً للحصول على أية امتيازات، الا انه يستفيد من هذا الوضع عند مشاركته هاتفياً بالبرامج الحوارية. وقال: «ما ان أذكر انني من عرق مختلف وان اسمي جون ماكين يسمعون لي بالمشاركة مباشرة».



● الممثلة الأميركية جنيفر انيستون على هامش مشاركتها في مهرجان تورونتو السينمائي الثالث والثلاثين

مفتاح تيري هاتشر للسعادة: الجنس والشوكولاتة

مفتاح السعادة بالنسبة للممثلة الأميركية تيري هاتشر، بطلة مسلسل «ربات بيوت يائسات»، هو «الجنس والشوكولاتة»، الأمر الذي قررت اخباره لابنتها ايمرسون، البالغة من العمر عشر سنوات.

فقد كتبت الأم العزيزة مقالة في مجلة «غلامور» البريطانية، وجهتها الي ابنتها ايمرسون، تقول: «كي تجدي السعادة في الحياة عليك بامرئين أن تعيش حياة جنسية جيدة وأن تأكلي الشوكولاتة». ومن النصائح الأخرى التي ضمنتها هاتشر مقاليتها كانت «لا تستخدمي المراحيض العامة وإذا اضطرت لذلك فلا تنسي أن تنظفي وراءك.. الحياة قصيرة جداً لكي نجهد أنفسنا... سيكون بإمكانك تخطي الصعوبات... الشمس تشرق دائماً... أنت جميلة... أنت جديرة بالحب». ومن النصائح أيضاً «لا تأكلي بعد الساعة مساءً.. ولا ترقصي كالمراهقين... على عكس معتقداتي المتدمرة والمتهككة الا ان هذه الأمور تنفع». ووصفت هاتشر نفسها بانها «امرأة ناجحة في الثالثة والأربعين ولكنها ترتكب الأخطاء وثمة جوانب ضعف في شخصيتها». يشار الي ان هاتشر فائزة بجائزة الغولدن غلوب واشتهرت بدور لويس لين في المغامرات الجديدة لسوبرمان وسوزان ماير في «ربات بيوت يائسات».

شخير النساء خطر

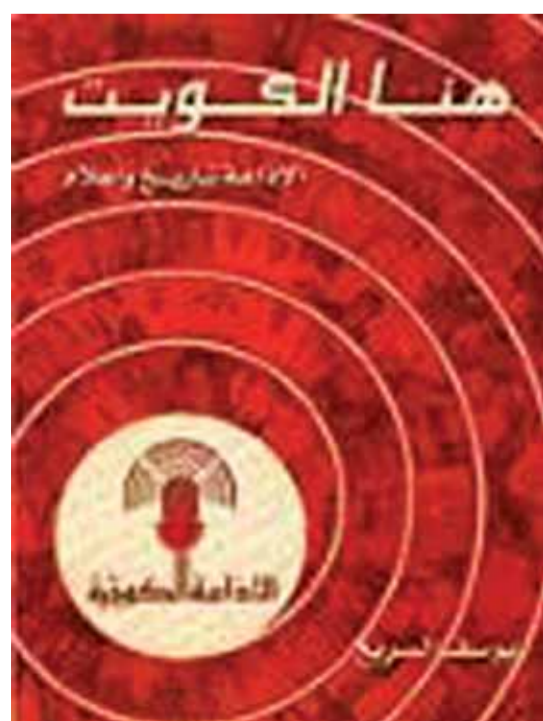
أظهرت دراسة سويدية جديدة ان النساء اللواتي يشخرن يواجهن خطراً على صحتهن، وقد يصبن بأمراض لها علاقة بضغط الدم المرتفع.

وكانت الباحثتان ايغا لينبيرغ ومالين سفنسون من جامعة أيسلاند الطبية قد وجدتا ان النساء اللواتي يشخرن في الليل يستيقظن وهن يشعرون بالتعب.

وأوضحت لينبيرغ «يعتبر الشخير مشكلة مرضية فقط في حال ترافق مع انقطاع للتنفس. فقد أظهرت نتائج دراستنا ان الشخير بحد ذاته قد يؤثر سلباً على الصحة».

وقد راقبت الباحثتان ٤٠٠ امرأة بين عمر العشرين والسبعين سنة، ووجدن ان ٧/١ من النساء اللواتي يشخرن يشعرون بالتعب خلال النهار ويغفون بشكل لا ارادي.

نصف قرن على «هنا الكويت»



● شعار إذاعة الكويت الأولى «هنا الكويت»

«كانت شريكا رئيسيا في تشكيل الوجدان الوطني في مرحلة التحديث والانطلاق، تميزت مراحل عملها بالاحداث والانجازات»، مؤكدا ان هذا الثراء الذي تميزت به مسيرتها شكل دافعا قويا لاصدار الكتاب. وكانه يستيقظ الاحداث وما قد يقال بشأن أهمية الإذاعة، يقول المؤلف يوسف السريع «ان توثيق المواقف والاحداث ودراسة الشخصيات القيادية انما يمثل محورا مهما من محاور التاريخ لأي بلد وهو في النهاية تاريخ للدولة وتسجيل لاحداث عاشت معها تلك الشخصيات وتفاعلت معها».

ويقدم الكتاب نبذة عن اختراع المذياع ولحاحات عن اولي المحطات الاذاعية، والظروف التي رافقت نشأة الإذاعة الكويتية والشخصيات التي عملت على تأسيس اللجنة الاولى والتعريف باقسامها وبرامجها.

والكتاب الذي يتميز بطبعته الفاخرة زاخر بصور الرواد، منهم الشيخ عبدالله المبارك الصباح وهو اول رئيس للإذاعة ما بين عامي

«هنا الكويت» اطلقها الاذاعي مبارك الميال عبر الاثير قبل زهاء نصف قرن، فكانت اعلانا بسريران الموجات القصيرة والبعيدة لاذاعة الكويت، وايدانا بانطلاقها قبل التنظيم الاداري الذي عرفته الدولة مطلع ستينات القرن الماضي.

لكن الكتاب الذي صدر حديثا لمؤلفه يوسف السريع، والذي يحمل عنوان «هنا الكويت»..

الاذاعة تاريخ واعلام»، يشير الى ان الاذاعة الكويتية «الاولى» لم تولد من رحم الاعلام كما قد يتوقع البعض، بل من «قلب الامن العام ويتشجع من قياداته».

ويؤكد الكتاب ان اذاعة الكويت التي تأسست بجهود ذاتية من ابناءها ممن تحلوا بمسؤولية تسييرها في ظل امكانات ضعيفة لم تتحسن الا بعد الاستقلال حيث برز دورها في تلك المرحلة الدقيقة والمهمة من مراحل تحديث المجتمع وتطويره.

ويستمد الكتاب اهميته من ان الاذاعة، كما يقول المؤلف السريع،