خبر پزشکی

پسوریازیس خطر ابتلا به دیابت را افزایش می‌دهد

تحقیقات علمی جدید نشان می‌دهد بیماری پوستی مزمن و شایع پسوریازیس احتمال ابتلا به بیماری دیابت را در افراد افزایش می‌دهد.

به گزارش فارس، تیم محققان آمریکایی دانشگاه کالیفرنیا در جریان تحقیقات خـود به اطلاعات جدید و مهمـی در زمینه بیماری پسـوریازیس و ارتباط آن با بیماری دیابت دسـت یافتند که یکی از خطرناکترین بیماریهای مزمن در سـطح جهان به شمار می‌رود.این تحقیقات نشان داد: احتمال ابتلای بیماران پسوریازیس به بیماری دیابت نسبت به افراد سالم یک برابر افزایش می یابد.

این تحقیقات تاکید کرد: لازم اسـت پزشـکان از این موضوع آگاه باشـند و برای کنترل کامل بیماری سـطح گلوکز خون بیماران را به طور دوره‌ای زیر نظر داشته باشند و مطمئن شوند که بیماران داروهای لازم را زودهنگام با بروز بیماری دریافـت می‌کنند.محققان بعد از تجزیه و ارزیابی ۲۷ مطالعه انجام شـده از بیش از ۳۱۴ هزار نفر و بسـیاری از مطالعات مرکز تحقیقات دیویس وابسته به دانشگاه کالیفرنیا به این نتایج دسـت یافتند.پژوهشگران آمریکایی پیشتر موفق شدند که ژن عامل ابتلا به بیماری پسوریازیس را کشف کنند.

پژوهشـگران گفتنـد: بـروز تغییر یـا جهـش در ژن CARD۱۴ در نتیجه تغییرات محیطی مختلف عامل ابتلا به پسـوریازیس پلاک است.پسوریازیس یکی از شایعترین بیماریهای پوستی است. تصور می‌شود که این بیماری التهابی مزمن غیر عفونی ناشـی از نقص در توارث باشـد که موجب تولیـد بیش از حد کراتین می‌شـود. شروع بیماری در هر سـنی ممکن است رخ دهد ولی بیشتر بین سنین ۱۵ تا ۳۵ سال شیوع دارد.

پسـوریازیس پلاک، پسوریازیس خالدار، پسـوریازیس معکوس، پسوریازیس قطره‌ای، پسـوریازیس پوسـتولر لوکالیـزه، پسـوریازیس ناخن و پسـوریازیس اریترودرمیک از انواع پسوریازیس هستند.

ضایعات این بیماری به صورت لکه‌های قرمز و برجسته پوستی که با پوسته‌های نقره‌ای پوشیده شده‌اند، ظاهر می‌شـود. لکه‌های پوسته دار، ساختمانی از پوست زنده و مرده دارند که خود ناشـی از افزایش زیاد میزان رشـد و انتقال سـلولهای پوستی است.اگر پوسـته‌های روی ضایعه تراشیده شوند، زمینه قرمز تیره با نقاط خونریزی دهنده‌ای ظاهر می‌شود. این لکه‌ها مرطوب نبوده و ممکن است با خارش یا بدون خارش باشند. نواحی خاصی از بدن که به ابتلای این بیماری تمایل دارند شـامل پوست سر، سطوح باز شـونده آرنجها و زانوها، قسمت پائین پشت بدن و ناحیه تناسلی است.از مشخصات پسوریازیس، دو طرفه بودن ضایعات آن است. به طور تقریبی در یک چهارم تا نیمی از بیماران، ناخن‌ها نیز مبتلا می‌شوند.

ابتلای ناخن‌ها موجب گودافتادگی روی آنها، بد رنگی، خرد شدن لبه آزاد آنها و جدا شدن تمام ناخن از بستر آن می‌شود.

وقوع پسـوریازیس بر کف دستها و کف پاها می‌تواند باعث جوش‌های چرکی شود.

علت اصلی چاقی

محققان دانشـگاه کارولینای شـمالی (UNC) به تازگی دریافتند که علت اصلی چاقی، وجود یک نوع میکروب درون روده است

بـه گزارش ایرنا، نوعی از میکروب‌های موجود در روده به بدن کمک می‌کنند تا کالری و چربی بیشتری از غذا جذب کند.این اولین باری است که تاثیر میکروب بر جذب چربی رژیم غذایی در روده و نقش آن بر متابولیسم بدن نشان داده شده است.باکتری موثر در جذب چربی غذا در روده Firmicutes نام دارد.

آزمایش‌های دقیق‌تر نشـان می‌دهد که میزان این باکتری در روده افراد چاق بیشتر است؛ بنابراین بدن آنان چربی بیشتری جذب می‌کند.

با تکیه بر این نکته، محققان موفق به توسـعه روش‌های جدیدی برای کاهش جذب چربی در افراد چاق و بیماری‌های مرتبط با سوخت و ساز شده‌اند.

شناخت بیشتر از مضرات و فواید نوشابه

نوشـابه های گازدار امروزه با مـارک ها و برندهای مختلف در دسترس قرار دارند اما استفاده از آنها می‌تواند باعث بروز مشکلات جدی در بدن شود. همیشه در مورد مضرات این نوشـیدنی گفته شـده اسـت اما این بار به برخی از فواید آن نیز می پردازیم.

به گـزارش باشـگاه خبرنـگاران، نوشـابه یکی از نوشیدنی های بسیار محبوب این روزها است و بسیاری از جوانان شـاید روزانه یک لیوان نوشـابه بنوشند. این درحالی است که بسیاری از پزشکان و متخصصین آن را منع می کنند. در این مطلب نگاهی داریم به مهمترین دلایل مضر بودن نوشابه ها:

مواد تشکیل دهنده:

افدرین: محرکی که روی اعصاب مرکزی بدن تاثیر می‌گذارد که معمولا در داروهای کاهش دهنده ی وزن اسـتفاده می‌شـود، اما اثرات مخربی روی کارکرد قلب دارد.

تورین: آمینو اسید طبیعی که ضربان قلب و کارکرد ماهیچه‌ها را تنظیـم می کند که باز هم در مفید بودن آن برای بدن شک بسیاری وجود دارد.

ویتامین گروه ب: گروهی از ویتامین‌ها که می‌توانند شـکر موجود در نوشابه را به انرژی تبدیل کرده و سبب ساخت ماهیچه شـوند. البته این ویتامین ها مصنوعی بوده و عمل اصلی را انجام نمی دهند.

کراتین: اسـید اورگانیکـی که بـرای تولید انرژی ماهیچه‌ها مفید است. اما پزشکان استفاده از آن را اصلا توصیه نمی کنند.

موارد استفاده:

نوشابه برای تمیز کردن دستشویی

نوشابه که ما از آن به عنوان نوشیدنی خوشمزه یاد میکنیم می تواند به راحتی تمامی جرم های دستشویی و تمام سـطوح سرامیک و چینی را از بین ببرد. اسیدی که داخل این نوشـیدنی وجود دارد به طور کامل همه باکتری ها و کثیفی ها را از بین می برد.

برای استفاده از این ویژگی نوشابه تنها باید آن را در محل مورد نظر بریزید و سپس بعد از یک ساعت آن را بشـویید حتما با صحنه ای روبرو خواهید شد که انتظار دیدن آن را ندارید.

پاک کردن چربی و گریس از روی لباس

یکـی دیگر از موارد اسـتفاده این نوشـیدنی برای تمیز کردن لباس اسـت. بهترین نتیجـه را نیز بر روی لباس‌ها گریسـی خواهید گرفت. تنها کافی اسـت یک بطری نوشـابه را روی لباس خالی کنید و سپس آن را بشویید حتما تمام چربی ها و کثیفی های روغن از بین خواهد رفت.

موارد پزشکی:

نوشابه مسبب فشار خون بالا

فشار خون بالا یک عامل خطرزا برای بیماری قلب و عروق است. خطر حمله قلبی یا سکته مغزی برای کسی که میزان فشار خون او ۱۳/۵ بر ۸/۵ است دو برابر کسی است که فشار خون او ۱۱/۵ بر ۷/۵ است.

بررسی‌های محققان نشان می‌دهد به ازای هر قوطی نوشابه شکردار که در روز مصرف شده باشد، فشار خون به طور منظم بالاتر مـی‌رود. داده های مربوط به بیش از ۲هزار و ۵۰۰ نفر نشـان می‌دهد که نوشیدن بیش از ۳۵۵ میلی لیتر آب میوه شـکردار یا نوشـابه گازدار در روز می‌تواند توازن فشارخون را به هم بزند. دانشمندان معتقدند که شـکر زیاد در خون باعـث به هم خوردن حالـت عادی رگ‌هـا و میزان نمک در بدن می شـود. نوشیدنی های رژیمی که با شیرین کننده‌های مصنوعی شیرین شده باشند، چنین خطری را ندارند.

نوشابه عامل بد هضمی غذا

تقریبا همـه مـواد و ترکیبات موجود در نوشـابه مضر هسـتند و هیچ ماده مفیـدی در آن وجود ندارد. نوشابه‌های بی‌رنگ هم اگر چه فاقد رنگ‌های شیمیایی هسـتند، مضـرات زیادی دارند و مصـرف آن‌ها توصیه نمی‌شود. مصرف نوشابه با هدف هضم غذا و یا به عنوان نوشـیدنی همراه غـذا به هیچ وجه توصیه نمی شـود، دسـتگاه گوارش بدن برای هضم غذا نیازی به نوشـابه ندارد و نباید با هدف تسـریع هضم غذا نوشـابه مصرف کرد.

برخی افراد هم نوشـابه را به عنوان یک نوشـیدنی و برای خنک شـدن بدن مصرف مـی کنند که به این افراد نیز توصیه می‌شود نوشیدنی‌های سالم را جایگزین کنند.

افرادی که با مشکل ترشح زیاد و یا کم اسید معده مواجه هستند باید با مراجعه به پزشک و درمان دارویی این مشکل را حل کنند و مصرف نوشابه نه تنها تاثیری در این زمینه ندارد، بلکه می‌تواند عوارضی هم به همراه داشته باشد.

نوشابه و خطر سکته بالا

مصرف مداوم و منظم نوشـابه، خطر ابتلا به سکته قلبی را تـا ۶۱ درصد افزایش می‌دهد. پژوهشـگران با تحقیق روی بیش از دو هزار و ۵۰۰ نفر، در صدد یافتن پاسـخی برای پرسش مربوط به تاثیر نوشابه بر سلامت انسان پس از ۹ سال بودند.

در نهایت آنان به این نتیجه رسیدند افرادی که به طور منظم نوشابه مصرف می کنند تا ۶۱ درصد بیشتر از دیگران و کسـانی که مصرف به مراتب کمتری دارند، در خطر ابتلا به سکته قرار می‌گیرند.

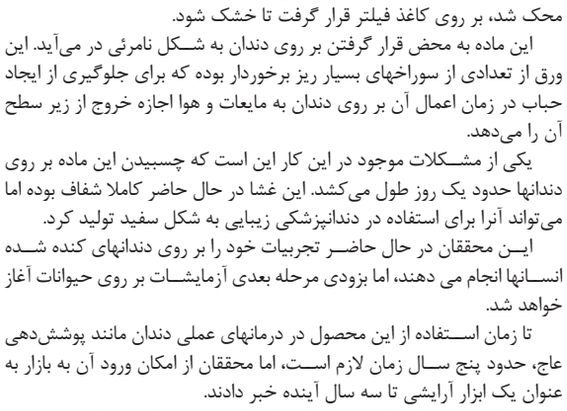
نوشابه عامل پوسیدگی دندان

یکی از مهم‌ترین مسـائلی کـه امروزه با آن مواجه هستیم، استفاده بی‌رویه نوجوانان و جوانان از نوشابه‌های گازدار و تنقـلات حـاوی مواد قندی اسـت که در این سـنین با توجه به افزایش فعالیت های بدنی تمایل به مصرف این مواد نیز افزایش یافته و باعث ایجاد صدمات جبران ناپذیری بر بدن و دندان‌ها می شود.ن

نوشـابه‌های گازدار به دلیل وجود ترکیبات CO_2 و تبدیل آن به اسـید کربنیک باعث عدم جذب کلسیم مواد غذایی و در نتیجه ایجاد مشکلات اسکلتی و پوکی اسـتخوان مـی شـود و از طرفی حل شـدن تدریجی مینای دندان و در نتیجه رنگ گرفتگی سـطحی، ایجاد حساسـیت، پوسیدگی های ریز روی مینای دندان را به دنبال دارد.

خبرها از عالم علم

حساسیت دندان‌ها



دانشمندان ژاپنی موفق به ساخت یک غشای نازک میکروسکوپی شده‌اند که می‌تواند با پوشش دادن دندانها از آنها در برابر پوسیدگی اجتناب کرده و همچنین باعث سفیدتر نشان دادن دندان شود.

به گزارش ایسـنا، این وصله دندانی یک ماده بادوام و بسـیار منعطف بوده که از «هیدروکسـی آپاتیت»، ماده معدنی اصلی مینای دندان ساخته شده و می‌تواند پایانی بر حساسیت دندانها باشد.

بـه ادعـای دانشـمندان دانشـگاه کینکی، این پوشـش اولیـن ورق آپاتیت انعطاف‌پذیـر جهان بوده کـه امید می‌رود در حفاظـت از دندانها یا ترمیم مینای دندان مورد استفاده قرار گیرد.

تا پیش از این یک ورق آپتیت کامل برای دندانپزشکان، رویا محسوب می‌شد اما این محققان اکنون قصد دارند تا یک مینای دندان مصنوعی را تولید کنند.

این ورق غشـائی تنها ۰،۰۰۴ میلیمتر ضخامت داشـته که با شـلیک لیزر بر بلوکهای فشـرده هیدروکسی آپاتیت در خلاء برای ظاهر شدن ذرات ساخته شده است.

این ذرات بر روی یک بلوک از نمک قرار می‌گیرند که برای بلوری کردن آنها پیش از حل شدن در آب، حرارت داده می‌شود.

این غشـا پس از اینکه به اندازه کافی برای بلند کردن آن توسط یک موچین محک شد، بر روی کاغذ فیلتر قرار گرفت تا خشک شود.

این ماده به محض قرار گرفتن بر روی دندان به شـکل نامرئی در می‌آید. این ورق از تعدادی از سوراخهای بسیار ریز برخوردار بوده که برای جلوگیری از ایجاد حباب در زمان اعمال آن بر روی دندان به مایعات و هوا اجازه خروج از زیر سطح آن را می‌دهد.

یکی از مشـکلات موجود در این کار این است که چسبیدن این ماده بر روی دندانها حدود یک روز طول می‌کشد. این غشا در حال حاضر کاملا شفاف بوده اما می‌تواند آنرا برای استفاده در دندانپزشکی زیبایی به شکل سفید تولید کرد.

ایـن محققان در حال حاضـر تجربیات خود را بر روی دندانهای کنده شـده انسـانها انجام می دهند، اما بزودی مرحله بعدی آزمایشـات بر روی حیوانات آغاز خواهد شد.

تا زمان اسـتفاده از این محصول در درمانهای عملی دندان مانند پوشش‌دهی عاج، حدود پنج سـال زمان لازم اسـت، اما محققان از امکان ورود آن به بازار به عنوان یک ابزار آرایشی تا سه سال آینده خبر دادند.

این فناوری که با همکاری محققان دانشـگاه دندانپزشکی اوساکا تولید شده، در حال حاضر در ژاپن و کره جنوبی ثبت اختراع شده و مراحل ثبت آن در آمریکا، اروپا و چین در حال انجام است.

بهترین غذاهای کمکی شیرخواران

قسمت دوم و پایانی

در صـورت حساسـیت کودک به سـیب، اول از موز و سـپس از گلابی اسـتفاده کنید. میوه دیگری را توصیه نمی کنیم. از سبزی جات مانند هویج می توان در تهیه سوپ کودک استفاده کردو به تدریج جعفری، گشنیز و دیگر سـبزی هـا را اضافه کرد. اما اسـفناج تا قبل از یک سـالگی بـه کودک داده نمی‌شـود. بعد از سـبزی، گوشـت و حبوبـات را می توان بـه برنامه غذایی کـودک افـزود. در شـروع، حبوبـات زودهضم مانند عدس و ماش داده شود و حبوبـات دیرهضم ماننـد لپه، نخود و لوبیـا را بعد از یک سـالگی به غذای کودک اضافه کنید.

برای تهیـه حبوبات باید حتماً آن را خیـس کنیـد و آب آن را بگیرید و سـپس بپزید. از میان فرآورده های لبنی اسـتفاده از ماسـت و پنیر پاسـتوریزه مناسب تر است، این مواد لبنی را همراه با غذا به کودک ندهید تا در صورت حساسیت داشتن به این مواد، علت آن مشـخص شـود. زرده تخم مرغ هم باید کاملاً آبپز و از سفیده جدا شود. مادران دقت کنند که سـفیده تخم مرغ را نباید تا قبل از یک سالگی به کودک بدهند، زرده را پس از پخت به اندازه یک نخود با آب جوشـیده یا کره نرم کنیـد و به کودک بدهید. سفیده تخم مرغ حساسیت زاست.

وی افزود:غذایـی را که باعث حساسـیت کودک می‌شـود، حذف کنید و پـس از مدتی دوباره آن را به برنامـه غذایی کودک اضافه کنید تا دسـتگاه گوارش کودک به آن غذا سـازگاری پیدا کند. زرده تخم مرغ را هم از کم شـروع کنید تـا به تدریج به یک زرده در روز برسد.

وی با اشاره به این که دسته عمده ای از موادغذایی را نباید به کودک زیر یک سـال داد، می‌افزاید: عسل، بـه ویژه عسـل غیرپاسـتوریزه، سـفیده تخـم مرغ، شیرپاستوریزه، بادام زمینی، میگو، فلفل و انواع ادویه، ترشی و شوری، نوشابه های صنعتی، خربزه، انواع توت، لیموشـیرین، آلبالو، گیلاس، اسـفناج، چغندر، کلم، نخود و لپه را نباید تا یک سالگی به کودک داد. زمانی کـه کودک بتواند غذا را با دسـت به دهـان ببرد، می توانید موادغذایی از جمله بیسکویت مخصوص کودک، سیب، خیار، سایر میوه ها و ... را به برنامه غذایی وی بیفزایید. اما مراقب باشید تکه ای که جدا می شود وارد حلق کودک نشود. مادران باید پس از زایمان کودک را با شیر خود تغذیه کنند. شیر اول مادر غنی از ترکیبات ضدبیماری زاست و خیلی سریع می تواند کودک را در برابر عوامل بیماری زا مقاوم کند. زیرا کودک از محیط اسـتریل جدا می شود و در برابر همه عوامل بیماری زا قرار می گیرد. نتایج تحقیقات نشـان می دهد، پس از تولد هرچـه زودتر کودک در کنار مـادر قرار بگیرد و تغذیه اش را شـروع کند، موفقیت مادر در شـیردهی بیشتر است. برای مادرانی هم که سزارین می کنند، ۳ تا ۴سـاعت پس از این که مادر به هوش آمد، بلافاصله کـودک را درکنار مادر قرار می‌دهند تا کودک مکیدن را شروع کند. بعضی از مادران تصور می کنند که همان روز اول بچه باید بتواند شـیر زیادی بمکد و اگر چنین نباشد فکر می کنندکه شیر آن ها کافی نیست.

باید دانسـت یکی از عوامل تولید شیرمادر، حالت روحی و روانی وی اسـت. آرامـش روحی و روانی مادر روی تولیـد شـیر او اثرگذار اسـت. بنابراین زمانی که احسـاس می کند کم شیر است، همین احساس باعث کم شـدن شیر وی می شود. بنابراین به هیچ عنوان نباید ایـن تصور در مادر به وجود بیاید. هرچه مادر در محیط شـاد و آرام کودک خود را تغذیه کند مشکل کمتری خواهد داشت.

گاهی مادر دچار افسـردگی پس از زایمان می شـود و این افسـردگی یکی از عوامل کاهش تولید شـیر اسـت. به تغذیـه مادر نیـز باید توجه کـرد. مادر باید از تغذیه خوبی برخوردار باشد، یک برنامه غذایی طبیعی در کیفیت و حجم شیر اثرگذار است. نتایج مطالعات نشان می‌دهد، مادرانی که تغذیه خوبی دارند، اگر در عرض یک هفته کالری رژیم خود را کم کنند، حجم شیرشان کاهش پیدا می کند.

هر بار پس از شیر دادن مادر خودش باید به همان اندازه که شیر می دهد از شیر یا مایعات اسـتفاده کند. به طور طبیعی در ۶ماه اول ماهانه نیم تا یک کیلوگرم از وزن مادر کم می شود. بعضی مواقع مـادر می پندارد که بچه خوب رشـد نمی کند. تصور ذهنی دیگری که بیشـتر مادران دارند این اسـت که بچـه باید به اصطلاح تپل باشـد، این هـم یک تصور اشـتباه اسـت. این تصور در واقع زمانی ایجاد شد که بحث تغذیه با شیر خشک مطرح شد. شرکت های بین المللـی برای بالابردن بازار فروش خود در کشـورهای مختلف ازجمله ایران، در تمام تبلیغات شـان از عکس کودکان تپل استفاده می کردند.

وی تاکیـد کـرد: حتی اگر شـیر مادر کم شـود، نباید از شیر خشک استفاده کرد. مادر باید تلاش کند کودک را با شـیر خودش تغذیه کند و تکرار شیردهی باعث افزایش ترشح شیر می شود. در هنگام شیر دادن نیز بایـد توجه کرد که هاله قهوه ای سـینه کاملاً در دهان کودک قرار گیرد تا فشـار لثه روی آن قسمت‌ها باشد.

وی خاطرنشـان کرد: مادرانی که بـرای اولین بار به بچه شـیر می دهند و با مشکل رو به رو می شوند، می‌تواننـد به مراکز بهداشـتی مراجعـه کنند تا نحوه صحیح شیردهی به آن ها آموزش داده شود.

"ژن عواطف مادری"

دانشـمندان آمریکایـی موفق به شناسـایی ژنی شـده‌اند که مسـئول عواطف مادری یک زن در برابر فرزندان است

به گزارش ایسنا، محققان دانشگاه راکفلر دریافتند که موش‌های مهندسـی شـده برای سرکوب این ژن، وقت کمتری را برای لیسیدن، پرستاری و جمع کردن بچه‌هـای خود در مقایسـه با یک گروه کنترل شـده صرف می‌کنند. این یافته‌ها نشـان می‌دهد که یک ژن می‌تواند مسئول ایجاد انگیزه در مادران برای محافظت، تغذیه و پرورش کودکان آنها باشد.

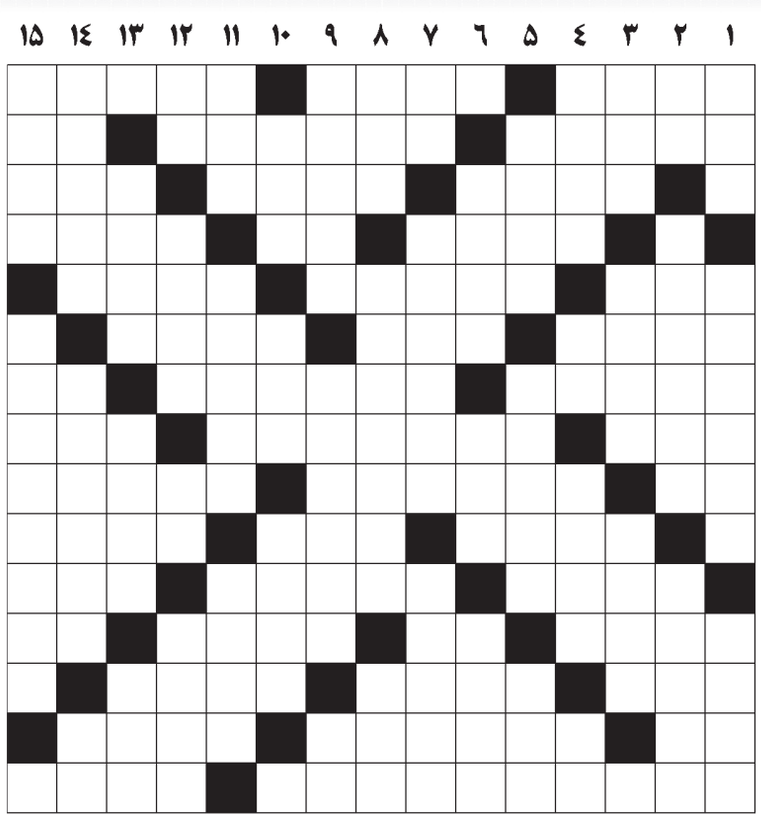
پژوهش‌های قبلی نشـان داده بودند که یک ناحیه خاص مغز موسوم به ناحیه میانی پیش‌بصری به کنترل پرخاشـجویی، پذیرش جنسـی و مراقبـت مادری در موش‌ها می‌پردازد. اما مکانیزم‌های شیمیایی تاثیرگذار بر این رفتارها تاکنون ناشناخته باقی مانده بودند.

اخیرا یک بررسی نشان داده که سلول‌های عصبی به استروژن، هورمون جنسی زنانه واکنش نشان داده و حاوی سطوح بالای گیرنده آلفای استروژن است که با مراقبت مادری و رفتار جنسی ارتباط دارد.

در این پژوهش جدید، دانشمندان به طور مصنوعی سطوح این ماده شیمیایی را در ناحیه میانی پیش‌بصری موش‌های ماده پائین آورده و دریافتند که این موش‌ها زمان کمتـری را برای فرزندان خود اختصاص داده اما سطوح پرخاشگری آنها بدون تغییر باقی می‌ماند.

جدول

شماره ۴۳۰۸



افقی

۱-روان سـاختن - خم کردن - از شـهرهای اسـتان گلسـتان ۲-پرنـده ای که جـز لطمه به کشـاورزی فایده دیگری ندارد - بلندترین قسمت خانه - مفعول بی واسـطه ۳-نشـانه هر کشـور - نزدیکبین - صندلی مـدرن ۴-ظرف بزرگ خمیر - از ویتامینهـا - جامه کهنه و پاره ۵-از محصولات دامی - زیرکی و هوشـیاری - نام مـادر امام زمان (عج) ۶-از عنکبوتان اسـت با زهری کشنده - کار کشاورزی - از گل های بهاری ۷-سراب است- کار سـخت و توان فرسـا - دیگر جا ندارد ۸-قدرت و توان - چشـم تنـگاو را یا قناعت پـر کند و خاک گور - دشـمن گوسـفند ۹-دریای عرب- ره آورد سـفر - عادل اسـت و از نامهای بـاری تعالی ۱۰- جداکننده و برتری‌دهنده - از درختان جنگلی - به راه راست رونده ۱۱-پشته علف- مهر عروس- ناسزا نیست۱۲-خواهش و آرزو - تعجب خانم‌ها - خراب و ویـران - شـهری در آلمان ۱۳-پـدر پدر - زبان آور - ضایـع و تباه ۱۴-تعجـب خانم‌ها - در فیلم ببینید - اصل و نسـب۱۵-از شـعرای معروف قرن هشتم و سراینده موش و گربه - برقرار است

عمودی

۱-حرف شـرط - تمرین و تجربه در کار - گوناگونی ۲-موجود نادیدنی - بلندترین قسـمت خانه - به ندرت پیدا می شود ۳-ماه قمری - بهشت- شبیه و نظیـر ۴-رویین تن یونانـی - می‌دهند تا راحت نشـینند - زن گندمگون - هنوز ادب نشـده ۵-سـایبان درشکه - برای خوشبویی به غذا می زنند - نوعی از درخت صنوبر ۶-پیشـوا - سخن شیوا و خوشـایند - مخترع پیل الکتریکی ۷-ظرف شیشـه‌ای سرکه - حاکم و کارفرما - پرنده‌ای کوچک با پرهای خوش رنگ و گرانبها ۸-از ییلاقات شـمال تهران - از جزایر بزرگ اندونزی - از سـور مبارکه قرآن ۹-برچسـب کالا - کار رادار اسـت- از آحاد وزن ۱۰-مار بزرگ- ریسـمان دلو - نوعی قطع کتاب۱۱-جام ورزشـی - خدعه و نیرنگ- رویاننده ۱۲-گریز از ترس- الماس خالصرین آن است- واحد سطح - سرپرست خانواده ۱۳-امیدوار اسـت- گودی ته دره - پیچش مـو ۱۴-نوعی پارچه نخی - جای ناامن - مفعول بی واسطه ۱۵-پدر عرب زبان - بیخانمانی

حل جدول شماره قبل

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ت	ر	ا	ز	و	■	ب	ه	ش	ت	ا	ش	ی	ا	ن
۲	ک	ا	ن	ا	د	ا	■	ج	ر	ی	ب	■	ل	ب	■
۳	ا	د	■	ب	ا	د	پ	■	ا	ه	ا	د	■	ر	ک
۴	ت	م	ر	■	ع	ب	ا	■	ل	و	د	ک	ی	■	و
۵	ب	ر	ا	ت	■	ی	ر	ن	ا	■	ه	ر	ا	ه	■
۶	■	د	ج	ا	ل	■	ک	و	پ	ه	■	ا	ب	ا	ر
۷	د	■	ع	ر	ا	ق	■	ب	ا	ر	ن	■	■	ب	ش
۸	و	م	ه	■	ت	ر	ا	ن	ز	ی	ت	■	ه	و	ا
۹	ل	ر	■	ت	ن	ا	ه	ی	■	ر	ش	ا	د	■	د
۱۰	ت	ا	ت	ا	■	ر	ک	ا	ب	■	د	ج	ا	ل	■
۱۱	م	ت	ک	ب	ر	■	■	د	ا	ک	ر	■	ی	ا	م
۱۲	ر	■	د	ا	م	ا	د	■	ب	ی	خ	■	ت	م	ر
۱۳	د	ک	■	ن	ی	ر	■	ر	ا	ن	ش	ی	■	ا	ج
۱۴	ا	ت	ا	■	ا	ب	ا	س	■	ه	ا	و	ا	ن	ا
۱۵	ن	م	ک	پ	ر	و	ر	د	ه	■	ن	ا	ب	ی	ن