

أكثر الأخطاء الشائعة في علاج الزنجبيل

وكالات

تحدثت اختصاصية التغذية، أنجيليكا ديوفال عن الطريقة الصحيحة لاستخدام الزنجبيل لعلاج الأمراض، وهو المادة الغذائية التي يلجأ إليها الكثير من الناس خلال فترة الإصابة بنزلات البرد.

وأشارت إلى أنه لا ينبغي تناول الزنجبيل في آن واحد مع تناول بعض الأدوية. وذكرت أن العديد من الناس يبدؤون شرب الشاي مع هذا النبات خلال الفترة الحادة من المرض، حيث يعتقد أنه يحتوي على خصائص مضادة للالتهابات والفيروسات. ومع ذلك يجب أن تعرف أنه مع بعض الأدوية الخافضة للحرارة يمكن أن يؤدي الزنجبيل إلى ضعف تخثر الدم، موضحة أنه لا يمكن دمج الزنجبيل مع خافضات حرارة الأيبوبروفين. وأضافت أيضاً: إن الزنجبيل يعزز تأثير الأدوية والنباتات التي تقلل من مستويات السكر في الدم، قائلة: «لا ينبغي الجمع بين الزنجبيل والأدوية التي تقلل نسبة السكر في الدم... وذلك لأن الزنجبيل يقلل أيضاً من نسبة السكر في الدم، وهذا المؤشر قد ينخفض بشكل كبير».

وتابعت: يجب مناقشة استخدام الزنجبيل على المدى الطويل مع الطبيب لأن بعض الحالات الطبية الأساسية قد تكون أيضاً موانع لاستخدامه كعلاج، وبالطبع إذا قطعت حلقتي أو ثلاث حلقات من الزنجبيل مرة واحدة في الشهر ووضعتها في الشاي فهذه مسألة أخرى، إنها فقط للتذوق. ولكن إذا صنعت شاي الزنجبيل ومرى الزنجبيل وما شابه ذلك واستخدمتها بشكل دائم، فيجب عليك أن تحرص على الاهتمام بجميع الأدوية الموصوفة لك واستشارة طبيبك.

عقرب داخل البروكلي

وكالات

تفاجأت سيدة أسترالية بمفاجأة غير سارة بعد شرائها كيساً من البروكلي كانت تخطط لطهيها. ونقلت وسائل إعلام أستراليا عن كلوي ميتشل، قولها إنها صدمت عندما رأت عقرباً مختبئاً في عبوة البروكلي التي اشترتها من أحد المتاجر. وأوضحت أنها اكتشفت العقرب وهي تفرغ محتويات كيس البروكلي في قدر للطهي. وأضافت: «كان منظره صادماً ومرعباً، الأمر الذي دفعني للصراخ للفت انتباه زوجي الذي سارع للإسك بالملقوك المخيف ذي الثمانية أرجل».

نادين نجيم: برد قارس زمهرير



الوطن

نشرت النجمة اللبنانية نادين نسيم مقطع فيديو من داخل سيارتها وكتبت: «صباح الخير، كيفكم بهالبردا.. بدي نص ساعة بس لحتي ألبس ثيابي ١٠٠٠٠٠٠٠ قطعة فوق بعض، برد قارس زمهري».

تأثير القهوة في عملية الهضم

وكالات

اكتشف الخبراء أن للقهوة تأثيراً محفزاً في عمليات الهضم، واتضح للباحثين أن تناول القهوة باعتدال ٣-٥ فناجين في اليوم، لا يلحق أي ضرر بعملية الهضم، بل على العكس يخفف من خطر نشوء الحصى في كيس المرارة والإصابة بالتهاب البنكرياس وبعض أمراض الكبد. لأنها تحفز إفرازات المعدة والصفراء والبنكرياس الضرورية لهضم الطعام. كما تؤثر في ميكروبيوم الأمعاء وتقلص جدران القولون الضروري لمرور الطعام عبر الجهاز الهضمي.

واتضح أن تناول القهوة باعتدال يحفز عملية الهضم ويزيد من عدد «البكتيريا المفيدة» في الأمعاء، وأن لها تأثيراً وقائياً للكبد بما في ذلك ضد الأورام الخبيثة.

وأظهرت النتائج، أن القهوة تحفز إفراز هرمون الهضم «الجاسترين» وحض الهيدروكلوريك، اللذين يساعدان على هضم الطعام في المعدة. كما تحفز القهوة إفراز هرمون كوليسيستوكينين، الذي يزيد من إنتاج الصفراء ويسهم في عملية الهضم أيضاً.

واتضح أيضاً أن القهوة تحفز حركة القولون بنسبة ٦٠ بالمائة أفضل من الماء، وبنسبة ٢٣ بالمائة أفضل من بدائل القهوة الخالية من الكافيين. أي إن القهوة قادرة على تخفيف الإمساك المزمن.

حملا جثته لاستلام معاشه التقاعدي

وكالات

فتحت الشرطة الإيرلندية تحقيقاً في تقارير حول حمل جثمان متوفى إلى مكتب بريد في محاولة لتحصيل معاشه التقاعدي.

وقالت صحيفة «أيرش تايمز» إن شخصين حملا جثة رجل يبدو أنه في الستينيات من عمره إلى مكتب البريد في بلدة كارلو، وعندما استجوبهما الموظفون، لاذا بالفرار تاركين خلفهما الجثمان.

ولم تعلن الشرطة تفاصيل القضية لكنها قالت إنها تجري تحقيقاً في الظروف الخاصة بـ«وفاة غير مبررة لرجل مسن» في منطقة كارلو.

كما أعلنت الشرطة أنها ستقوم بتشريح الجثة لتحديد سبب الوفاة.

وذكرت الصحيفة أن أحد الرجلين حضر للاستفسار عن تحصيل معاش شخص ما وقيل له إن المستلم يجب أن يكون حاضراً. وذكرت الصحيفة أنه عاد بمساعدة أحد رفاقه ومعه جثة صاحب المعاش.

الشرطة تبحث عن قرود

وكالات

تبحث الشرطة في ولاية بنسلفانيا الأميركية عن ٤ قرود، فرت بعد أن تعرضت شاحنة كانت تحملهم مع نحو ١٠٠ حيوان آخر، لحادث سير. وأوضح الشرطي أندريا بيلانتشيك، أن الشاحنة التي كانت تحمل القرود اصطدمت بشاحنة أخرى في مقاطعة مونتور، الجمعة، موضحاً أن عربة الحيوانات كانت في طريقها إلى مختبر. وقالت وكالة الأخبار المحلية إن ٤ قرود فرت من المكان، واستخدمت السلطات طائرة هليكوبتر في البحث عنها. ولم يعرف نوع القرود التي كانت على متن الشاحنة، لكن الشرطة نشرت صورة أحدها على شجرة. ولم يتضح إذا ما أصيب أي أشخاص أو حيوانات في الحادث.

أبدعت في انتقامها من حبيبها الخائن

وكالات

أبدعت شابة بريطانية في انتقامها من حبيبها الذي اكتشفت ذات ليلة أنه يخونها. فدخلت إلى حسابه في موقع «أمازون» واشترت أفلاماً بقيمة نحو ٧٠٠ دولار، وأمضت ليلاتها تشاهدها وتضحك. كانت الشابة لورين ليلي، والشاب واثان سميت، معاً لأكثر من عامين، وذات يوم دفعها شعور داخلي للاعتقاد أنه يخونها، فقامت بتفتيش هاتفه وتأكدت أنه غير مخلص لها. على إثر ذلك، طردته من المنزل، وتخلصت من كل متعلقاته، ثم عانت لأيام من حزن شديد وبكاء مستمر، لتدرك فجأة أنه ما زال بإمكانها الدخول إلى حسابه الشخصي في موقع «أمازون» للتبضع، كما كانت تعمل ذلك قبل انفصالهما. فقررت الشابة المريضة، البالغة من العمر ٢٩ عاماً، الانتقام من الخائن صديقتها السابق، وذلك من خلال ضربه حيث يؤله، فدخلت على حسابه في «أمازون برايم» واشترت بمبلغ ٥٠٠ جنيه إسترليني (نحو ٧٠٠ دولار أمريكي)، العديد من الأفلام، ثم جلست في السرير تشاهدها وتضحك لشدة انتقامها. وقالت لورين: «إنها طريقة إبداعية للانتقام من شخص ما. لقد استمتعت بفعل ذلك. سأخبر أحفادي عن ذلك بالتأكيد.. اعتقدت أنه صحيح، اشترت العديد من الأفلام التي تحمل عناوين الخداع أو عدم الاحترام.. اشترت «الفشاش»، و«المخادع»، و«غير المستحق»، و«الكذاب». كانت كلها أسماء أفلام بوليوود». وأضافت: «كنت جالسة في الفراش أبكي وأضحك. انتهى بي الأمر بتجميع أفلام بقيمة ٥٠٠ جنيه إسترليني، قبل أن يتنبه لذلك ويحذفني من حق الدخول لحسابه في أمازون».

عارض يدل على الإصابة بـ«أوميكرون»

وكالات

كشفت مفوضة الصحة العامة في مدينة شيكاغو الأميركية أليسون أروادي أن أحد أهم الأعراض الذي قد يكون دليلاً على الإصابة بمتحور «أوميكرون» حتى قبل إجراء الاختبارات الطبية هو التهاب الحلق. وقالت: «لاحظنا بالتأكيد أن التهاب الحلق هو علامة تنبؤ بالإصابة بمتحور أوميكرون». وحثت المرضى الذين يعانون من أعراض الأنفلونزا والزكام على افتراض أنهم أصيبوا بفيروس كورونا، إلى أن يظهر الاختبار الطبي خلاف ذلك. بدوره قال المختص الروسي في مجال المناعة، فلاديمير بوليبيوك، في وقت سابق إن الأعراض المميزة لسلسلة أوميكرون لفيروس كورونا هي التهاب الحلق الشديد واحتقان الأنف والسعال الجاف.

بمشاركة أكثر من ١٠٠ فنان «الرابسودي السوري» في «إكسبو ٢٠٢٠»

الوطن



ضمن فعاليات البرنامج الثقافي في «إكسبو ٢٠٢٠» في دبي، يقيم الجناح السوري عرض «الرابسودي السوري» للموسيقار إياد الريماوي في السابع من شباط المقبل على مسرح الوبويل. ويسلط العرض الضوء على فترات مهمة في تاريخ الموسيقى، ويبدأ برؤية موسيقية جديدة لأقدم تدوين موسيقي عرفه العالم وهو «ترنيمة نيكال» التي تم اكتشافها على لوح طيني يعود لأكثر من ١٤٠٠ عام قبل الميلاد في مدينة أوغاريت السورية، ومنها إلى عصر التراث السريانية، وتقاليد الإنشاد الصوفي، ثم الموسيقى المعاصرة. ويعتبر «الرابسودي السوري» أول عمل موسيقي متخصص للاحتفال بتاريخ الغناء الجماعي في سورية والعالم وبمشاركة أكثر من ١٠٠ فنان.