عينٌ على الوطن...

الوطن

سورية يومية سياسية مستقلة

الثلاثاء ١٩ تموز ٢٠٢٢ | الموافق ٢٠ ذو الحجة ١٤٤٣ هـ | العدد ٣٧٧٣ السنة السادسة عشرة **الناشر** | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع www.alwatan.sy

هل يمكن ابتلاع العلكة؟

وكالات

أوضح الطبيب الروسي سيرغي فيالوف اختصاصي أمراض الجهاز الهضمي والكبد، ما الذي يحصل عند ابتلاع العلكة.

وأشار إلى أن الكبار ينصحون الصغار دائماً بعدم ابتلاع العلكة لأنها لا تهضم وقد تشكل خطورة على الجسم.

ولكن المختص لا يتفق مع هذا التحذير، لأن منتجي العلكة يأخذون هذه المسألة بالحسبان، وقال: «يمكن ابتلاع العلكة، ولكن لا ينصح بذلك، لأنها لم تنتج لهذا الغرض، وإضافة إلى ذلك جميع منتجي العلكة أخذوا خطر ابتلاع العلكة بالحسبان، أي يجب ألا تلحق العلكة أي ضرر بصحة الإنسان في حال ابتلاعها، إذ لا يمكن أن تسد العلكة الأمعاء أو تلتصق بجدرانها.

وأضاف: «معظم أنواع العلكة مواد محايدة وخاملة. وهي مثل مصفوفة تحوي داخلها مواد النكهة ومواد مالئة، وعند مضغها تبقى المصفوفة فقط، التي لا تتفاعل مع أي مادة أخرى، وتمر بهدوء عبر الجهاز الهضمي وتخرج بصورة طبيعية من الجسم».

ونصح الاختصاصي بعدم الإفراط في مضغ العلكة، لأنها قد تسبب بعض الاضطرابات في الجهاز الهضمي، وتابع: «بصورة عامة لا ينصح بمضغ العلكة دائماً، لأنها تحتوي على نسبة عالية من السوربيتول (مادة بديلة للسكر) ومواد أخرى تغذي البكتيريا المعوية، وتؤدي إلى زيادة أعدادها، ما يسبب زيادة في تكون الغازات وانتفاخ البطن وعدم الراحة».

دبان يقتحمان منزلاً

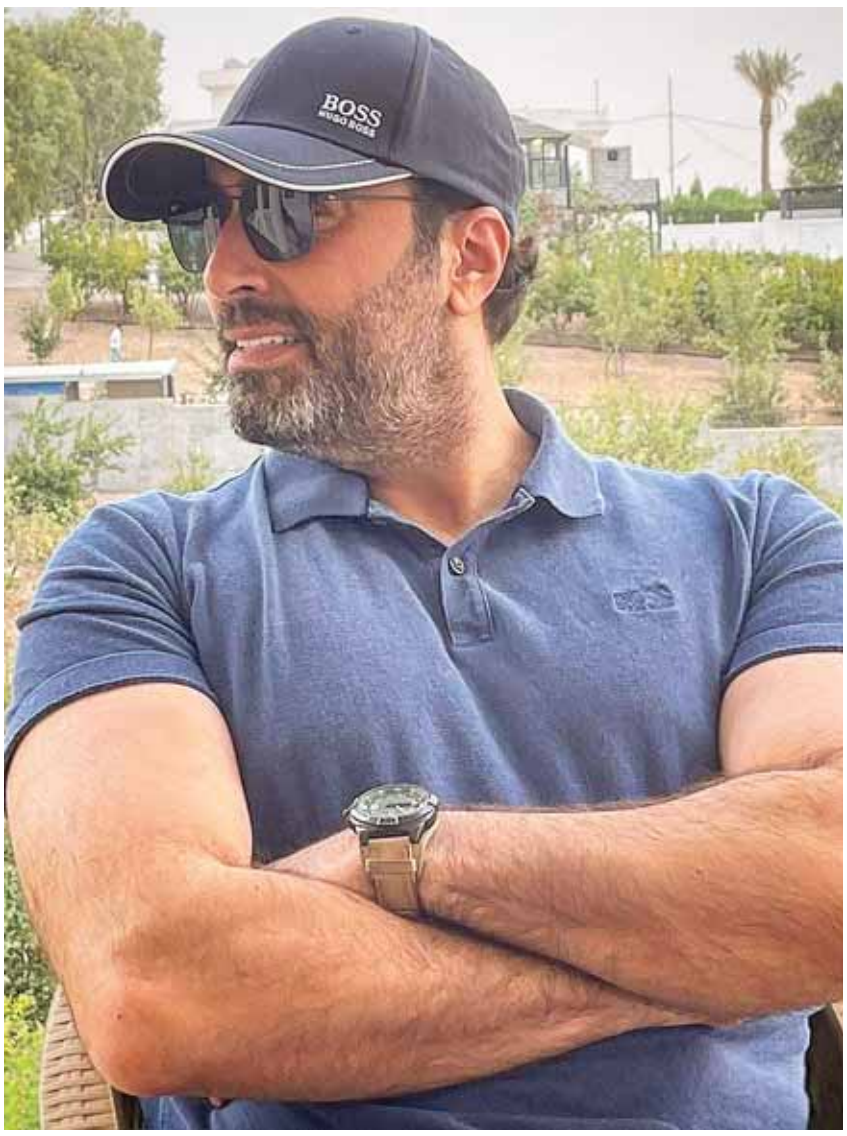
وكالات

في حادثة مثيرة للدهشة، شاركت امرأة من ولاية كاليفورنيا الأميركية مقطع فيديو لدبين اقتحما منزلها وتناولا الكعك على طاولة المطبخ.

وقالت أليس تيلور: إنها سمعت ضجة في مطبخها، ليتبين لها وجود دبين اقتحما منزلها عن طريق النافذة.

وأضافت: إن الحيوانات أكلت علبة الكعك التي تركتها على طاولة المطبخ، وأوضحت صاحبة المنزل أن الحيوانين أصدرا أصواتاً عالية، وغادرا فيما بعد من النافذة نفسها التي دخلا البيت عبرها، مضيفة: إن هذه المرة الثانية التي تدخل فيها الحيوانات لمنزلها.

«التريند» كما يراه باسم ياخور



الوطن

عبّر النجم باسم ياخور عن استيائه من «تريند» التصريحات الفارغة والمهاترات عبر شبكات التواصل الاجتماعي، وغرد عبر «تويتر»: «التريند الممتاز والعظيم، هو تريند العمل الناجح والإنجاز المميز، وليس تريند تصريح بلا قيمة أو افتعال إشكال ومهاترة تسيء للجميع».

من دفتر الوطن

خيال علمي!

عصام داري

يسعفنا الخيال العلمي عادة في إيجاد الحلول لأكثر المشاكل التي تعاني منها مجتمعات العالم الثالث، أو دول الجنوب، لكن المشكلة هنا أننا نعرف أنه مجرد خيال يتبخر في لحظة.

لكن المشكلة الأكبر والأخطر أن الخيال العلمي والسياسي والفني لا تغطي حقيقة مشاكلنا، ولن تنسينا واقعنا، وتخفف الاحتقان الساكن في نفوسنا والذي يؤرقنا على مدار الساعة، بل على مدار الثانية.

فلو عدنا بالتاريخ إلى العام ١٨٩٥ وقرأنا رواية الخيال العلمي«آلة الزمن» للكاتب والأديب البريطاني هربرت جورج ويلز، لتمنينا الصعود إلى تلك الآلة التي تسير بالزمن نحو الخلف، أي إننا قد نعود إلى خمسين أو مئة عام خلت لنعيش أوقاتاً سعيدة أو نستعيد ذكريات تاريخية لم نعرفها وربما زوّرها المؤرخون!

لماذا لا نوجه آلة الزمن نحو المستقبل فنطير إلى العام ٢٣٢٢، أي بعد مئة عام من الآن، ترى ماذا سيحدث بعد هذه المدة من تطورات وأحداث؟

بما أننا نعيش في خيالنا العلمي فلنا أن نتصور بعض ما سيحدث بعد قرن كامل من الآن، وأول ما سنعرفه أننا في عصر حديث جداً يعيش بلا الوقود الأحفوري، أي بلا نفط، فقد نضب هذا الوقود من العالم، وباتت الشمس هي مصدر الطاقة الأول في عالم ما بعد المئة سنة. لكننا نحن هنا سنتمرد على هذا النوع من الطاقة وسنجد أحفادنا ينتظرون الرسالة الذكية لاستلام أسطوانة الغاز كل ستة أشهر أو أكثر، ورسالة البنزين كل شهر ونصف الشهر بمعدل ثلاثة لترات بسعر ٢٥٠ ليرة سورية للتر الواحد.

وماذا عن أزماتنا الأخرى؟ كيف ستصبح بعد مرور قرن من الزمن؟

لنأخذ مسألة التدفئة التي كانت قبل مئة عام تقوم على المازوت والغاز والكهرباء والبطانيات، هذه الأزمة سيتم حلها جذرياً، فحرارة الإيمان ستكون كافية، ومن أراد الزيادة فبإمكانه الحصول على حريرات خاصة يتم توزيعها عبر منافذ مخصصة للكالوريز وفق شروط صحية مدروسة بعناية!

موضوع توزيع الرز والسكر والزيت عبر البطاقة فائقة الذكاء تجاوزه الزمن، لأن الحكومة ستوزع المخصصات للأسر والعائلات على شكل حبوب، تماماً كحبوب الدواء، فيحصل الفرد على ست حبات سكر ومثلها رز وتحميلة سمنة وإبرة زيت قلي بعد الإفطار بنصف ساعة، وهكذا!

أما المواصلات والاتصالات فهي من المشاكل التي كانت مستعصية، لكن العلم الحديث بعد مئة سنة أوجد الحلول، فالمواصلات ستعتمد على الحمير والبغال والجمال والدراجات الهوائية والمشي السريع والبطيء حفاظاً على البيئة والصحة معاً.

وفيما يخص شبكة الإنترنت فقد تم فتح حسابات لجميع المواطنين عبر بوابات حكومية مسؤولة عن إيصال الأفكار والرسائل لأصحاب العلاقة بعد فلترتها والحفاظ على سريتها تقريباً! والتأكد من أنها لا تحتوي على أفكار هدّامة تودي ببعض الناس إلى التهلكة!.

تلاحظون أن صاحب رواية «آلة الزمن» وفر لنا طرقاً عبقرية لحل مشاكلنا بيسر وسهولة وبما يدخل الفرح والسرور والغبطة إلى نفوسنا، لكنكم تلاحظون أيضاً أننا سنفكر بهمومنا كما هي اليوم ولو بعد مئة سنة، لأننا باختصار نظن أن هذه الهموم وتلك المشاكل بمنزلة القضاء والقدر ستلازمنا من الآن وحتى يرث الله الأرض ومن عليها، ومن له رأي آخر فليشرف ويتحفنا به قبل أن أصعد إلى آلة الزمن وأقول لكم: باي.. باي.

كلاب تنهش امرأة حتى الموت

وكالات

لقيت سيدة بريطانية تبلغ من العمر ٤٣ عاماً مصرعها بعد أن نهشتها كلاب كانت تربيها وتعتني بها، بينما أصيب شخص آخر أثناء محاولته تخليصها.

ووقع الحادث في بلدة روثرهام جنوب مقاطة يوركشاير شمالي بريطانيا، حيث هرعت فرق الإنقاذ والشرطة إلى المكان لكنها أخفقت في إنقاذ حياة السيدة، بينما خضع الشخص الآخر للعلاج في المستشفى.

وأكدت الشرطة أنها تلقت بلاغاً بشأن هجوم كلاب على رجل وسيدة، وبعدما انتقلت عناصر الشرطة إلى مكان الهجوم، وجدت امرأة ورجلاً مصابين بجروح خطرة، إلا أن المرأة فارقت الحياة نتيجة الإصابة.

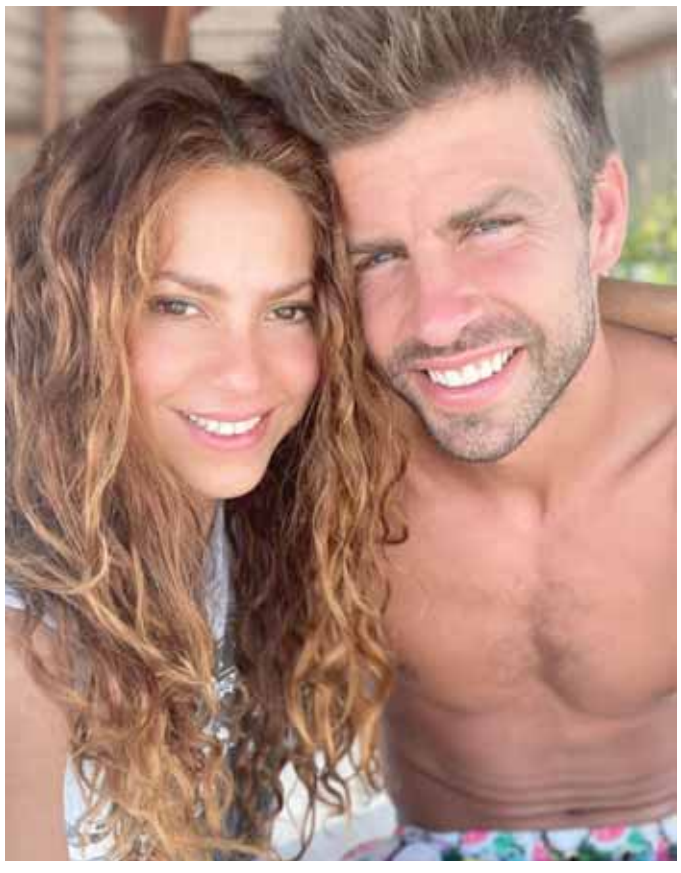
شاكيرا تعرض الملايين على بيكيه

وكالات

يعمل كل من الفنانة العالمية شاكيرا وحبيبها السابق نجم الكرة جيرارد بيكيه على إيجاد حل ملائم للطرفين من أجل حضانة الطفلين ساشا وميلان.

وبحسب بعض المصادر، فإن شاكيرا عرضت على بيكيه ألا يتحمل أي مسؤولية مالية للأطفال، وأن تدفع له خمس مرات شهرياً بطاقات سفر بالدرجة الأولى إلى ميامي ليلتقي بالأطفال، وأن يقضيا معه العطلة الصيفية، وأن تغطي له ٢٠ بالمئة من ديونه، مقابل أن يتنازل لها عن الحضانة بشكل كامل وأن ينتقلا للعيش معها في ميامي.

إلا أن بيكيه رفض الأمر رفضاً قاطعاً مؤكداً أنه لن يسمح بأن ينتقل طفلاه للعيش خارج مدينة برشلونة الإسبانية.



آثار مدهشة لعصير الكريفون

وكالات

تشتهر فاكهة الكريفون بغناها بمضادات الأكسدة وقلة السعرات الحرارية فيها ويشير الأطباء إلى دورها في حرق الدهون، ولكن ما الآثار الجانبية لشرب عصيرها؟.

قالت اختصاصية التغذية لورا ماكديرموت: «يحتوي عصير الكريفون على مركبات الفلافون والفلافونويد، وهي جزء من مجموعة تسمى المغذيات النباتية، المغذيات النباتية مهمة لصحتنا لأنها تحتوي على خصائص مضادة للأكسدة، ما يعني أنها تحمي خلاياك من الأكسدة التي يمكن أن تؤدي إلى المرض».

وحذرت من عدم المبالغة في تناول هذا العصير ذي اللون الجوهري، وأضافت: «كما هو الحال مع أي شيء آخر، نتطلع إلى الحفاظ على عصير الكريفون باعتدال ونريد مجموعة متنوعة من الأطعمة لتوفير المغذيات النباتية لضمان التنوع فيها وكذلك التنوع في الفيتامينات والمعادن».

وقد يرغب الأشخاص الذين يتناولون أدوية معينة في الحد من استهلاكهم لعصير الكريفون، وتقول: «الجانب المظلم من عصير الكريفون هو التفاعلات الدوائية المحتملة، ومن المعروف أن له تفاعلات دوائية مع أكثر من ٨٥ دواء».

ويعتقد الخبراء أن عصير الكريفون يمكن أن يمنع الإنزيم المسؤول عن التمثيل الغذائي للعديد من الأدوية في الأمعاء الدقيقة، إذا كان هذا الإنزيم لا يعمل بشكل صحيح ، فقد يتم امتصاص الدواء بجرعات أكبر ويمكن أن يبقى في الجسم فترة أطول «ينتج عنه المزيد من الأدوية أكثر مما هو مرغوب».

بدورها قالت مختصة التغذية خبيرة اللياقة البدنية ناتالي كوموفا: «الكريفون مملوء بالفيتامينات «أ» و«سي» التي تحمل خصائص مضادة للأكسدة تحارب الالتهاب والأمراض المعدية، ويحتوي أيضاً على معادن، بما في ذلك الزنك والحديد والنحاس، التي تزيد من المناعة وتعزز سلامة الجلد وبالتالي تمنع العدوى».

تفاحة تقضي على الاكتئاب

وكالات

توصلت دراسة بريطانية حديثة إلى أن تناول تفاحة واحدة بشكل يومي يساعد في محاربة الاكتئاب ويحافظ على الصحة العقلية للإنسان.

وحلل باحثون من جامعة آستون في برمنغهام بيانات تشخيص تم جمعها من ٤٣٠ شخصاً لمعرفة كيف أثرت عاداتهم الغذائية في صحتهم العقلية حيث أظهرت أن الأشخاص الذين تناولوا خمس قطع من فاكهة التفاح الموصى بها كل يوم كانوا أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب إضافة إلى أن صحتهم العقلية جيدة.

وبينت الدراسة أن الفوائد الإيجابية للفاكهة يمكن أن يكون مردها إلى أن الناس يتناولونها نيئة وهو ما يجعلها تحتفظ بفوائدها مثل مضادات الأكسدة الحيوية والألياف والمغذيات.