

البابونج لعلاج القلق والتوتر

وكالات

يطالب الأطباء الأشخاص الذين يعانون حالات التوتر والقلق المرضي بالاستعانة بالطبيب المختص ليصف لهم الدواء المناسب والحرص على عدم تناول حبوب المنوم أو حبوب الأعصاب حتى الخفيفة منها لتأثيرها السلبي في الجسم، ويفضلون الاستعانة بها ببعض العلاجات العشبية التي أثبتت العلماء أنها تساعد في علاج القلق، منها البابونج الذي يعرف بتأثيره المهدئ، وهو علاج فعال للقلق، ووجدت دراسة أنه بعد ٨ أسابيع فقط، أدى البابونج إلى انخفاض كبير في أعراض التوتر.

إحالة قاصر إلى المحكمة

وكالات

أعلن محامي الطفلة البالغة من العمر ٤ سنوات التي تعرضت لاعتداء وهتك عرض، داخل مركز ترفيهي شهير في محافظة أسيوط، إن الطفل المتهم في هذه القضية أحيل إلى محكمة عاجلة.

وأضاف محامي الطفلة إن الطفل المتهم، البالغ عمره ١٣ عاماً أنكر جميع التهم المنسوبة إليه، ولكن التحريات أثبتت حدوث واقعة التعدي على الطفلة، مشيراً إلى أن تقرير الطب الشرعي أثبت حدوث واقعة التعدي، طبقاً لرواية الطفلة المجنني عليها. وكانت أسرة الطفلة البالغة من العمر ٤ سنوات قد قدمت بلاغاً يفيد بتعرض ابنتهم للتعدي وهتك العرض في مركز ترفيهي شهير، على يد أحد العاملين في المركز، يبلغ عمره ١٣ عاماً.

زواج ضفدعين من أجل المطر

وكالات

لاستمرار السماء استناداً لأسطورة قديمة، قام سكان مدينة جوراخبور الهندية التي تعاني الجفاف بإجبار ضفدعين على الزواج من بعضهما البعض في مراسم شعبية.

ووفقاً لصحيفة «ديلي ستار» البريطانية، زعم منظم الزفاف أن هذا الأمر اعتقاد تم اختباره على مر الزمن، حيث تقام حفلات زفاف الضفادع لجلب الأمطار.

وقال: «مررتنا بفترة جفاف طويلة، والمزارعون على وجه الخصوص منزعجون من التأخير في بذر الأرز».

ورغم أن المنظم واجه صعوبة في إبقاء الزوجين معاً، خلال الاحتفال، إلا أنه استمر به لنهايته بحضور المئات، كما تلا «الزفاف» وجبة احتفالية كبيرة.

«الكرزون».. جديد ليليا الأطرش



الوطن

وصلت النجمة ليليا الأطرش إلى دمشق قادمة من محل إقامتها في الإمارات العربية المتحدة للمشاركة في بطولة مسلسل «الكرزون» إلى جانب أسامة الروماني ومها المصري وفراس إبراهيم وآخرين. وغابت ليليا عن الموسمين الماضيين بعدما شاركت في موسم ٢٠٢٠ بمسلسل «بيسطة»، قبل أن تعود هذا العام إلى أجواء الدراما.

رقم قياسي غريب في «غينيس»

وكالات

استغل رجل أميركي حالة طبية غريبة لبشرته، ليستعيد مكانته في موسوعة «غينيس» للأرقام القياسية عبر لصق ١٠ علب مشروب على رأسه الحليق باستخدام «شفط الهواء». وحول جيمي كيتون بشرته التي بإمكانها امتصاص الهواء، إلى مصدر لشهرته بل لمعيشته، حيث إن بإمكانه استخدام هذه الخاصية للصق الأشياء على جلده.

وفي عام ٢٠١٦، دخل كيتون موسوعة «غينيس» عندما لصق برأسه ٨ علب مشروب وجعلها تبقى في مكانها مدة ٥ ثوان. لكن رجلاً يابانياً نجح في كسر هذه الرقم عندما ثبت ٩ علب على رأسه عام ٢٠١٩، قبل أن يستعيد كيتون اللقب بـ ١٠ علب.

وعزا كيتون مهارته غير العادية إلى حالة طبية نادرة، وقال: «أعاني حالة جلدية لم تتم تسميتها بعد، حيث تمتص مسام بشرتي الهواء حرفياً».

ومنحته هذه الحالة القدرة على لصق الأشياء بجلده منذ كان طفلاً، لكن كيتون قال: إنه لم يدرك قوة مهارته حتى حلق رأسه لأول مرة، حيث بات بإمكانه تثبيت عدة أشياء عليها.

وقال: «تحولت الآن إلى شركة، أسوق للأخريين وأحضر الأحداث المهمة، يدفعون لي في أي مكان بين ١٠ إلى ٢٠ ألف دولار لإبراز مهاراتي، كل هذا بسبب هذه الحالة».

موجة عملاقة تفسد

«ليلة العمر»

وكالات

حول حفل زفاف في جزر هاواي الأميركية إلى ذكرى سيئة لعروسين، حيث اجتاحت موجة عملاقة الحدث المنتظر الذي أقيم في الهواء الطلق على المحيط الهادئ، وأجبرت الجميع على الفرار بحثاً عن مأوى آمن.

وأظهرت لقطات فيديو اقتحام الموجة للحفل الذي أقيم مؤخراً في قصر على جزيرة في هاواي، لتضرب العروسين والحضور وتفسد «ليلة العمر»، لكن لحسن الحظ لم يصب أحد بأذى.

وقالت العروس: إن المياه اجتاحت نصف ضيوفنا، لكنها أوضحت أنها وزوجها استمتعا بليلة لا تنسى مع الأشخاص الذين يحبونهما.

وقال العريس: إنه رغم ما حدث، فقد حظي مع زوجته ببعض الصور الجيدة وسط الأمواج المتناثرة، مشيراً إلى أن الاحتفال كان جميلاً. في نهاية الليل كنا جميعاً نرقص في الوحل، كان الأمر رائعاً، ما حدث ربما لا يُنسى».

لا تبالفوا في السعادة

وكالات

قال استشاري الأمراض النفسية الدكتور وليد هندي، أن التوازن في المشاعر ضروري للحفاظ على صحة القلب ولتجنب أزمات صحية مفاجئة.

وأضاف: «متلازمة القلب المنكسر تؤدي إلى الوفاة، ما يؤكد أن المبالغة في الفرح والحزن تتسبب في اضطراب الأدرينالين في الجسم واضطراب ضربات القلب، وهذه الأعراض ينتج عنها توقف القلب والوفاة المفاجئة».

وأكد أن متلازمة القلب السعيد ذكورية بشكل كبير، وهي تصيب الرجال أكثر من السيدات، على حين أن متلازمة القلب المنكسر تصيب السيدات أكثر من الرجال. وأشار إلى أن السعادة المبالغ فيها تؤدي في أحيان كثيرة، إلى الوفاة، ومقولة «حموت من كثر الفرح» صحيحة علمياً.

هل النوم مع تشغيل المروحة سيئ؟

وكالات

مع استمرار الموجة الحارة، سيبحث الكثير من الناس عن طرق لتخفيف الانزعاج من خلال الترطيب المناسب أو شراء مروحة لخلق نسيم من صنع الإنسان.

وقد يسمح البعض لهذه المروحة بالاستمرار طوال الليل، وقد سأل موقع «إكسبريس» خبيرة عما إذا كانت هذه فكرة جيدة أم سيئة. وجادلت كريستين لاب، بأنه على الرغم من أن المراوح قد توفر مزيداً من الراحة أثناء النوم، فقد يكون لديها سلبيات.

وقالت: «من المحتمل أن تفجر مروحتك وابلاً من الغبار وجزيئات حبوب التلقيح من جميع أنحاء غرفتك، لذلك إذا كنت تعاني الربو أو الحساسية، فإن الغبار المتطاير حول غرفتك يمكن أن يسوء أو يؤدي إلى ظهور الأعراض».

وأضافت: «إذا كنت تنام وفمك مفتوحاً، فإن النفخ المستمر للهواء يمكن أن يسبب جفاف الفم المزعج. ويميل بعض الناس إلى النوم وأعينهم مفتوحة جزئياً، على حين أن هذا عادة ما يكون له آثار جانبية سلبية قليلة، إلا أن الجفاف المفرط يمكن أن يسبب تهيج العين، خاصة للأشخاص الذين يرتدون العدسات اللاصقة».

وأردفت: «كما يتسبب الهواء الجاف الذي يتم دفعه حول الغرفة أيضاً في التسبب بالاحتقان. ونظراً لأن المراوح تجفف أنفك وفمك وحلقك، فقد يقوم جسمك بتعويض مفرط نتيجة لذلك، ما ينتج عنه مخاط زائد لتلين جسمك. ومع ذلك، فإن الإفراط في إنتاج المخاط يسد فقط الممر الأنفي ويؤدي إلى التهاب الجيوب الأنفية، ما يتسبب في ظهور أعراض مثل صداع الجيوب الأنفية وانسداد الأنف والشخير، كما يمكن للهواء البارد المركز للمروحة مباشرة على جسمك أن يجعلك تستيقظ مع عضلات متيبسة ومؤلمة».

وختمت: «إذا كنت تنام مع مروحة بالقرب من وجهك، على وجه الخصوص، يمكن أن تتصلب رقبتك وتتألم».

ممثلة تتعرض للسرقة في وضح النهار

وكالات



نشرت الممثلة اللبنانية، نيكول طعمة، مقطع فيديو يظهر تعرضها للسرقة من أمام سوبر ماركت. ويظهر في الفيديو الذي وثقته كاميرات المراقبة في المكان، اقتراب أحد الأشخاص منها وهي في سيارتها المتوقفة، ليسحب منها الهاتف ويركض نحو دراجة نارية يقودها شريك له، ويهربان بسرعة. وأوضحت قائلة: «الساعة السادسة والنصف مساء ركنت سيارتي في موقف سوبر ماركت في منطقة النقاش، وقبل أن أتزلج إذا بي أتفاجأ برجل يحمل مسدساً تقدم نحوي ودخل إلى السيارة وسرق حقيبتي وركض مسرعاً، وكان رفيقه ينتظره على دراجة نارية، وفرا معاً». وأردفت: «ركضت خلفه والناس من حولي لم نستطع القيام بأي شيء».

إنقاذ رجل من الدهس

وكالات

نجا رجل هندي من الموت بأعجوبة بعدما علق على السكة الحديدية بينما كان القطار على بعد ثوانٍ فقط من المرور بإحدى المحطات في الهند، لكن رجلين يعملان في وحدة الحماية تمكنا من إنقاذه في لحظة حاسمة.

كان الرجل يحاول أن يصعد من السكة الحديدية إلى الرصيف، فانتبه أفراد من وحدة حماية السكك الحديدية في المحطة إلى الرجل الذي علق على السكة الحديدية، فهرعوا إلى الموقع، ثم أنقذوه بخفة كبيرة، في حين كان القطار قادماً بسرعة.

وأظهر الفيديو مرور القطار على السكة بعد بضع ثوانٍ من إنقاذ الرجل، وهو ما يعني أن التأخر لحظات في تقديم المساعدة كان سينتهي بفاجعة.