

طبيبة تكشف ثلاث طرق للإقلاع عن التدخين

وكالات

كشفت الطبيبة أولغا قاديروفا، العديد من الطرق للإقلاع عن التدخين، مشيرة إلى ثلاث طرق فقط يمكن تصنيفها على أنها الأكثر فاعلية لوقف التدخين.

وأكدت أن التدخين طويل الأمد يؤدي إلى العديد من الأمراض في الجسم التي يمكن أن تظهر حتى لو تعامل الشخص مع الإدمان على التدخين، مثل تصلب الشرايين والأورام وأمراض الرئة. ووفقاً للطبيبة، يمكن تقسيم جميع طرق مكافحة إدمان النيكوتين إلى ثلاث مجموعات: «الإقلاع البسيط عن التدخين، واستبدال النيكوتين، والعلاج النفسي».

وأشارت إلى أن الإقلاع الفوري عن التدخين أكثر ملاءمة لأولئك الأشخاص الذين ليس لديهم اعتماد جسدي على النيكوتين ولديهم قوة إرادة كافية.

ووفقاً لقاديروفا، يتأثر الاعتماد النفسي بشكل فعال باستخدام عوامل منع النيكوتين، مثل لصقات النيكوتين أو علكة النيكوتين والمخدرات. إضافة إلى ذلك، غالباً ما تتم مساعدة السلوك الإدماني من خلال طرق العلاج النفسي المختلفة، بما في ذلك الأدوية.

ودحضت قاديروفا الخرافات التي تقول: إن الإقلاع المفاجئ عن التدخين ضار بالصحة، ونصحت بالاتصال باختصاصي في حالة عدم القدرة على الإقلاع عن التدخين.

هجوم دببة سوداء على مربيها

وكالات

قال مسؤولو الإطفاء والشرطة في كوريا الجنوبية، إنه تم العثور على شخصين ميتين في مدينة أولسان جنوب شرق البلاد، بعد تعرضهما لهجوم على ما يبدو من ٣ دببة سوداء هربت من مزرعة.

وتم العثور على جثتي زوجين في الستينيات من العمر، كانا يديران مزرعة الدببة في أولسان على بعد ٣٠٧ كيلومترات جنوب شرق العاصمة سيئول.

ويعد أن أبلغت ابنة الزوجين الإطفاء بأن والدتها لم يردا على اتصالاتها منذ ساعات، تم إرسال مسؤولي الإطفاء إلى المزرعة. وبعد ذلك تم العثور على اثنين من الدببة الآسيوية السوداء خارج المزرعة وواحد بداخلها، ثم تم إطلاق النار على الدببة في مكان الحادث.

وتشبهت الشرطة في أن الشخصين لقيتا حتفهما بسبب هجوم من الدببة، مستشهدة بجروح عثر عليها في الجثتين.

ديمة قندلفت: يا له من عمل شاق



الوطن

نشرت النجمة ديمة قندلفت صوراً من كواليس تصوير مسلسل «ستيليتو» علقت عليها: «حملت الكاميرا لمدة خمس دقائق، يا له من عمل شاق».

يشار إلى أن قندلفت انتهت مؤخراً من تأدية دور البطولة في مسلسل «العرجي» إلى جانب باسم ياخور وسولوم حداد.

مقتل فتاة بسبب هزيمة البرازيل

وكالات

لقيت فتاة تبلغ من العمر ١٧ عاماً مصرعها إثر إطلاق نار قرب مركز تجاري في بلدية باريتوس بولاية ساو باولو البرازيلية، عقب هزيمة منتخب البرازيل في ربع نهائي كأس العالم لكرة القدم.

واندلج شجار في قاعة تناول الطعام في المركز التجاري، تطور لاحقاً إلى اشتباك جماعي امتد إلى خارج المبنى.

وبعد فترة وجيزة، أطلق العديد من المشاركين في الاشتباك النار من سياراتهم على أشخاص كانوا يقفون قرب المركز التجاري، ما أسفر عن مقتل فتاة متأثرة بإصاباتها بطلق ناري، كما أصيبت صديقتها إصابة خطيرة نقلت على إثرها إلى المستشفى بسبب ثقب في الرئة، بينما فر المسلحون من مكان الحادث وتبحث الشرطة عنهم.

بكتيريا تقتل ٩ أطفال وتترك رجلاً من دون أطراف

وكالات

تعاني المملكة المتحدة من تفشي بكتيريا خطيرة تسببت في وفاة ٩ أطفال حتى الآن.

تداعيات الفيروس لم تتوقف عند الأطفال، لكنها تركت مواطناً بريطانياً في العقد الخامس من عمره يدعى أليكس لويس، مبتور الأطراف، ويقف منتفخ على مستوى الشفتين.

ونقلت الصحيفة البريطانية عن لويس تفاصيل مرضه وإصابته بالبكتيريا بقوله: إن أول ما شعر به هو أن صحته اعتلت قبل نحو ٩ أعوام وظل يتألم على مدار ١٠ أيام.

ثم بدأت حالته تتدهور بشكل مستمر حتى أصبح مقطع الأوصال، يكافح من أجل البقاء حياً في مواجهة بكتيريا اكتشفت في جسده، والتي تعرف باسم «Strep A».

ومن الأعراض التي عانى منها ألم شديد صاحبه تحول بشرته إلى اللون البرتقالي، حيث نقلته سيارة إسعاف إلى المستشفى.

وعندها توقفت أطراف لويس عن تأدية وظائفها، فقدم له الأطباء ما يساعده على القيام بهذه المهام ميكانيكياً.

ومنح الأطباء لويس فرصة نسبتها ٣ بالمائة للبقاء على قيد الحياة.

وهذا النوع من البكتيريا أدى إلى إصابته أيضاً بالتهاب في الحلق وتسبب في الدم، الأمر الذي اضطره للخضوع لعدة عمليات جراحية جذرية، أسفرت عن بتر أطرافه، ثم خضع لعملية إعادة بناء وجهه، بعد أن دمرت العدوى فمه بالكامل.

وعلى الرغم من مرور سنوات على إصابته إلا أن قصة لويس الذي يعول طفلين، ظهرت مجدداً بعد موت عدد من الأطفال بالعدوى ذاتها.

اعتقال طالبة لحيازتها مسدساً

وكالات

ألقت الشرطة في ولاية فلوريدا الأميركية، القبض على طالبة لا يتجاوز عمرها ١٢ عاماً، وذلك بعد أن أحضرت مسدساً محشواً إلى مدرستها.

ووصل عناصر من الشرطة إلى المدرسة بعد تلقي بلاغ عن وجود مسدس مع إحدى الطالبات، وشاهدوا مدير المدرسة وهو يفتش حقيبة الظهر الخاصة بالطالبة، ليستخرج بالفعل مسدساً من طراز «غلوك ٤٨».

وتم اعتقال الطالبة بتهمة حيازة سلاح ناري بشكل غير قانوني في عمر أقل من ١٨ عاماً.

من جانبها، قالت المدرسة إنها تعمل مع سلطات إنفاذ القانون في مثل هذه الحوادث.

نجاة طفل من محمية تعج بالحيوانات المفترسة

وكالات

نجا طفل يبلغ من العمر ٤ سنوات بأعجوبة، بعد أن قضى ٦ أيام ضائعاً في محمية إفريقية للحياة البرية، تعج بالحيوانات المفترسة القاتلة.

وقطع الطفل مسافة تزيد على ١٧ كيلومتراً من منزله في آسا، بالقرب من حافة محمية تسافو إبيست للحياة البرية في كينيا.

وبمساعدة الطيار رون كار هارتلي، الذي يعمل مع برنامج «شلدريك ترست» لإنقاذ الأفيال وإعادة تأهيلها في الحياة البرية، تم العثور على الطفل.

وفي حديث لمجلة «نيوزويك»، قال هارتلي: إن الصبي تاه بعدما انفصل عن إخوته خلال عاصفة، بينما كانوا في طريق عودتهم إلى المنزل من رعي الماشية.

واستخدمت حسب هارتلي طائرة إلى جانب تشكيل فريق بحث ضم ٧٠ شخصاً، عملوا على تمشيط المنطقة التي ضاع فيها الطفل.

واستمرت عمليات البحث لأيام من دون أن يعثر على أي أثر للطفل وفق هارتلي، الذي أشار إلى أن الظروف البيئية في المنطقة كانت سيئة للغاية، ويصعب حتى على الكبار تحملها.

وحسب هارتلي فإنه شاهد من الجو في المنطقة التي ضاع فيها الطفل، حيوانات مفترسة مثل الضباع وابن أوى.

وأضاف: «الجيد في الأمر هو سقوط الأمطار ومسطحات مائية، وهو ما جعلني مطمئناً بعض الشيء بأن الطفل لن يموت عطشاً».

وبعد ٥ ليالٍ من اختفاء الطفل، عثر هارتلي على الصغير بين كتلة من الشجيرات.

ووصف هارتلي لحظة العثور على الطفل قائلاً: «كنت اقتربت وقتها من فقدان الأمل، فبعد قرابة أسبوع من الأمطار، وعدم وجود طعام، وانتشار حيوانات مفترسة، تبدو فرص النجاة ضئيلة أو معدومة».

وأشار إلى أن الطفل يعاني من سوء التغذية، وجسده مغطى بلسعات الحشرات، الأمر الذي استدعى تقديم مساعدة طبية عاجلة له.

جورجينا تعلق على خروج رونالدو

وكالات



علقت جورجينا رودريغز صديقة لاعب كرة القدم كريستيانو رونالدو على خروج منتخب البرتغال أمام المغرب في ربع نهائي كأس العالم.

وقالت لصديقتها: «اليوم صديق ومدرّب قرر بشكل سيء، ذلك الصديق الذي لديه الكثير من كلمات الإعجاب والاحترام.. كما هي الحال عند لعب كرة القدم، رأيت كيف تغير كل شيء، لكن بعد فوات الأوان، لا يمكن الاستهانة بأفضل لاعب في العالم، فهو أقوى سلاح له.. ولا يمكنك أن تشد وجهك لمن لا يستحق ذلك.. الحياة تعلمنا.. اليوم نحن لم نخسر، نحن نتعلم».

طبيب متمم بحرق الأجنة

وكالات

أمرت جهات التحقيق المصرية بالجيزة، بحبس طبيب النساء والولادة المتهم بإدارة مركز للإجهاض برفقة ٥ آخرين، الذين ضبط بحوزتهم ٩٠ ألف جنين، وأقراص مخدرة، ٤ أيام على ذمة التحقيقات.

وكشفت التحريات الأولية أن الطبيب في أثناء القبض عليه كان يجري عملية إجهاض لطالبة، وكانت أسرته تنتظر خروجها من غرفة العمليات، وتم رصد عدد من السيدات برفقة أزواجهن في انتظار دورهن لإجراء عمليات إجهاض.

كما عثر رجال الأمن على برميل بالطابق الثاني لمركز الإجهاض حيث كان الطبيب المتهم يحرق فيه الأجنة، وأيضاً بقايا الأجنة كانت طعاماً للكلاب الضالة أمام مركز الإجهاض، وتم اتخاذ الإجراءات القانونية.