

ماتت بعد شربها ليتري ماء

وكالات

توفيت امرأة ثلاثينية في أميركا بعد أن شربت ما يقرب من لترين من الماء، خلال ٢٠ دقيقة. وفارقت أشلي سمرز الحياة عن عمر ٣٥ عاماً، في أثناء قضائها إجازة مع عائلتها خلال عطلة نهاية الأسبوع. وتناولت ٤ زجاجات من المياه في ٢٠ دقيقة، بعد شعورها بالجفاف الشديد، وهو ما يعادل ٦٤ أوقية أو نصف غالون، وهو المقدار الذي من المفترض أن تشربه خلال يوم كامل. بعد ذلك، شعرت بالدوار واشتكت من الصداع، وبعد عودتها إلى المنزل، فقدت الوعي في مرآبها ولم تستعد وعيها مطلقاً، على الرغم من نقلها إلى المستشفى. وبحسب ما ورد، فقد شخّص الأطباء حالة الفتاة بأنها تعاني من تورم في المخ، وماتت إثر سمية المياه. وتعد سمية المياه حالة ناتجة عن شرب كميات كبيرة من الماء، ويمكن أن تكون قاتلة في أكثر الحالات خطورة.

أحماض «أوميغا ٣» تحافظ على صحة الرئتين

وكالات

أفادت دراسة حديثة أجرتها المعاهد الوطنية الأمريكية للصحة، بأنه من بين فوائد أحماض «أوميغا ٣» الدهنية الموجودة في التوتة والسلمون والسريدن، أنها مفيدة لصحة الرئتين. ووفقاً للدراسة، فإن أحماض «أوميغا ٣» الدهنية لها تأثير إيجابي في الرئتين، حيث أوضحت باتريشيا كاسانو، مؤلفة الدراسة أن الدور الذي يقوم به النظام الغذائي في أمراض الرئة المزمنة كان مجهولاً إلى حد ما. وأضافت: إن هذه الدراسة تضيف إلى الأدلة المتزايدة على أن أحماض «أوميغا ٣» الدهنية التي تعد جزءاً من نظام غذائي صحي، يمكن أن تكون مهمة لصحة الرئتين أيضاً. وأشارت الدراسات السابقة إلى أن أحماض «أوميغا ٣» الدهنية قد تقيد الرئة بسبب تأثيرات ما تحتويه من مضادات للالتهابات، ومع ذلك لم تكن هناك دراسات قوية حول هذه العلاقة حتى الآن. لمعرفة المزيد في هذا الصدد، طوّر الباحثون دراسة من جزأين تبحث في العلاقة بين مستويات الأحماض الدهنية «أوميغا ٣» في الدم وأداء الرئة بمرور الوقت. وأظهرت النتائج أن المستويات الأعلى من أحماض «أوميغا ٣» الدهنية ارتبطت بأداء أفضل للرئتين.

نسرين طافش: الطبيعة وطن



الوطن

نشرت النجمة نسرين طافش صوراً لها خلال زيارتها مدينة اللاذقية، وكتبت: «الطبيعة ليست مكان تزوره، الطبيعة وطن».

طافش تجول في عدة مدن سورية في إجازة قادمة من مقر إقامتها في الإمارات العربية المتحدة حيث زارت أيضاً دمشق والتقت عائلتها في حلب مسقط رأسها.

باعا رضيعهما لشراء «آيفون ١٤»

وكالات

أقدم رجل يدعى جايدف وزوجته سائي غوش من ولاية البنغال الغربية في الهند، على بيع رضيعهما البالغ من العمر ٨ أشهر فقط، من أجل شراء هاتف «آيفون ١٤» الجديد. وتمكنت شرطة الولاية من القبض على الأم، على حين تمكن زوجها من الهرب، وما زالت السلطات تبحث عنه حتى الآن. وفي التفاصيل، أثار الزوجان الشكوك لدى جيرانهما في منطقة «بارغاناس»، بعد التغير المفاجئ في نظام عيشهما، حيث أخذوا يسافران في مدن الهند، ويتباهيان بحصولهما على هاتف جديد، في وقت لم يكتراثا فيه لضياح طفلتهما كما ادعيا. ولدى التحقيق مع الأم، اعترفت أنها أقدمت على ذلك لرغبتها في شراء الإصدار الجديد من سلسلة هواتف «آبل»، وإنشاء حساب على تطبيق «إنستغرام» أثناء قيامهما برحلات استكشافية حول الهند، في محاولة للحصول على عائد مادي مقابل ذلك، كونهما يعانيان ظروفاً صعبة. كذلك، اعترفت أن زوجها كان ينوي بيع طفلتهما البالغة من العمر ٧ سنوات في وقت سابق لسداد بعض الديون التي كانت ستودي به إلى السجن.

مشروبات لا ينصح بتناولها مع اللحوم المشوية

وكالات

أعلنت الدكتورة يكاتيرينا كاشوخ، أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، أنه لا توجد توصيات صارمة بشأن المشروبات المفيدة مع اللحوم المشوية. وأشارت إلى أنه يجب أن تكون حرارة المشروبات مساوية لدرجة حرارة الغرفة أو أعلى. ووفقاً لها، لا ينصح أيضاً بشرب العصائر المعلبة أو الطازجة. وقالت: «وفقاً للقاعدة العامة، كلما كان المشروب أكثر برودة ازداد خطر تشنج قناة الصفراء، أي بناء على ذلك يجب استبعاد المشروبات الباردة مثل المياه الغازية والجمدة وغيرها من قائمة المشروبات المسموح بها، كما لا ينصح بشرب المشروبات الكحولية مع اللحوم المشوية. وأوضحت: «اللحوم المشوية بحد ذاتها ثقيلة الهضم ومع المشروبات الكحولية تتحول إلى كابوس هضمي للجسم». وختتمت: «العصائر غنية بالسكر، واللحم المشوي يحتوي على سرعات حرارية عالية، أي إن الجمع بينهما يزيد من خطر زيادة الوزن، لذلك فإن أفضل خيار هو تناول مشروبات دافئة مثل الشاي الأخضر أو شاي الأعشاب».

دب يثير الهلح بين المسافرين

وكالات

ضجت مواقع التواصل الاجتماعي بفيديو يوثق تأخير دب رحلة تابعة للخطوط الجوية العراقية من دبي إلى بغداد. وأظهر الفيديو محاولة أفراد أمن ومتخصصين تهدئة الدب الذي فر من قفصه خلال وجوده على متن الطائرة وسط حالة من الهلع في صفوف المسافرين. وبيّنت الخطوط الجوية العراقية أن الدب خرج من الصندوق المخصص لنقله عند وصول الطائرة إلى مطار دبي، ما استدعى الطاقم إلى التنسيق مع السلطات الإماراتية، التي أرسلت على الفور فريقاً متخصصاً لتخدير الحيوان ونقله إلى خارج الطائرة.

توفيت بسبب نظامها الغذائي القاسي

وكالات

توفيت مدونة الطعام الروسية زانا سامسونوفا (٣٩ عاماً) بعد اتباعها نظاماً غذائياً قاسياً، أودى بحياتها. وبحسب مقربين منها، اتبعت نظاماً يعتمد على تناول بعض ثمرات الفاكهة وعصيرها ويذور عباء الشمس لمدة ١٠ سنوات، بينما اتبعت بين الحين والآخر نظام الصيام الجاف، الذي امتنعت خلاله عن تناول الطعام والشراب لأيام. وقالت والدتها: إن ابنتها توفيت خلال قضاء عطلة في ماليزيا، بعد إصابتها بعدوى تشبه الكوليرا. وأكدت أن ابنتها خسرت حياتها بسبب ضعف جهازها المناعي إثر الأنظمة الغذائية الفقيرة التي اتبعتها لسنوات. وأضافت الأم: إن ابنتها التي يتابعها على «إنستغرام» أكثر من ١٦ ألف شخص، كانت تجول أرجاء آسيا على مدار الـ١٧ عاماً الماضية، بهدف التعلم والبحث بتقافات الطعام عند الشعوب الأخرى، وتجربة حميات مختلفة من أنحاء العالم. وأكدت الأم أن ابنتها ظهرت بنحافة مفرطة بفيديواتها وصورها الأخيرة على منصات السوشال ميديا، لأنها اتبعت نظاماً غذائياً تضمن فقط تناول البندورة الكرزية والأفوكادو وعصير البطيخ والجزر أحياناً. وأشارت الأم إلى أنها لم تكن راضية عن نظام ابنتها الغذائي، وكانت دائماً تنصحها بالعدول عنه، إلا أن ابنتها كان مصرة على استكمال أسلوب حياتها المعتاد. وأنها الأم حديثها بالتأكيد أن ابنتها امتنعت خلال السنوات الست الماضية عن شرب الماء، حيث استبدلته بالعصائر.

حورية فرغلي: خضعت لـ ٢٧ عملاً جراحياً



وكالات

كشفت الفنانة المصرية حورية فرغلي عن عدد العمليات الجراحية التي خضعت لها على مدار السنوات الماضية، مشيرة إلى أنها خضعت إلى نحو ٢٧ عملية في منطقة الأنف فقط. وقالت: «لم يعد هناك غضاريف في جسدي؛ حيث تم استئصالها جميعاً من أجل وضعها في منطقة الأنف، بما فيها منطقة الصدر، رأيت العذاب وقلت يمكن ربنا زعلان مني في حاجة وأنا مش عارقه إيه هي؛ لأن الألم كان فظيماً». وأردفت: «أنفقت كل أموالي في تلك العمليات، ما يقرب من ١٢ مليون جنيه، وآخر عملية استأصلت بها الورم والرحم كلفت أربعة ملايين دولار».

تمساح يقتل لاعب كرة قدم

وكالات

تمكن تمساح من لاعب كرة القدم خيسوس لوبيز أورتيز المحترف في نادي ديپورتيفو ريو كانا في الدوري الكوستاريكي، بعدما هاجمه وهو يسبح في نهر في سانتا كروز. ويظهر التمساح في فيديو وهو يجرح اللاعب في عرض النهر الواقع شمال غربي كوستاريكا. وقالت الشرطة: «للأسف أغرقه التمساح، ولا نعرف إن كان مات غرقاً أم بسبب عضه التمساح». وكان اللاعب يقوم بتمارين بدنية عندما قرر السباحة، ثم قفز من فوق جسر على نهر كاناس، حسبما قال جيران اللاعب. واضطرت الشرطة إلى إطلاق النار على التمساح وقتله لاستعادة جثة اللاعب البالغ ٢٩ عاماً.