

تحذير من غسل الشعر يومياً

وكالات

حذر البروفيسور غريغوري فلاكس من قسم الأمراض الجلدية والزهرية بجامعة التكنولوجيا الحيوية من غسل الشعر يومياً. ووفقاً له، لا ينصح أيضاً بعدم غسل الشعر لفترة طويلة، لأنه قد يؤدي إلى التهاب الجلد والطفح الجلدي البشري وغير ذلك. وأشار إلى أن وسائل العناية بالشعر مثل الشامبو وغيره المستخدمة في غسل الشعر والعناية به لها تأثير كبير في حالة الشعر. لذلك عند غسل الشعر مثلاً بشامبو غير مناسب يومياً، قد يساعد على إزالة البروتين والدهون وتلف الطبقة الواقية للجلد. كما قد يساعد على نمو الفطريات وظهور القشرة.

وتتابع: يجب قبل اختيار وسائل العناية بالشعر مثل الشامبو وغيره، تحديد نوع الشعر. فعلاً لا ينصح بغسل الشعر الجاف أكثر من مررتين في الأسبوع. أما الشعر الدهني فمن الأفضل غسله ثلاث مرات في الأسبوع وحتى أكثر من ذلك. ومن الأفضل غسل الشعر باستخدام شامبو يحتوي على مكونات ذات خصائص مجففة ومامضة لأنها تساعد على التحكم بالإفرازات الدهنية وتمنع اتساخ الشعر بسرعة.

خضروات تساعد على الوقاية من السرطان

وكالات

أفادت الدكتورة فاليريا كوميساروفا رئيسة قسم برامج الفحص والوقاية من الأورام الخبيثة في مركز الأورام الإقليمي في كراسنويارسك، بأن بعض الخضروات تساعد في الوقاية من السرطان.

وقالت: «يجب أن تكون الخضروات والفواكه جزءاً مهماً من النظام الغذائي اليومي لأنها تساعد في الوقاية من مرض السرطان لاحتوائها على العديد من الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة. وعلاوة على ذلك تساعد الخضروات على تقليل كمية السعرات الحرارية في النظام الغذائي، أي تساعد في الوقاية من السمنة، التي تدرج في قائمة عوامل خطر الإصابة بالسرطان. لذلك ينصح بتناول ما لا يقل عن ٤٠٠ غرام من الخضروات والفواكه غير النشوية يومياً».

وأشارت إلى أن الخضروات المحتوية على نسبة عالية من مضادات الأكسدة التي تفيد في الوقاية من السرطان هي: البروكلي والملفوف والكرنب والجزر والبنجرة والبازنجان والشندرن والفليفلة والخرشوف والسبانخ واليقطين والبصل والفون والخضروات الورقية، ومن الأفضل تناولها طازجة أو تخميرها فترة قصيرة.

ما سر علاقة كاردشيان بنجم ريال مدريد؟



رغم فارق السن بينهما الذي ينطوي على ٢٢ عاماً، أعادت الصحف البريطانية تداول الشائعات حول الحياة العاطفية لنجمة تلفزيون الواقع كيم كاردشيان. إذ قالت صحيفة «ميرور» و«ذا صن» إن كاردشيان البالغة من العمر ٤٣ عاماً لا تخفي إعجابها بنجم ريال مدريد والم منتخب الإنجليزي جود بيلينغهام، رغم ارتباطه بعارضة أزياء هولندية.

وكانت كاردشيان قد اختارت بيلينغهام صاحب الـ ٢١ عاماً سفيراً لإحدى علاماتها التجارية.

نمل حي داخل طرود بريدية

وكالات

عثر موظفو جمارك موسكو على أنابيب اختبار زجاجية تحتوي على الآلاف من النمل الحي في طرود قادمين من تايلاند. وقال ناطق باسم هيئة الجمارك الفيدرالية الروسية إنه تم إرسالهما إلى موسكو. وأوضح: «عند فحص صناديق الألعاب الأطفال والبسكويت، كما جاء في مذكرة ملحقة بالطرود البريديين، وجد المفتشون التمل. وقد تم حفظها في أنابيب اختبار مع محلول مغذي، وفي المجمل تم اكتشاف ١٧١ أنابيب زجاجية تحتوي على أنواع مختلفة من النمل، وبينها نمل الفخ، والنمل الباحث عن الطعام، والنمل الاستوائي، حفار الشحب وغيرها».

طفل يذرف دمًا بدلاً من الدموع

وكالات

تعرض صبي لحالة نادرة جعلته يبكي دموعاً من الدماء، بشكل مفاجئ، وعلى مدى آسأبيع، أصبحت سبب الدم المتسربة من عينيه أكثر كثافة وتواتراً.

وزار الصبي اختصاصي العيون لأول مرة في بنغالور بالهند، بعد أسبوعين من بدء تسرب الدم من عينيه اليمني ومختره الأيمن.

وذكر الأطباء في تقريرهم أن الدموع الدموية كانت غير مؤللة لكنها تتزايد تدريجياً، ولم يكن هناك تاريخ لصدمة حديثة أو نزيف من أي سطح مخاطي آخر أو مرض تنفسى.

ولم تكشف الاختبارات الأولية عن أي تشوهات ملحوظة.

وكان فحص النظر ٢٠ / ٢٠، ونظام تصريف الدموع لديه يتتفق بحرية ولم يكن هناك دليل على نزيف، ولم تكن هناك مشاكل في الجيوب الأنفية، لكن الصبي عاد بعد شهر بتنزيف متزايد من عينيه اليمني.

وقال الأطباء: «طلب من المريض التبول ولوحظ نزيف واضح من العين اليمني. وبعد مزيد من الفحص، تبين أن المراهق لديه أوعية دموية مشوهة تتوافق مع تشوه وعائي».

وعقب إحالته إلى اختصاصي الأشعة العصبية لإجراء المزيد من الاختبارات، تم تشخيص الصبي بـ«تشوه الشريانين الوريديين الملتزم».

وخلص الصبي لعملية سد الأوعية الدموية، وهي عملية يتم فيها ملء أو إغلاق الأوعية الدموية لمنع النزيف أو التمزق.

وتمكن الجراحون من علاج حالته بنجاح، ولم يعان الصبي إلا من ألم خفيف وتورم في جفونه بعد العملية.

وعندما فحصه الأطباء بعد أسبوعين من العملية، لم يعان الصبي من المزيد من نوبات الدموع الدموية.

وأشاروا في تقريرهم إلى أنه ما يزال دون أعراض بعد ستة أشهر من المتابعة.

زين كرزون: لا أبحث عن «الترинд»



وكالات

تطرقت المؤثرة الأردنية زين كرزون لموضوع التعب النفسي والمرض الصحي الذي مرت به خلال فترات من حياتها وقرارها بالعودة إلى قوتها، مؤكدة أنها اليوم بفترة سلام نفسى وشفاء بعد علاج خضع له وأنواعه عديدة تناولتها.

وبسبب انهايتها بإثارة الجدل بشكل دائم، قالت إنها لا تبحث عن «الترинд» وإن تغير ب حياتها بإثارة الجدل بل ترى نفسها مؤثرة كبيرة في النساء.

وعن غياب والدها عن طفولتها أكدت أن والدتها كانت كل شيء بحياتها ولم تنشره بعيابه يوماً.

وعن حياتها الشخصية أكدت أنها لا تعيش أي قصة حب منذ سنتين وغير مرتبطة بل تركز على حياتها العملية. وأشارت إلى أنها لم تندم على علاقتها السابقة وتفضل ألا تشارك على قيد الحياة وقتها، كما شرقيها مع المتابعين.

قتل طليقته وأمها

وكالات

أعلنت وزارة الداخلية السعودية إلقاء شرطة مكة المكرمة القبض على مقيم مصرى اعتدى على زوجته ووالدتها، بسلاح أبيض ما أدى إلى وفاتهما.

ووافقت جريمة القتل في سكن مخصص لأحد مستشفيات مكة المكرمة، حيث قتل رجل مصرى يعمل ممرضًا زوجته المرضة وأمهما من الجنسية المصرية، وبعمل الزوج والزوجة بالمستشفى نفسه.

الزوجان منفصلان منذ أكثر من شهر، ومنذ ذلك الحين حاول الرجل التعدي على طليقته، ففي واقعة سابقة حلقها وطلبت فاقدة وعيها نحو ساعتين قبل أن يتم تقديم الإسعافات اللازمة لها، وبينما أنها على قيد الحياة وقتها، كما تعدد عليها بالضرب مرات عدة.