

ما هي نتيجة تخزين الأدوية في الحمام؟

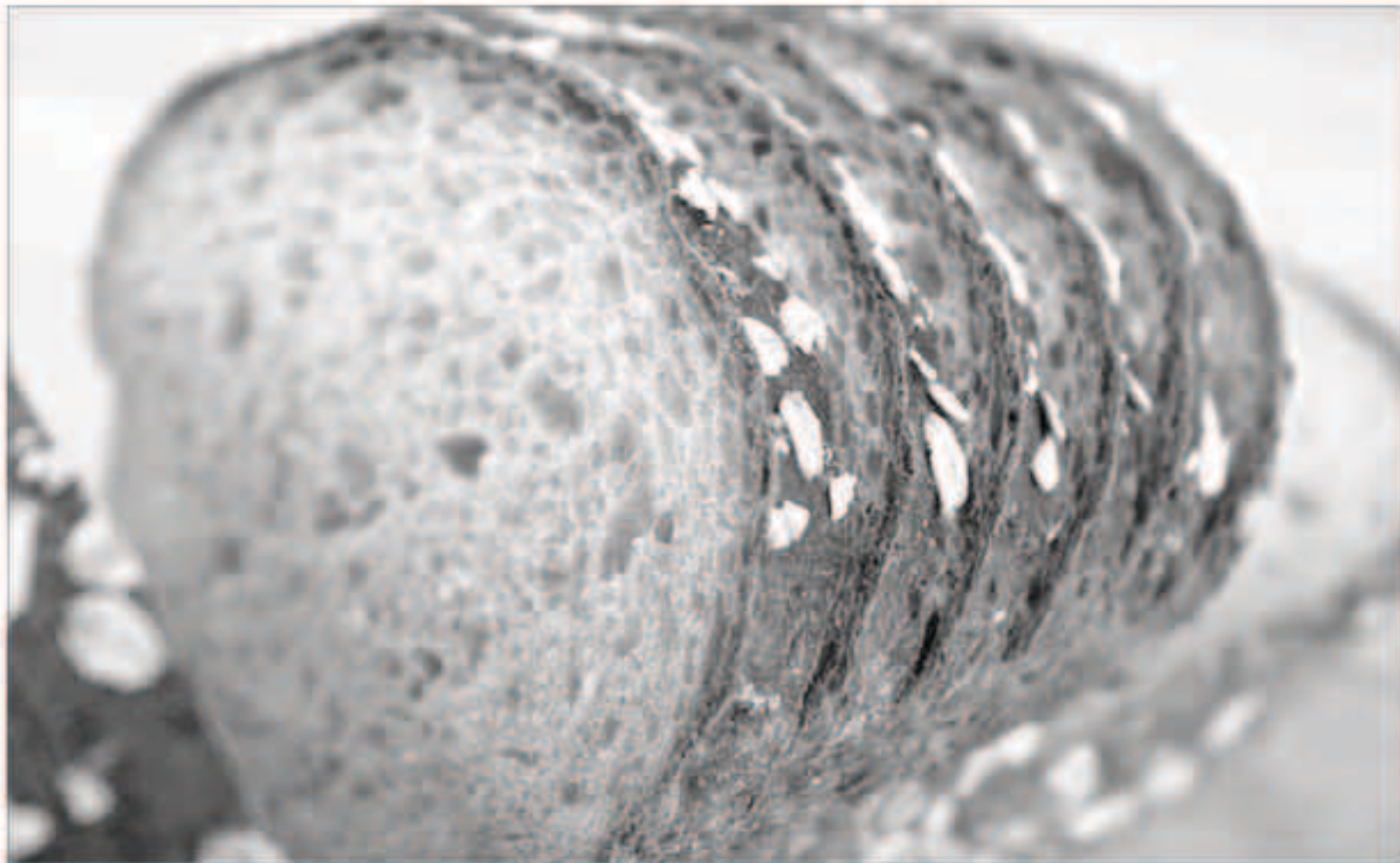


«24»: حذرت مجلة «فرويندين» الألمانية من تخزين الأدوية في الحمام، معللة ذلك بأن الأدوية قد تفقد مفعولها على المدى الطويل بسبب رطوبة الهواء العالية والسخونة. وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن المطبخ أيضاً لا يعد مكاناً مناسباً لتخزين الأدوية بسبب تقلبات درجة الحرارة بفعل الوقد والفرن لأن الأدوية ينبغي دائماً حفظها في درجة حرارة الغرفة، لذا تعد غرفة النوم مكاناً مثالياً لحفظ الأدوية بفضل درجة الحرارة الثابتة في الغالب. وبالطبع هناك أدوية لا تناسبها درجة حرارة الغرفة، كالإبرام، والتي ينبغي حفظها في الثلاجة. وبشكل عام، ينبغي الإطلاع على النشرة المرفقة بالدواء لمعرفة المكان المناسب والطريقة السليمة لتخزينها.

ضعف السمع مع نزلة البرد .. متى يدعو للقلق؟



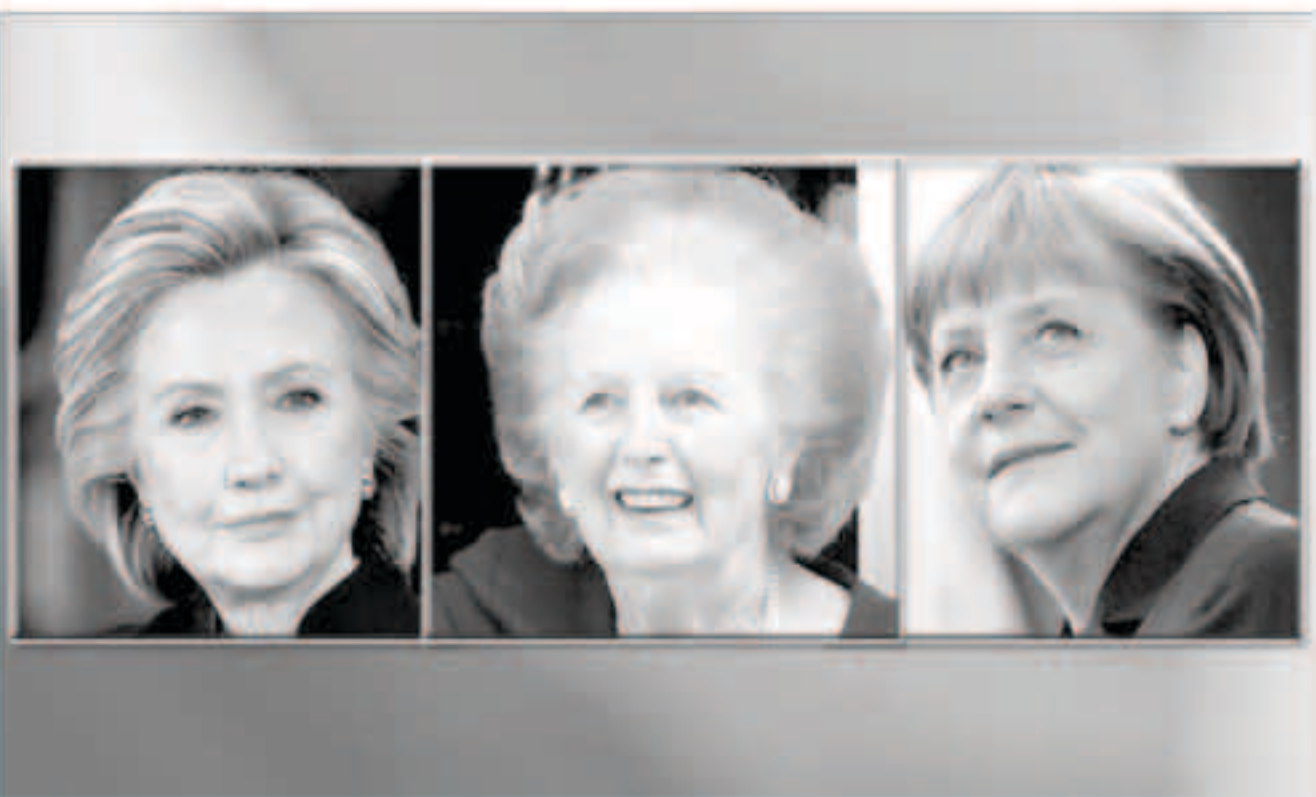
«24»: في بعض الأحيان تكون نزلة البرد مصحوبة بمشاكل السمع .. فما السبب؟ ومتى تدعو للقلق؟ وللإجابة على هذه الأسئلة، قال طبيب الأنف والأذن والحنجرة الألماني ميشائيل ديميج إنه في أقصى الجزء الخلفي من الأنف توجد فتحة مؤدية إلى قناة استاكوبوس «القناة السمعية» والتي تعمل على تهوية الأذن، وفي حال تورم الغشاء المخاطي للأنف بسبب نزلة البرد، لا تتم عملية التهوية في بعض الأحيان، فضلاً عن



الشيكلاتة الداكنة تكافح الإصابة بأمراض القلب

«الأناضول»: أثبتت دراسة إيطالية حديثة أن تناول الشيكلاتة الداكنة الممزوجة بزيت الزيتون البكر يقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. الدراسة أجراها باحثون بجامعة بيزا الإيطالية، وعضوا نتائجها الثلاثاء ضمن فاعليات المؤتمر السنوي للجمعية الأوروبية لطب القلب، الذي يعقد في الفترة من 26 إلى 30 أغسطس/آب الجاري في مدينة برشلونة الإسبانية. وللتأكد من نتائج البحث، قام الفريق بدراسة عشوائية شملت 26 متطوعاً (14 رجلاً و12 امرأة) كانت لديهم عوامل تزيد من إصابتهم بأمراض القلب مثل التدخين وارتفاع نسبة الكوليسترول، ووجود تاريخ مرضي. وأعطى الباحثون المشاركين 40 جراماً من الشيكلاتة الداكنة التي تحتوي على زيت الزيتون البكر يومياً لمدة 28 يومياً. وتم جمع عينات الدم والبول وتحليلها لمعرفة وتقييم تطور تصلب الشرايين وقياسات ضغط الدم مع رصد حالة التدخين ومؤشر كتلة الجسم للمشاركين. وجد الباحثون أن الشيكلاتة الداكنة الممزوجة

دراسة : شكل وجه المرأة يحدد مستقبلها



على 213 شخصاً، لدراسة عن الارتباط وثيق بين تطور الدماغ الإنشوي خلال مرحلة النمو، وبين المستويات العالية من الهرمونات. وأفاد أن أنجيلا ميركل تعتبر مثالا جيدا، مؤكداً أنها امرأة تتطابق عليها معايير مارجريت تاتشر، أقوى شخصية نسائية عملت في المجال السياسي في تاريخ بريطانيا، وكانت تتميز بوجه واسع،

«العربية»: في دراسة حديثة ليست بعيدة عن «الفيزيومي» أو ما يعرف بعلم القراسة، أكد باحثون أن شكل وجه المرأة يحدد صفاتها وخصالها، وخصائصها وبالتالي مستقبلها، أو ربما «رتبة مركزها» في العمل.

واكتشف العلماء مؤخراً على ما يبدو، بحسب صحيفة الديلي ميل، أن شكل وجه الأنثى، يعتبر مؤشراً على ميلها للهيمنة، ويسد نفوذها.

وتبين أن النساء اللواتي يملكن وجوها عريضة، لديهن رغبة أكبر للمسئلة والهيمنة، وبالتالي يمكنهن أن يحتلن مراكز قيادية، كما أشارت الأبحاث أنجيلا ميركل، ومرشحة الرئاسة الأميركية هيلاري كلينتون، ورئيسة الوزراء البريطانية مارجريت تاتشر.

الدراسة المذكورة قام بها علماء نفس في جامعة «فريدريك الكسندر» في بافاريا الألمانية، وتوصلوا إلى أن النشاط الهرموني المكثف في الدماغ والجسم يساعد على تشكيل عظام الوجه، وتطور المناطق الدماغية المسؤولة عن تحديد «الدوافع والسلوك».

صفات أكثر ذكورية كما قاموا بقياس عرض الوجه وارتفاعه، وحسبوا

باحثون : الكربوهيدرات أخطر من الدهون

«سكاي نيوز»: خلصت دراسة جديدة إلى أن الكربوهيدرات لا الدهون تشكل الخطر الأكبر على الصحة وتزيد من احتمال الوفاة المبكرة. ونكسر الدراسة التي أجريت في 18 بلدا وشملت 135 ألف شخص، اعتقادا سائدا في عالم التغذية بأن الدهون هي الخطر الأكبر على الصحة، وفق ما أفادت شبكة «سي بي إس» الأمريكية الثلاثاء.

وأشارت الدراسة إلى أن الإكثار من الكربوهيدرات وخصوصا المكررة والمصنعة منها يزيد من خطر الوفاة المبكرة، في حين أن تناول الخضروات والفواكه والبقوليات تقلص من حجم هذا الخطر.

وأوضحت أن الذين يتناولون نسبة كبيرة من الكربوهيدرات بمعدل 77 في المئة من طعامهم اليومي - سيكوون معرضين بنسبة أقل بـ 32 في المئة لخطر الوفاة المبكرة وأقل بـ 18 في المئة من خطر السمنة الدماغية، مقارنة بأولئك الذين يأكلون نسبة أقل من الدهون.

ولاحظ الباحثون أن تناول الدهون بنسبة قليلة جداً، أي في حدود 3 في المئة يومياً يرتبط بازدياد خطر الموت المبكر، مقارنة بأولئك الذين يتناولون نسبة تصل إلى 13 في المئة.

