

جراحون في فرنسا يعيدون وصل ذراعي امرأة قطعنا في حادث قطار



بعد ساعة و50 دقيقة من الحادث الذي قطع فيه ذراع المرأة البالغة من العمر 30 عاما عند محطة تشامبيري على بعد 60 كيلومترا. وقال المستشفى في بيان على موقعه الإلكتروني "سمحت السرعة التي تصرفت بها أجهزة الطوارئ ومهارة الفريق الطبي بإعادة وصل الذراعين وانتاحت للفريضة أفضل فرصة ممكنة للتعافي لأن التأخير لفترة طويلة من شأنه أن يسبب ضررا لا يمكن إصلاحه".

«رويتز»: تمكن فريق جراحي من إعادة تركيب ذراعي امرأة بعدما قطعها في حادث قطار وهي عملة ثابرة والأولى من نوعها في فرنسا التي يتم فيها العمل على الطرفين في نفس الوقت. وأجريت العملية التي استمرت أربع ساعات على يد فريقين من الجراحين في مستشفى سنتر أوسينثالييه أونيفرسيي جرينويل الب جنوب شرق البلاد. وبدأت الجراحة مساء يوم 14 من أغسطس

5 وصايا لشراء الأطعمة المعلبة



يجد الكثيرون صعوبة في الحصول على ما يكفي من الألياف في نظامهم الغذائي، وكمزيج. ينصح بالإكثار من الحبوب الكاملة والفواكه والخضروات. -5 عدد ونوعية المكونات قاعدة عامة، كلما كان عدد المكونات أقل، كانت الأطعمة صحية أكثر. لأن هذه المكونات أكثر احتمالا لأن تكون طبيعية، ويجب تجنب المواد الكيميائية قدر الإمكان عند شراء الأغذية.

إلى الدهون المشبعة العابرة التي ترفع نسبة الكوليسترول الضار. -3 السكر توصي جمعية القلب الأمريكية، بأن لا تزيد كمية السكر المضافة إلى الأطعمة التي يتم استهلاكها بشكل يومي عن 6 ملاعق صغيرة في اليوم. ويوصي المختصون بالبحث عن الأطعمة، التي تتراوح كمية السكر فيها بين 0 و10 غرام للوجبة الواحدة. -14 الألياف

مجموعة من النصائح لقراءة النشرات المرفقة للأطعمة بالشكل الصحيح: -1 حجم الوجبة وفقا لإدارة العقاقير والإغذية الأمريكية، يجب أن تضم النشرة المرفقة للمأكولات حجم الوجبة التي يجب تناولها. -2 الدهون هو للكون الأساسي الذي يجب الانتباه إليه عند شراء الأطعمة، وهناك دهون جيدة وأخرى سيئة، والأخيرة تشير

«24»: تلزم القوانين الصحية والغذائية في معظم الدول شركات إنتاج الأطعمة والمأكولات المعلبة، بوضع نشرة مرفقة لكل من هذه المنتجات، تضم نسبة المكونات الداخلية فيها. ومن الضروري قراءة النشرة المرفقة لكل منتج غذائي قبل شرائه، والإطلاع على المعلومات الواردة فيها. ويقدم موقع أوديتي سنترال

طلاب مصريون ينتجون وقوداً من إطارات السيارات المستعملة



الكربون أو الفحم الأسود". وأضاف "بدلاً من أن تلوث البيئة ونعمل لها إعادة تدوير بطريقة غير صحيحة نحن هنا نعمل لها تدوير بإعادة صحية وصحية وسليمة للبيئة". ورفعت مصر أسعار الوقود بما يصل إلى 50 في المئة في يونيو حزيرانلبية أحد شروط اتفاق توصلت إليه مع صندوق النقد الدولي العام الماضي وتحصل بموجبيه على قرض قيمته 12 مليار دولار.

«رويتز»: صنع مجموعة من الطلاب المصريين آلة يقولون إن يوسعها إنتاج وقود من إطارات المركبات المستعملة. وتقوم الآلة بتسخين الإطارات حتى وصولها لمرحلة التبخر. وبعد ذلك يتم إدخال البخار في مكثف. وقال طالب بدعي مصطفى سعيد على، وهو واحد من 12 طالباً عملوا على تصنيع الآلة في إطار مشروع تخرج من كلية الهندسة إن المنتج "أقرب ما يكون للديزل ويتبقى داخل القرن

على عكس ما نعتقد.. ما يخرج من اللحم عند طهيهِ ليس دماً

«العربية»: على الرغم من العلوم التي يكتسبها الإنسان، سواء في المدرسة أو الجامعة أو عبر قراءاته المختلفة، فإن بعض المعتقدات السائدة والمداولة في المجتمع تبقى راسخة في ذهنه على الرغم من خطئها أو عدم دقتها. ومن بين تلك المعتقدات الشائعة، غير الدقيقة، اعتقاد العديد من الناس أن ما يخرج من اللحم عند طهيهِ أو تقطيعه دم. إلا أنه في الحقيقة مجرد «ماء» يحتوي على بروتين الميوجلوبين، وهو البروتين الذي يثبت الأوكسيجن والحديد في العضلات، بحسب ما افاد موقع BELIEVEINSCIENCE. ويعتبر بروتين الميوجلوبين هذا هو الذي يزود عضلات الحيوان بهـ الأوكسيجن». ويصبح لون هذا السائل أحمر عند تقطيع اللحم وتعرضه للهواء ثم يصبح داكناً أكثر لدى تسخين اللحم. وبالتالي على كل شخص قد يشعر بالتردد عند طهيهِ أو تناوله لشريحة من اللحمه فيها تلك العصارة، أن يدرك أنها لا تحتوي على دماء، بل قد تم طهيها على درجة حرارة منخفضة، ما دفع بالسائل الأحمر هذا إلى الظهور. وعلى المقطب الآخر، أيضاً يجب أن نعي أن لون اللحوم البني لا يعني أنها غير سليمة ولم تعد صالحة للأكل، إذ لدى تعرض اللحوم للحرارة، لتأكسد جزيئات الميوجلوبين بطريقة طبيعية ويتحول حينها لون هذه اللحوم من الأحمر إلى البني.



الكافيين يسبب زيادة الوزن!



من الكافيين، بينما وزعت على المجموعة الثانية قهوة من دون كافيين تحتوي على مادة مضافة مشروب الفريق الأول، ونعت إضاف السكر للقهوة لدى الفريقين. وبعد إجراء الاختبارات الحسية، كشفت النتائج أن المشاركين الذين حصلوا على الكافيين في القهوة قلت لديهم القدرة على تذوق الأطعمة السكرية. ويعتقد الباحثون أن قدرة الكافيين على الحد من مستقبلات الذوق، يمكن أن تسبب زيادة الرغبة لدى الأشخاص في تناول المزيد من الأطعمة ذات النكهات الحلوة. ووجدت الدراسة أن بعض الأشخاص يعانون من انخفاض القدرة على الكشف عن تلك النكهات، وعند انخفاض قدرة الشخص على تذوق السكريات فإنه يضاعف كمية السكر في وجباته، وبذلك فإن انخفاض حاسة الذوق ترتبط ارتباطاً وثيقاً بزيادة الوزن.

«روسيا اليوم»: أشار بحث جديد إلى أن الأشخاص الذين يكافحون من أجل إنقاص وزنهم قد يستفيدون من التخلي عن شرب القهوة، حيث وجدت الدراسة أن الكافيين يعزز الرغبة في تناول الحلويات. ويعتقد الباحثون أن قدرة الكافيين على تعزيز البقلة يقلل من الإدراك الحسي للمذاق الحلو، ما قد يرفع الرغبة في تناول المزيد من الحلويات. وقال المؤلف الرئيسي البروفسور، روبن دانو، من جامعة كورنيل: «عند شرب القهوة التي تحتوي على الكافيين فإنه سيتم تغيير الطريقة التي يدرك بها الشخص مذاق الطعام، فإذا قمتم بشرب القهوة أو غيرها من المشروبات التي تحتوي على الكافيين قبل تناول الطعام مباشرة فإنك ستذوق الأكل بشكل مختلف على الأغلب». وقام الباحثون بتحليل بيانات 107 متطوعين، وتم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين، حيث تناول أفراد المجموعة الأولى قهوة تحتوي على 200 ملغ