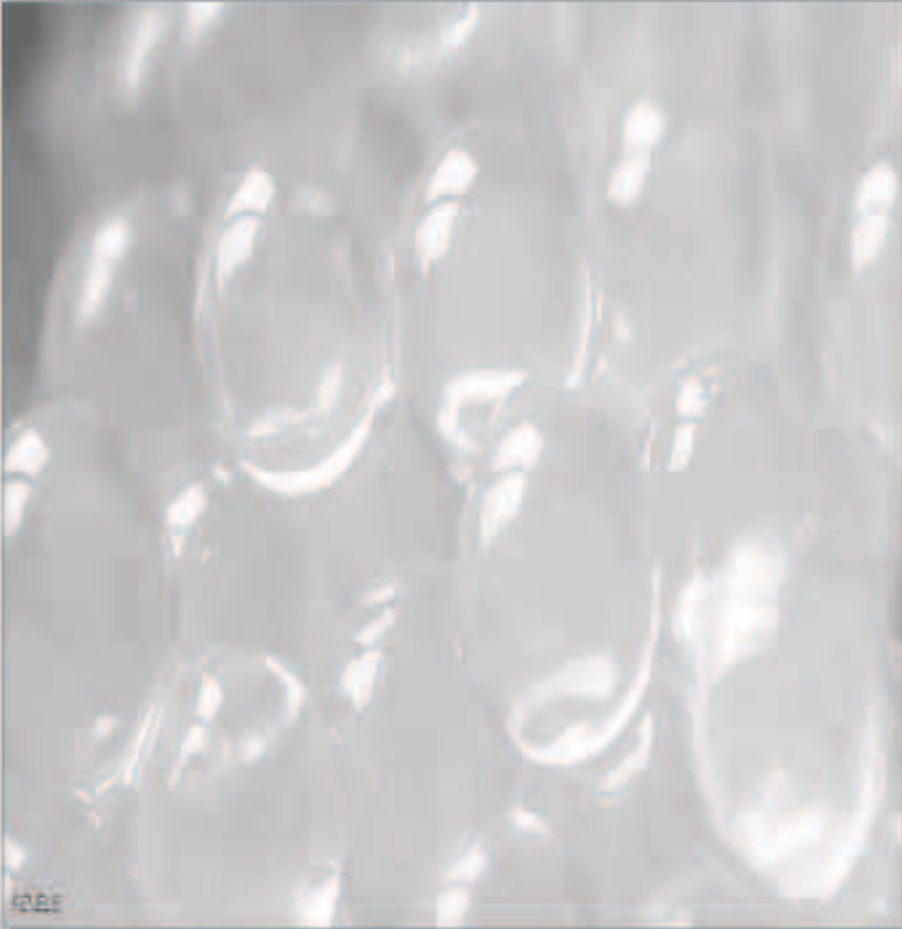


أول وسيلة لمنع الحمل .. تدهن على أكتاف الرجال



ينتج في الجسم. ووفقا لبيان صادر عن معاهد الصحة الوطنية، سيصل عدد الحيوانات المنوية إلى مستويات منخفضة للغاية وربما تتلاشى، لكن ليس من المتوقع أن يؤثر ذلك على خصوبة الرجل على المدى الطويل.

والنستوستيرون الموجود في الجل يمنع أي آثار جانبية سببة قد تتأثر بها المستويات الطبيعية للهرمون، مثل انخفاض الدافع الجنسي، وعدم القدرة على الانتصاب، وقلة نمو شعر الجسم، بحسب ما نقل «سكاي نيوز».

خفض عدد الحيوانات المنوية لدى الرجل بشكل مؤقت، ومن المقرر أن تبدأ معاهد الصحة الوطنية الأمريكية إجراء تجارب سريرية على الجل الذي سينتج تحت اسم «نستورون».

ويخصص الجهاز التناسلي للرجل الهرمونات الموجودة في الجل، عبر الجلد، بعد فركه على ظهره وكتفيه.

و يقلل هرمون البيروجسترون، أحد الهرمونات الأنثوية، إنتاج الحيوانات المنوية عن طريق سد المستويات الطبيعية لهرمون التستوستيرون الذي

عندما يتعلق الأمر بوسائل منع الحمل، فإن النساء هن اللواتي يتحملن المسؤولية، لكن يمكن أن تكون تلك القاعدة الشهيذة على وشك التغيير. ونشرت صحيفة «السن» البريطانية، الاثنين، أن أول شكل من أشكال منع الحمل المتاحة المخصصة للذكور يمكن أن تتمثل في جل جديد «سلام» يُفرك على أكتاف الرجال.

ويعمل الجل، الذي يحتوي على نسخة صناعية من هرمون الأتوترون «الإستروجين»، وجرعة من هرمون الذكورة «التستوستيرون»، على

أصبح العالم أكثر عرضة لحساسية الطعام



أصبح الأطفال في مختلف بقاع العالم أكثر عرضة للإصابة بالحساسية من أنواع مختلفة من الطعام.

وكشفت التحقيقات الأخيرة بشأن وفاة مراهقين بريطانيين إثر تناول السمسم والفول السوداني عن النتائج المقلقة لهذه الحساسية. وفي المستل الماضي توفيت طفلة في السادسة في غربي استراليا بسبب حساسيتها من منتجات الألبان.

وأصبحت زيادة الإصابة بالحساسية من الطعام في العقود الأخيرة أكثر وضوحا في الغرب. وتصيب الحساسية من الطعام الآن 7 في المئة من الأطفال في بريطانيا و9 في المئة من استراليا، على سبيل المثال. وفي أوروبا، يعاني 2 في المئة من البالغين من الحساسية من الطعام.

وقد يصاب المريض بأعراض مهددة للحياة لوجود مجرد آثار ضئيلة للغاية من الطعام المسبب للحساسية، مما يعني أن المريض واسترته يعيشون في حالة من القلق والخوف. وتصيب الطفود في تناول الطعام التي يجب أن يرفضها المصابون على أنفسهم عبئا على الحياة الاجتماعية والأسرية.

وعلى الرغم من أننا لا يمكننا أن نجزم أن معدلات الحساسية في تزايد، إلا أن الباحثين في مختلف بقاع العالم يعملون جاديين لمكافحة هذه الظاهرة.

ما الذي يسبب الحساسية؟ تحدث الحساسية عندما يحاول الجهاز المناعي التصدي لمادة في البيئة من المفترض أن يعثرها

غير مؤذية، وتعرف بمسببات الحساسية. الإعلانات تصبح هذه المواد البرينة اعدافا، مما يتسبب في ردود فعل للجسد جراء الحساسية. وتتراوح الأعراض من احمرار الجلد، والتورم، وفي الحالات الحادة التقيؤ والإسهال وصعوبة التنفس وصدمة الحساسية. ومن بين الأطعمة التي يكثر إصابة الأطفال بالحساسية منها: الحليب البيض الفول السوداني أنواع البذور والمكسرات مثل اللوز وبذور الصنوبر وغيرها السمسم السمك القشريات والمحار آيسن من المرجح أن تحدث زادت حساسية الطعام في الثلاثين عاما الأخيرة، خاصة في المجتمعات الصناعية. ومقدار الزيادة يعتمد على الطعام وآين يعيش المريض. وعلى سبيل المثال ازادت الحساسية من الفول السوداني في بريطانيا خمسة أمثال بين 1995 و2016. وأشارت دراسة ل 1300 طفل في المائلة أجريت في كينغز كولينج لندن إلى أن 2.5 في المئة من مصابون الآن بالحساسية من الفول السوداني.

• السمك • القشريات والمحار آيسن من المرجح أن تحدث زادت حساسية الطعام في الثلاثين عاما الأخيرة، خاصة في المجتمعات الصناعية. ومقدار الزيادة يعتمد على الطعام وآين يعيش المريض. وعلى سبيل المثال ازادت الحساسية من الفول السوداني في بريطانيا خمسة أمثال بين 1995 و2016. وأشارت دراسة ل 1300 طفل في المائلة أجريت في كينغز كولينج لندن إلى أن 2.5 في المئة من مصابون الآن بالحساسية من الفول السوداني.

حساء الدجاج .. هل يعالج الإنفلونزا؟



يسود الاعتقاد لدى الكثيرين أن تناول حساء الدجاج يساعد في علاج الإنفلونزا ونوبات البرد. ولكن هل هذا الاعتقاد صحيح؟ وما الذي يميز هذا الحساء عن غيره من الأطعمة؟

تقول أخصائية التغذية ليندا كودا في مركز كويمان الأمريكي للرعاية الصحية، إن حساء الدجاج علاج سحري لنزلات البرد، وهناك العديد من الدراسات التي تشير إلى أن هذا العلاج الشعبي القديم، يحارب الإنفلونزا، من خلال المساعدة على التخلص من احتقان الأنف.

ومع ذلك، تعتقد كيث بريتان، وهي أخصائية تغذية مسجلة في بوليفيا، أن تناول أي نوع من الطعام خلال الشعور بالمرض يقيد الجسم، وتصح بأن نأكل أي شيء تستطيع تناوله أو أي شيء ترغب به، بحسب موقع 24.

وتضيف بريتان «عندما تعاني من المرض، تشعر في كثير من الأحيان بعدم الرغبة بتناول الطعام، وهذا يزيد من حالتنا المرضية سوءا، فالطعام يمنحنا بالطاقة التي يحتاجها جسمنا لمحاربة الأمراض».

وبعبارة أخرى، سواء كان حساء الدجاج أو أي نوع آخر من الطعام، فالهدف الرئيسي يجب أن يكون تزويد الجسم بالعناصر الغذائية التي يحتاجها للتغلب على أي مشكلة صحية.

وفي نفس الوقت، توصي الدكتورة إليزابيث ترانتر المختصة بالطب الصيني، بمرق العظام، لأنه غني بالموكبات المفيدة، وخاصة لاحتوائه على الكهارل الخمسة الرئيسية: الكالسيوم والمغنزيوم والصوديوم والفوسفور والبوتاسيوم.

كما يحتوي مرق العظام على الجلو كوزامين والبرولين والجليسين والأرجينين. بالإضافة إلى الجيلاتين والكولاجين السهل الهضم، وكل هذه العناصر، وفقا لترانتر، يمكن أن تساعد جسمك في محاربة الإصابة عندما تشعر بوعكة صحية.

هل تعلمون أننا نضع الملح في طعامنا بطريقة خاطئة ومضرة ؟



بعد أن اعتدنا على وضع الملح في الطعام خلال الطهي، تبين أن هذه الطريقة خاطئة ومضرة.

وكشف الدكتور مجدي بدران، عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة أن معظم الناس يضعون الملح في الطعام خلال الطهي، وهذا خطأ، والصحيح هو وضع الملح بعد الانتهاء من الطهي مع ضرورة تغذية الطعام فوراً، لأن اليود المتواجد في الملح حساس لدرجات الحرارة المرتفعة والضغط، ومع ارتفاع درجات الحرارة يال مفعولة ولا يستفيد منه الجسم.

وأوضح أن تركيز اليود يال بالتسخين والطي والتعرض للهواء وأشعة الشمس والضغط، وكذلك حفظ الأغذية المحتوية على اليود لفترات طويلة في درجات حرارة مرتفعة يقلل من نسب اليود بها، مضيفا أن درجة الحرارة المثلى لحفظ اليود تتراوح بين 15 و25 درجة

شخص في جميع أنحاء العالم، وتحتل الهند المرتبة الأولى في معاناة سكانها من نقص اليود. ووفقا لـ اليود مهمة جدا لجسم الإنسان، فهو كما يقول

مؤوية. وقال إن نقص اليود يقلل الذكاء ويؤثر على المناعة ويؤدي للإعاقة العقلية، مضيفا أن نقص اليود يعاني منه حوالي ملياري

بدران، ضروري لنمو العقل وتزايد القدرات العقلية والعضلات معاناة سكانها من نقص اليود. ووفقا لـ اليود مهمة جدا لجسم الإنسان، فهو كما يقول

الترقية المسؤولة عن عمليات التمثيل الغذائي في الجسم، وإنتاج الطاقة وحرق الدهون، إضافة إلى أنه مضاد قوي للأكسدة. وكشف عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة أن المعرضين لنقص اليود هم سكان المناطق الصحراوية البعيدة عن البحار والمحيطات، مؤكدا أن نقص اليود يؤدي لتضخم الغدة الدرقية والإحساس الدائم بالتعب والإرهاق وكثرة النوم وزيادة الوزن وتضخم اللسان والجلد والإسماك والعصبية وسرطان الثدي وانخفاض الخصوبة. ويوجد اليود كما يقول الدكتور بدران في كافة الأغذية البحرية خاصة أسماك التونة والرنجة، إضافة إلى الإنسان والشمش، والخس واللوبياء، ناصحا النساء اللاتي يعانين من نقص اليود باستخدام ملح غني باليود مدة عامين على الأقل قبل أن يغفرن الحمل « بحسب ما نقل «العربية نت».

تمكن علماء أوروبيون وأمريكون، مؤخرا، من تطوير مراحض ذكي يستطيع تنبيه الشخص الذي يستخدمه إلى أعراض الإصابة بمرض السكري والسرطان. وأكد باحثون من وكالة الفضاء الأوروبية ومعهد ماساتشوستس للتكنولوجيا أنشروا على تطوير هذه التقنية الثورية.

وأوضح المصدر أن هذه التقنية تستخدم منذ مدة وسط العلماء الذين يقومون في محطة الفضاء الفضلات التي تخرج من الإنسان في الحمام، وفي مرحلة ثانية، يقوم بإرسال البيانات إلى أجهزة ذكية مثل الهاتف.

ويراهن العلماء على هذا المراحض لأجل ضمان تشخيص الأمراض وعلاجها في مرحلة مبكرة.

مراحض ذكي يستطيع تنبيه مستخدمه إلى إصابته بـ «السكري» و«السرطان»



لاسيما أن بعض الأشخاص لا يشعرون بأعراض لافتة.

وتقوم المستشعرات الحسية في هذا المراحض الذكي الذي أطلق عليه اسم «فيللو» برصد معدل بعض المواد مثل البروتين الزائد والغلبيكون.

وقال الباحث مايكل ويندراين، إن معلومات صحة مهمة تضيق تضيق داخل المراحض كلما جرى صرف الفضلات، وبالتالي فإن الجهاز الجديد يقدم خدمة كبيرة، وفي وقت سابق، جلب زعيم كوريا الشمالية، كيم جونغ أون، مراحضا خاصا إلى حدود بلاده مع كوريا الجنوبية أثناء عقد إحدى القمم، تقاديا لاستقبال دخوله الحمام في الكشف عن وضعه الصحي.

وما زال الباحثون ينتظرون شركة قادرة على تبني المشروع لأجل تسويقه بدلا من أن يقلل مقتصرا على علماء محطة الفضاء الدولية، بحسب ما نقل «سكاي نيوز».