الخبراء يكشفون كيفية التخلص من عدوى الجيوب الأنفية المؤلمة باستخدام خل التفاح

يعاني الكثيرون من التهابات الجيوب الأنفية التي تتضاعف حدة أعراضها لمدة قد تصل إلى 12 أسبوعا.

وتعرف الجيوب الأنفية بأنها عبارة عن تجاويف صغيرة مملوءة بالهواء داخل عظام الجمجمة (الجبهة والوجنتين).

اللبان قد يصبح علاجا رئيسيا لالتهاب المفاصل

وتكون هذه الجيوب مغطاة بغشاء مخاطي رقيق وردي اللون، وتكون في الحالة الطبيعية فارغة، باستثناء طبقة رقيقة من المخاط. وتعد وظيفة هذه الجيوب مجهولة تقريبا ولكن إحدى النظريات تقول إنها ربما تساعد على ترطيب الهواء الذي يتنفسه الإنسان، وتقول نظرية أخرى إنها تعمل على تقوية صوت الإنسان.

ويمكن أن تسبب الفيروسات أو البكتيريا عدوى مؤلمة في هذه الأماكن حيث يتشكل المخاط السميك ويؤدي إلى انسدادها.

ولدى التهاب الجيوب الأنفية أشكال عديدة أهمها الالتهاب الحاد، والذي يمكن أن يستمر لمدة تصل إلى أربعة أسابيع، في حين أن التهاب الجيوب الأنفية المزمن يمكن أن يستمر إلى أكثر من 12 أسبوعا إذا لم يعالج.

وغالبا ما توصف أدوية "أبيتبيوتيك" لعلاج هذه الحالة، ولكن هناك الكثير من الطرق الطبيعية التي يمكنها مساعدة الجسم على محاربة البكتيريا المسؤولة عن حالة عدم الارتياح.

ومن بين تلك الطرق الطبيعية اعتماد خل التفاح الذي يعد علاجا فعالا لتراكم البكتيريا والالتهابات الشديدة التي تسبب الصداع المستمر والحمى وآلام الوجه.

ويحتوي خل التفاح على الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة وأحماض الماليك التي يمكن أن تستهدف الانسداد.

وعندما يأخذ عن طريق الفم، فإن بإمكانه فصل المخاط ويعالج الاحتقان من خلال فتح المسالك الهوائية، فيما تقوم خصائصه المضادة للبكتيريا بمحو العدوى.

تعرف على أفضل مشروب للصحة في الشتاء

وتعزز المغذيات الغنية في خل التفاح، نظام المناعة في الجسم، ولذلك يستحسن تناول ما بين 1 إلى ملعقتي طعام منه كل يوم.

وكل ما تحتاجه للتخلص من العدوى، هو كوب من خل التفاح وملعقة كبيرة من الفلفل الحار، وعصير طازج لحبة ليمون، وملعقة كبيرة من العسل ونصف كوب من الماء.

ويتم تجهيز هذه الوصفة الطبيعية من خلال غلي الماء أولا، ثم إضافة خل التفاح، وتركه يغلي على نار متوسطة، ثم يتم إضافة عصير الليمون والعسل لإثراء الطعم، وأخيرا إضافة الفلفل الحار، ويتم تحريكها جميعا لتمتزج معا، وبعد ذلك، يتم اعتماد المشروب النهائي بمثابة علاج لالتهابات الجيوب الأنفية بشكل يومي.

في المقابل، يقول عدد من الأطباء إن تناول أقراص بسيطة متعددة الفيتامينات، يمكن أن تكون أكثر فعالية من هذه الوصفة العلاجية.

احذر «بصمة آيفون» التي تسلبك أموالك!

حذرت شركة آبل مستخدميها من عملية احتيال تسمى "خدعة بصمة الإصبع"، تستخدم الماسح الضوئي لبصمات الأصابع «Apple Touch ID» والذي يتوفر عل أجهزة آيفون وآيباد.

خبراء يحذرون مستخدمي أندرويد من تطبيقات "أمان" مزيفة في متجر غوغل

وأبلغ عن هذه الخدعة لأول مرة بواسطة مستخدم عبر موقع «Reddit»، والذي كتب: "لا تقوموا بتنزيل هذا التطبيق، إنه يستخدم عملية احتيال بالبصمة لتحصيل رسوم قدرها 100 دولار».

ويدعى التطبيق المعني «Fitness Balance» والذي لم يعد متوفرا الآن للتنزيل عبر متجر "آب ستور"، بعد أن حذفته آبل من متجرها، بالإضافة إلى عدة تطبيقات أخرى تقوم بالخدعة نفسها.

ويعمل التطبيق على تتبع السعرات الحرارية، ويتيح للمستخدم تأمين بياناته عن طريق مسح بصمة الإصبع، ولإغلاق قفل المعلومات الشخصية، يقوم المستخدم بإبقاء إصبعه على الماسح الضوئي «Touch ID»، لمدة 10 ثوان، ولكن في منتصف هذه العملية، تظهر نافذة تطالبك بدفع 100 دولار، وتتم الموافقة على الدفع عن طريق ماسح البصمة دون علم المستخدم، ويسحب بذلك جزء كبير من رصيده المصرفي أو رصيد متجر التطبيقات.

ويبدو أن آبل قامت بإزالة التطبيق من متجرها الإلكتروني على الفور، حيث أنها تمنع بشدة هذا النوع من السلوك.

وحذرت آبل مطوري مثل هذه التطبيقات المزيفة، من أنه في حال تم رفع أحد هذه التطبيقات المخادعة على متجر "آب ستور"، فسوف يتم إزالة جميع تطبيقاتهم من المتجر وطردهم من برنامج المطورين.

حجم الدماغ يساهم بشكل ضئيل فى ارتفاع معدل الذكاء

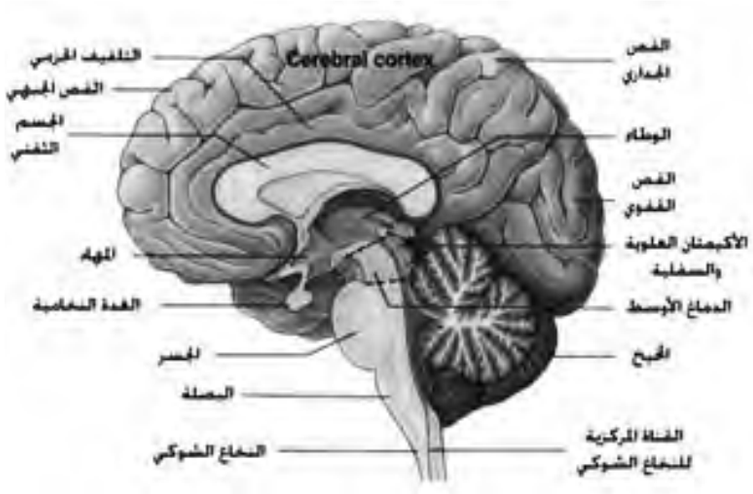
توصل باحثون إلى أن زيادة حجم الدماغ يساهم بشكل ضئيل فى ارتفاع معدل ذكاء الشخص وتحسين تحصيله العلمى.

واستندت الدراسة – التى نشرت في مجلة "العلوم الفيزيائية" – إلى معلومات مستمدة من التصوير بالرنين المغناطيسى لحجم مخ عدد من الأشخاص، مع تحليل نتائج اختبارات الأداء الإدراكي ومقاييس التحصيل التعليمى الذى تم الحصول عليها من نحو 13600 شخص.

وتوصل الباحثون إلى وجود علاقة إيجابية بين حجم الدماغ والأداء فى الاختبارات الإدراكية، لكن الحجم كان بعيدا عن كل شىء، موضحا أن 2% فقط طرأت على مستوى الذكاء.

وقال جدعون نافى الأستاذ فى جامعة "بنسلفانيا" فى الولايات المتحدة "فى المتوسط، يميل الشخص الذى لديه حجم دماغ أكبر إلى تحقيق أداء أفضل فى اختبارات الإدراك من شخص لديه مخ أصغر.. لكن الحجم ليس سوى جزء صغير حيث لا يسهم حجم المخ فى تحسين مستوى الذكاء سوى بنسبة 2%».

وتشير النتائج المتوصل إليها إلى أن عوامل مثل نمط الأبوة، والأمومة، والتغذية، والإجهاد وغيرها من العوامل من المرجح أن تكون من المساهمين الرئيسين فى ذكاء الإنسان، فقد اعتمدت الدارسة على مجموعة من البيانات التى تم تجميعها مؤخرا من البنك الحيوى «Biobank» فى المملكة المتحدة، والذى يعد مستودعا للمعلومات لأكثر من نصف مليون شخص فى جميع أنحاء المملكة المتحدة.. ويشتمل البنك الحيوى على بيانات حول صحة المشاركين ومعلومات وراثية بالإضافة إلى صور مسح الدماغ لمجموعة فرعية من 20 ألف شخص تقريبا.



بعد 24 عاماً من توقفه.. كارتون «باباى» راجع تانى فى موسم جديد..

بعد مرور أكثر من 90 عام على إنشاءها وأكثر من 24 عام على توقف عرضها، قررت شبكة يوتيوب التلفزيونية تجديد مسلسل الرسوم المتحركة الشهيرة Popeye <باباى، وطرح مواسم جديدة منه ضمن خطة تطوير المحتوى الخاص بالشبكة للعام المقبل.

المسلسل الكرتونى الشهير باباى، عرض لأول مرة فى الشريط الكوميدى King Features اليومى، فى 17 يناير 1929، بعد إنشاءها من قبل مؤلف الشخصيات الكرتونية الشهير Elzie Crisler Segar.

سان بطرسبورغ تحصل على جائزة «الأوسكار»!

مدينة سان بطرسبورغ

حصلت مدينة سان بطرسبورغ الروسية، للمرة الثالثة على التوالي، على لقب الوجهة الثقافية الأولى في العالم.

وذكر موقع «WTA-2018»، أن خبراء السياحة والسفر اعترفوا بأن مدينة سان بطرسبورغ احتلت المرتبة الأولى للوجهات الثقافية في العالم، متقدمة على مدينة باريس ولندن ونيويورك وريو وغيرها من المدن الرائدة في هذا المجال.

وتم تأسيس جائزة السياحة العالمية «World Travel Awards»، عام 1993 في لندن، ويسميها البعض «WTA» (جائزة الأوسكار في مجال السياحة).

ويتم اختيار المدن الفائزة بهذه الجائزة السياحية العالمية المرموقة على مرحلتين: الأولى التصويت المباشر عبر الإنترنت، والثانية تقييم الخبراء في مجال السياحة والسفر بعد أخذهم بالاعتبار للمعايير الرئيسة، وهي الأمان وجودة الخدمات والبنية التحتية.

العلماء «يفجرون بركاناً» هائلاً لمكافحة الاحترار العالمي!

من المنتظر أن يقوم العلماء بنسخ تأثيرات انفجار بركاني هائل لحجب أشعة الشمس ومكافحة الاحترار العالمي.

وسيقوم فريق من جامعة هارفارد، كجزء من تجربة بقيمة 3 ملايين دولار، ممولة من قبل مؤسس مايكروسوفت، بيل غيتس، برش جسيمات الطبشور الصغيرة في الغلاف الجوي على بعد 12 ميلا فوق الأرض، لعكس بعض أشعة الشمس إلى الفضاء. تغير المناخ يعزز "تأثير الدومينو" الذي سيقضي على جميع أشكال الحياة على الأرض

ويأمل الفريق أن يكون لهذا تأثير مماثل لثوران بركاني أطلق ثاني أكسيد الكبريت. ففي عام 1991، ثار جبل بيناتوبو في الفلبين، حيث أطلق 20 مليون طن من ثاني أكسيد الكبريت. وهذا ما أدى إلى تبريد الكوكب بنسبة 0.5 درجة مئوية لمدة 18 شهرا. وتهدف هذه الخطة إلى الحد من أسوأ آثار تغير المناخ، على أمل أن ينقذ ذلك الشعاب المرجانية والأغطية الجليدية القطبية. ويأمل الفريق في إطلاق منطاد قابل للتوجيه فوق جنوب غرب الولايات المتحدة قبل يوليو المقبل، وسوف يطلق نفاثات من كربونات الكالسيون ($CaCO_3$)، وهي غبار الطبشور، ومن ثم يقيس العلماء كيف يؤثر هذا على أشعة الشمس.

ويقول المعارضون للمشروع إن رش الجسيمات بهذه الطريقة قد يؤدي إلى تلف طبقة الأوزون وتعطيل أنماط سقوط الأمطار، ما قد يسبب الجفاف في بعض المناطق، وفقا لصحيفة تايمز.

ويقولون إن مثل هذه الهندسة الجيولوجية تحوّل الاهتمام بخفض انبعاثات الغازات المسببة للاحتباس الحراري.