



براءة القهوة من التسبب في رائحة الفم الكريهة



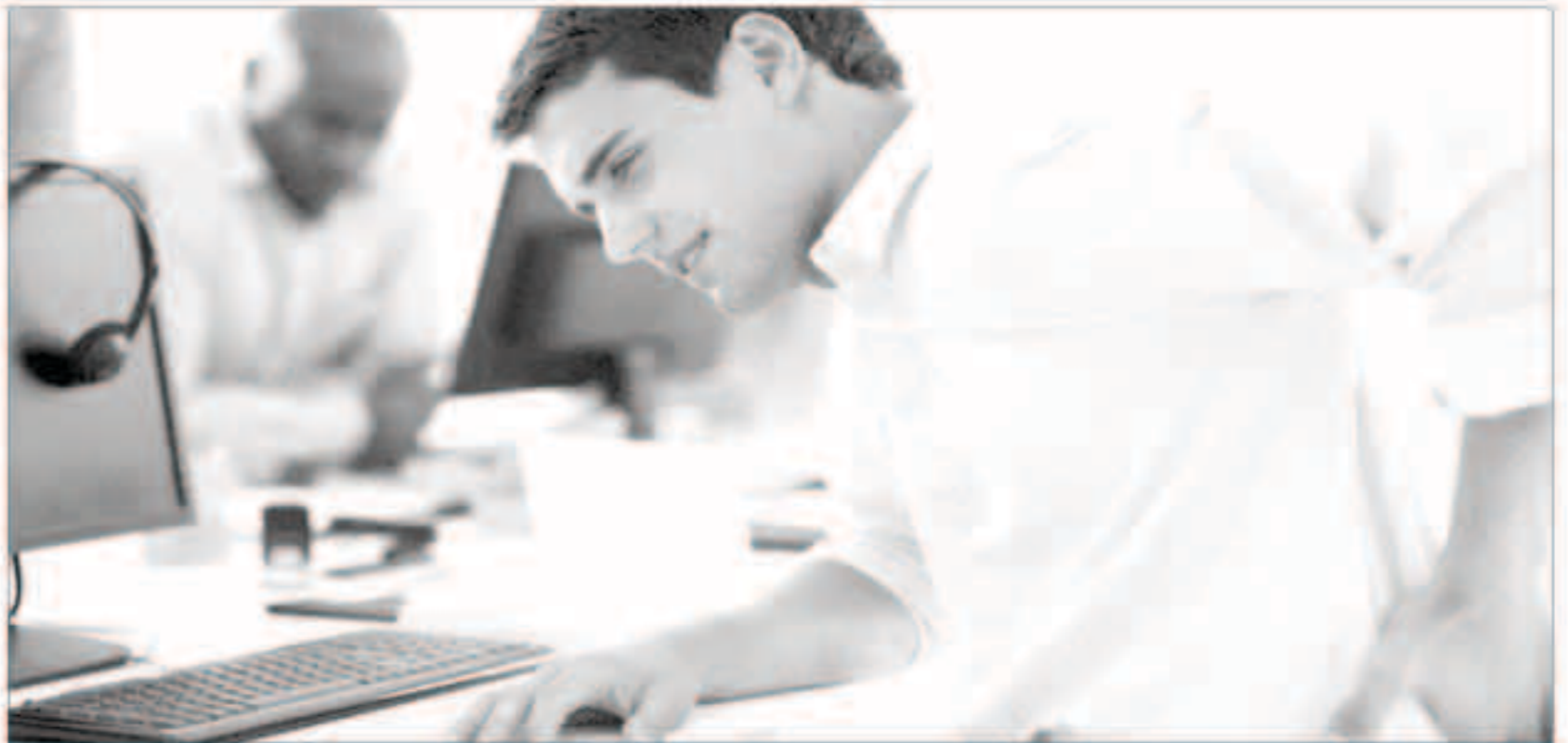
حيث الخوف ن طبيب الأسنان يؤدي الى مرض اللثة الذي يعلى بلا علاج.. ومن الأسباب الأخرى لرائحة الفم الكريهة التي أشار اليها البروفيسور سيمور في دراسته، الشبخوخة وترسبات على اللسان وبعض العقاقير المضادة للكآبة. وظهر استطلاع أجري في بريطانيا ان نحو 90 في المئة من الأشخاص يظفون لسان رآحة الفم الكريهة في مقدمه الاسباب التي تسبب نفورهم من الأخر. كما وجد الاستطلاع ان واحدا من بين كل تسعة اشخاص يشعر بالقلق من رائحة الفم عند الأخرين رغم عدم وجود احصائية عن عدد الأشخاص الذين يعانون حقا من رائحة الفم الكريهة. ويقترح البروفيسور سيمور طريقة سهلة

انه السبب الرئيسي لرائحة الفم الكريهة. ويكون مستوى المركبات الكبريتية المتناثرة، الغازات والسموم المسؤولة عن رائحة الفم الكريهة، اعلى مرتين لدى الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في اللثة بالمقارنة مع اصحاب الفم السليم. والافت ان للزجاج دورا في هذه المشكلة، إذ وجدت الدراسة ان مستوى هرمون الكورتيزول الذي يرتبط بالضغط النفسي يكون اعلى في لعاب الأشخاص الذين يعتقدون ان رائحة فمهم كريهة رغم عدم وجود ادلة على هذه المشكلة. وعلى العكس فان احتمال المعاناة من رائحة الفم الكريهة يكون اكبر بين الأشخاص الذين يخافون من طبيب الأسنان. ونقلت صحيفة الديلي ميل عن البروفيسور سيمور ان «هذه قد تكون حلقة تكرر نفسها بنفسها

«إيلاف نت» : تحضت دراسة جديدة الاعتقاد الشائع بان القهوة تسبب رائحة الفم الكريهة والاعتقاد الشائع الأخر بان البقدونس يمنع نشوءها. وبحسب الدراسة التي اجراها البروفيسور روين سيمور استاذ طب الأسنان وأمراض اللثة في جامعة نيوكاسل البريطانية فان مرض اللثة هو أكثر الاسباب شيوعا لرائحة الفم الكريهة. ومن النتائج غير المتوقعة للدراسة عدم وجود ادلة قاطعة على ان التدخين يسبب رائحة الفم الكريهة لكن «من الجانب» ان يسبب التدخين في نشوئها. ورغم عدم وجود ادلة احصائية على علاقة التدخين برائحة الفم الكريهة فانه يسبب في جفاف الفم، ومن شأن هذا ان يزيد خطر الإصابة بمرض اللثة وهذا الأخير يتفقد الابطاه على

الجلوس على المكاتب وقيادة السيارة والضغوطات اليومية أبرز الأسباب

آلام الظهر.. مرض العصر



أخيراً يدعم التدخل الجراحي بالمخضار الذي يساعد على حل المشكلة مع حماية العضلات والأنسجة، كما يتميز بمشاكل أقل في الفترة ما بعد الجراحة، كما أنه أقل في استخدام أدوية بفاومة للألم، والخروج من المستشفى سريعاً، كما يتطلب حاجة أقل لإعادة التأهيل ما بعد الجراحة، إضافة إلى أنه أقل في الأضرار الجانبية والعقليات الجراحية

الرئيس للنوع الزمن من تلك الآلام يرتبط مباشرة بالعمود الفقري. ومع تعدد المشاكل المرضية التي تصيب العمود الفقري برز نوعان رئيسيان عن التدخل الجراحي هما: «الجراحات المفتوحة» جراحة المناظير غير ان الاتجاه السائد لدى الاطباء

«العربية نت» : في عصرنا هذا تعتبر آلام الظهر أحد الشكاوى الأكثر شيوعاً بين الناس، وذلك جراء الضغوطات اليومية والجلوس لساعات طويلة أمام أجهزة الكمبيوتر، إضافة إلى قيادة السيارات لفترات زمنية طويلة. عوامل وإن كانت بحسب أطباء تلعب دوراً كبيراً في الشعور بآلام الظهر، إلا ان السبب

طبقة جلد غير مرئية لتخفيف مظهر التجاعيد والأكياس الدهنية



«إيلاف نت» : طور علماء أميركيون طبقة مرئية غير مرئية يمكن وضعها على الجلد لتخفيف مظهر التجاعيد والأكياس الدهنية تحت العين مما يشكل بارقة أمل للمرضى الذين يعانون من الأمراض الجلدية والحصى الاحتفاظ ببشرة شابة نضرة. وتصيح هذه الطبقة غير المرئية عند وضعها على الجلد وبعد جفافها شبيهة بالبشرة الشابة، بحسب تقرير نشرته دورية «نيتشر ماتيريالز» وتم تطوير هذه الطبقة غير المرئية لتستخدم كمنتج تجميلي - بعد إجراء تجارب محدودة - إلا ان العلماء في أمريكا يقولون ان «طبقة الجلد الثانية» يمكن استخدامها كطبقة للحماية من اشعة الشمس ووضع الأدوية. واختير فريق من كلية طب بهارفرد ومعهد مساتشوستس للتكنولوجيا نموذجاً مبدئياً من منتجهم على مجموعة محدودة من المتطوعين. ووضعوا المنتج على الأكياس الدهنية تحت العينين والساعدين والأرجل، وأنتج هذا البوليمر (المركب الكيماوي) في المختبر باستخدام جزيئات من السيليكون والأكسجين، وبالرغم من أنه اصطناعي إلا أنه مصمم ليحاكي الجلد الحقيقي ويوفر طبقة حامية وقابلة للتفتت. ووفقاً للمؤرخين، فإن هذه الطبقة الجلدية غنمة بالمطبات كما أنها تساعد على زيادة مرونة البشرة، وأجريت العديد من الاختبارات على هذا المركب ومنها « اختبار الارتداد» حيث يضغط

على الجلد بشدة ثم يزال هذا الضغط، لمعرفة المدة الزمنية التي يحتاجها الجلد للعودة إلى شكله الطبيعي. وأشار العلماء إلى ان البشرة التي غطيت بهذا المركب الكيماوي اضحت أكثر مرونة ونعومة كما أنها خفقت من نسبة التجاعيد، وقالت الدكتورة تعارا غريفز من الجمعية البريطانية لأطباء الجلد إن «سبب ظهور الأكياس تحت العينين يتأتى جراء الدهون المرتبطة بالشبخوخة». وأضافت ان « نتائج استخدام البوليمر على البشرة شبيهة بتلك النتائج التي يحصل عليها جراء العمليات الجراحية، إلا انه يمكن الحصول على نتائجها من دون التعرض لإضاعفات ما بعض الجراحة»، مشيرة إلى ان مزيداً من التجارب يجب القيام بها. وقال البروفيسور روبرت لانغر الذي اشرف على فريق العمل في معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا ان « تطوير طبقة جلدية ثانية غير مرئية ومرحة وفعالة ومقاومة للماء وللتعديب من المواد الأخرى، يضعنا أمام مجموعة من التحديات». وأضاف «نحن متحمسون للغاية بشأن القرص التي يتم تقديمها نتيجة لهذا العمل، وننتعل إلى مواصلة تطوير هذه المواد لعلاج المرضى بشكل أفضل وعلى الأخص الذين يعانون من الأمراض الجلدية».

بديل لعلاج سرطان الثدي بالكيماوي



«العربية نت» : قال باحثون إن المصابات بسرطان الثدي يجب أن يحدثن عن الأدوية التكميلية والبديلة مثل المكملات الغذائية والأعشاب عندما يناقشن أطباءهن في مسألة العلاج الكيماوي. وتزايد استخدام مثل هذه الأدوية بين المصابات بسرطان الثدي خلال العقدين الماضيين لكن دراسة جديدة نشرتها دورية جاما لعلم الأورام خلصت إلى ان من يستخدم الكثير من هذه العلاجات غير التقليدية يسبحن أكثر قابلية للاستغناء عن العلاج الكيماوي المقترح. وقالت شير جريفي كبرى الباحثين في الدراسة وهي من كلية ميلمان للصحة العامة في جامعة كولومبيا بنيويورك «من منظور الصحة العامة ينبغي أن يكون هناك نقاش بين المرضيات

والأطباء عما إذا كانت النساء يتناولن (الأدوية التكميلية والبديلة) ولماذا يستخدمنها وما إذا كانت أهدافهن واقعية». وأجرت جريفي وزملاؤها الدراسة على 685 امرأة أميركية مصابة بسرطان الثدي لم ينتشر بعد لأنسجة أخرى ونقل أعمارهن من 70 عاماً وشاركن في البحث بين عامي 2006 و2010. وعندما أُنصحت النساء للدراسة، أول الأمر قال 87 بالمئة منهن إنهن يتناولن الفيتامينات أو المعادن أو الأعشاب أو منتجات طبيعية أخرى. وكانت هناك أدلة على جدوى العلاج الكيماوي في حالات بعض المشاركات في الدراسة لكن من يتناولن الأدوية التكميلية والبديلة يبينهن كن أقل عرضة للعلاج الكيماوي مقارنة مع من لم يتناولن العلاجات البديلة.



البصل.. أحد كنوز الشفاء.. من بعض الأوباء

جوربك قبل الذهاب للنوم، بحيث يلاسن البصل أسفل القدم جيداً، فهذا يساعد في خفض درجة حرارة الجسم المرتفعة. ويمنع السموم من القدم. 5 - إذا كنت تعاني من الغثيان، فإن دواءك يكمن في تناول ملعقتين من عصير البصل، فهو يساعد في إيقاظ القيء وتخفيف الشعور بالغثيان. 6 - إذا كنت تعاني من بدء نمو الشعر، فبمكثك استخدام عصير البصل لذلك فروة الرأس بصفة منتظمة يوماً وشركة لفترة قبل الغسيل بالشامبو، فالبصل يحفز بصيلات الشعر، ويعزز من نمو الشعر بشكل سريع.

والآلام، ولننلق مثلاً البصل كجزء من ذلك الكثر. فلا يخلو أي مطبخ من البصل، حيث إنه يدخل في معظم الأطعمة التي نتناولها بصفة يومية، ولكن هل أنت على علم بالفوائد الصحية والخصائص الدوائية للبصل؟ تعرف معنا على 6 فوائد دوائية غالباً لم تكن تعرفها عن البصل، وهي: 1 - إن عصير البصل يحتوي على خصائص مضادة للالتهابات، ولديه القدرة على مداواة الصروق الجلدية البسيطة، فبمكثك استخدام شريحة سميقة من البصل الطازج وفرحتها على

الجسد المحروق، لتخفف من ألم الحرق وتساعد في مداواته سريعاً. 2 - عصير البصل أيضاً لديه القدرة على تخفيف الألم الناتج عن لدغات الحشرات، وذلك بفرك شريحة من البصل الطازج على المنطقة المصابة من الجلد. 3 - البصل أيضاً يعالج الندبات التي تظهر في القدمين، والتي تعرف بـ«سمعار القدم»، عن طريق فرك المناطق المصابة اختفائها تدريجياً. 4 - البصل يخفف من حرارة الجسم المرتفعة، فإذا كنت تعاني من الحمى، بمكثك وضع بعض شرائح البصل في