

حقن البوتوكس لا تقتصر على الإجراءات التجميلية فقط

أثبتت بعض الدراسات أن حقن البوتوكس تساعد على علاج نوبات الصداع النصفي والوقاية منها على المدى القصير، حيث أبلغ أكثر من نصف المشاركين في إحدى الدراسات أن نوبات الصداع النصفي انخفضت للنصف بعد جلستين من العلاج، وارتفعت هذه النسبة لـ 70% بعد 5 جلسات من العلاج.

وعادةً ما يعتمد هذا العلاج على حقن الجبهة والرقبة كل 12 أسبوع كعلاج وقائي للحد من عدد نوبات الصداع النصفي، حيث يعتقد العلماء أن مادة البوتوكس تمنع الناقلات العصبية التي تنقل الألم قبل وصولها للرأس والرقبة وبالتالي لا تحدث أي نوبات صداع.

وعلى الرغم من أن هذه الحقن لها آثارها الجانبية على البعض، إلا أنه بإمكان أغلب الحالات تجنب هذه الآثار الجانبية عن طريق التأكد من ملائمتها لهم قبل أخذها.

هل تسألت من قبل سواء كنت أصبت بكوفيد-19 من قبل دون أن تعلم؟ إليك بعض العلامات التي قد تدل على إصابتك به من قبل دون معرفتك

أصبت "بنزلة برد" حادة في أواخر عام 2019 أو بدايات عام 2020

شعرت بقصور في التنفس خلال هذه الفترة

أصبت بسعال شديد ومستمر

لاحظت احمرار وتدميع في عينيك

شعرت بالآلام في الصدر وتزايد ضربات القلب

شعرت بإجهاد وضعف عام

فقدت الشعور بالتدوق والشم لفترة معينة

في حال اجتمعت هذه الأعراض (أو بعضها على الأقل)، فأنت على الأرجح أصبت بكوفيد-19 أو أحد متحوراته الأقل خطورة.

ديجا فو بالتأكيد سمعت بهذا المصطلح من قبل

هذا المصطلح الفرنسي معناه "رأيت من قبل" حيث يُفسر ظاهرة يختبرها البعض، وهي الشعور بأنهم مروا بهذا الموقف من قبل.

وعلى مدار السنوات قام العديد من العلماء بتطوير نظريات مختلفة وصل عددها لـ 40 نظرية، ولكن تم حصرها لـ 3 نظريات هي الأكثر تصديقاً

المعالجة المزدوجة. يقوم المخ بنقل المعلومات التي يتلقاها عن طريق مسارات، وفي بعض الأحيان يتأخر أحد هذه المسارات عن البقية وبالتالي يتم تخزين المعلومات مرتين على التوالي مما يؤدي لاعتقادك أنك مررت بهذا الموقف من قبل

نظرية الهولوجرام. عندما تنتظر للبيئة المحيطة بك وتجد أحد الأشياء التي تذكرك بمكان قمت بزيارته من قبل (على سبيل المثال سيارة بلون معين رأيت مثلها من قبل) عندما لا يتمكن المخ من تحديد أين رأيت هذه السيارة من قبل يبدأ في إقناعك بأنك مررت بهذا الموقف من قبل

نظرية الانتباه المُشتت. قد يقوم اللاوعي بتخزين معلومات متعلقة بالبيئة المحيطة بك عندما يكون انتباهك مُشتتاً، وعندما تبدأ في التركيز على ما يُحيط بك تبدأ في استيعاب المعلومات ولكن بهيئة ذكرى مررت بها من قبل

"بالتأكيد سمعت هذه العبارة من قبل" لا تتناول الشاي بعد أخذ المكملات الغذائية التي تحتوي على الحديد

هذه العبارة ليست خاطئة، حيث أن الشاي يحتوي على مادة البوليفينول التي تُعيق امتصاص الحديد، وعلى الرغم من أن الدراسات اختلفت على نسبة الحديد التي قد لا يتمكن الجسم من امتصاصها بعد تناول الشاي أو بعض المشروبات العشبية الأخرى، إلا أن أغلبها ينصح بتناول الشاي بعد تناول الطعام بساعة على الأقل حتى يحصل الجسم على فرصة امتصاص الحديد والمغذيات الأخرى التي تساعد على العمل بشكل صحي

وإن كنت تُعاني من نقص الحديد، فمن الأفضل استشارة الطبيب بشأن حميتك الغذائية، حيث أن مادة البوليفينول توجد في العديد من الأطعمة الصحية الأخرى التي قد لا تتوقع وجودها بها

قد تكون سمعت بهذا المصطلح مؤخرًا بعد انتشار كوفيد-19 وخاصةً بعد بدء ظهور عدة أمصال مختلفة للوقاية من الإصابة به.

مناعة القطيع تحدث عندما تكون أغلبية المجتمع لديها مناعة ضد مرض معين، وفي الوقت الحالي تتحقق مناعة القطيع هذه عندما يحصل أغلب المجتمع على المصل الذي يدعم مناعته تجاه كوفيد-19

عندما يصبح أغلب الأشخاص مُحصنين، لا يجد الفيروس مكانًا للانتشار وبالتالي تُصبح فرص الإصابة به أقل حصولك على المصل يضمن سلامتك وسلامة من تحب

متلازمة واردينبيرج

يتميز أصحاب هذه المتلازمة بلون العين الأزرق المميز، بالإضافة لبعض الصفات المميزة الأخرى، مثل اتساع المسافة بين العينين أو البشرة الباهتة أو حتى وجود خصلة شعر رمادية بقرب الجبهة

وتنتج هذه المتلازمة عن تحور الجينات، وعادةً ما تكون مُورثة، حيث أن الأطفال لديهم فرصة تقرب من 50% في الحصول على هذه المتلازمة (1) إن كانت لدى أحد الأبوين

وأعراضها الأخرى تشمل

فقدان السمع الجزئي أو الكلي

الإمساك، بسبب فقدان جزء من الخلايا العصبية في الأمعاء الغليظة

تشوه في اليدين، مثل التصاق الأصابع

أغلب أعراض المتلازمة تتمثل في المظهر الخارجي المميز فقط، وبالتالي لا تتطلب علاج