

## كيف تخدع دماغك!!!

1- إذا أصابتك حكة أو دغدغة في الحنجرة، افرك أذنك إلهاماً؟  
هناك أعصاب محفزة في الأذن، وعند حك الأذن تقوم بعمل رد فعل في الحنجرة يمكن أن يسبب تشنج العضلة، هذا التشنج يخفف الحكة المزعجة أو الدغدغة.

الدكتور سكوت شافير، رئيس مركز الأذن والأنف و الحنجرة في نيوجيرسي .

2- كيف تستفيد من أذنك؟

إذا كنت في مطعم به موسيقى صاخبة وأردت أن تسمع جيداً ما يقال، استعمل أذنك اليمين، فهي أفضل من اليسار في متابعة الإيقاعات السريعة للخطاب. أما إذا أردت أن تميز الأغنية التي تعزف في الخلف، فاستعمل أذنك اليسرى لأنها أفضل في التقاط النغمات الموسيقية .  
وفقاً لباحثين من كلية طب ديفيد غافين.

3- لكي لا تشعر بالألم...

هل تخاف من الحقنة؟ ومن لا يخاف منها. ولكن الآن بإمكانك التخلص من الخوف والألم معاً عن طريق السعال أثناء اخذ الحقنة.

حيث اكتشف باحثون ألمانيون أن السعال أثناء الحقن يقلل الألم لأن السعال يسبب ارتفاع مؤقت مفاجئ في ضغط الصدر والقناة الشوكية ويمنع تركيب إجراءات الشعور بالألم في الحبل الشوكي .  
تاراس اوزشينكو، مؤلف دراسة الظاهرة.

4- تخفيف احتقان الأنف...

هل تعاني من احتقان الأنف المزمن ولم تنفع معك الأدوية، إليك طريقة أرخص وأسرع وأسهل للتخفيف من ضغط الجيوب قم بدفع لسانك ضد سقف فمك بالتناوب، ثم اضغط بين حواجبك بإصبع واحد. هذا يسبب هز عظمة فومر التي تمر عبر الممرات الأنفية إلى الفم، وهذه الهزات تسبب تحرك الاحتقان، بعد 20 ثانية ستشعر بأن الاحتقان بدء بالتحلل .

ليسا ديستيفانو، أستاذ مساعد في كلية ولاية ميشغان الجامعية.

5- كفاف الحرقه دون ماء...

هل تزعجك الحرقه عندما تنام. أصبح الحل أسهل.  
أثبتت الدراسات بأن النوم على الجانب الأيسر يقلل من الشعور بالحرقه. حيث يرتبط المريء والمعدة بوصلة عند الزاوية، فعندما تنام على اليمين تصبح المعدة أعلى من المريء، مما يسمح للطعام والأحماض بالتسرب إلى المريء والحلق. بينما عندما تنام على الجانب الأيسر تصبح المعدة أدنى من المريء وهكذا تصبح الجاذبية لمصلحتك .

انتوني ستاربولي، متخصص بأمراض المعدة والأمعاء وأستاذ مساعد في كلية نيويورك الطبية.

6- عالج ألم الأسنان دون فتح فمك...

جرب فرك قطعة ثلج على باطن يدك، على المنطقة العنقودية على هيئة V بين إبهامك وسبابتك.  
لماذا... لأن هناك توجد ممرات الأعصاب التي تحفز الدماغ وتمنع إشارات الألم الصادرة من الوجه والأيدي .  
دراسة كندية.

7- تخلص من آثار الحروق

عندما تحرق إصبعك عرضياً على فرن الغاز، نظف الجلد واضغط بشكل خفيف على مكان الحرق بأصابع يدك الأخرى. الثلج سيخفف ألمك بسرعة أكبر. لكن الطريقة الطبيعية ستعيد الجلد المحروق إلى درجة الحرارة الطبيعية، فيصبح الجلد أقل تشوهاً .

ليسا ديستيفانو، أستاذ مساعد في كلية ولاية ميشغان الجامعية.

8- حتى لا تصاب بالدوخة

ضع يدك على شيء ثابت لأن اليد تحتوي على أعصاب تعطي الدماغ مؤشر بأنك متوازن. بعكس الإشارة التي

ترسلها القوقعة، الجزء المسئول عن التوازن في الأذن. حيث يعوم الجزء المسئول عن التوازن في سائل من نفس كثافة الدم. بينما يخفف الكحول (مثلا) الدم فيصبح أقل كثافة وترتفع القوقعة مما يسبب الدوخة .  
الدكتور سكوت شافير، رئيس مركز الأذن والأنف و الحنجرة في نيو جيرسي.

**9.خفف وخز الألم في جانبك الأيمن**  
هل تشعر بوخز مؤلم عندما تركض، هذا لأنك تخرج الهواء 'تزفر' بينما تضرب قدمك اليمنى الأرض. مما يضع ضغطاً على كبدك (الموجود على الجانب الأيمن من الجسم)، ويسبب شداً للحجاب الحاجز الذي يرسل إشارة بوخز جانبي. ببساطة تعلم أن تزفر عندما تضرب قدمك اليسرى الأرض .  
كتاب العلاج المنزلي للرجال

**10.التخلص من النمنمة**  
إذا شعرت بأن يدك أو قدمك نمنمت، قم بتحريك رأسك من جهة لأخرى. سيزول شعور الدبابيس بشكل غير مؤلم في أقل من الدقيقة.  
لماذا؟ تمر في الرقبة حزمة الأعصاب الرئيسية، فإذا قمت بتحريك عضلات رقبتك سيقال الضغط على الأعصاب .  
ليسا ديستيفانو، أستاذ مساعد في كلية ولاية ميشغان الجامعية.

**12.اقرأ دماغك**  
إذا كان عندك امتحان في اليوم التالي، راجعه قبل النوم. لماذا؟  
لان عملية تعزيز الذاكرة تحدث أثناء النوم، فأي شيء تقرأه مباشرة قبل النوم يشفر كذاكرة طويلة المدى .  
**كاندي هيماغارتنر، مدربة العلوم الحيوية في جامعة إيداهو**

\*\*\*\*\*

### علاج الغرغرينة بإذن الله تعالى

كان في السابق وفي هذه الأيام عند البعض الغير متقدم ولا يزال باقي على التراث القديم يعالجون مرضى الغرغرينة بكرشة الحديد (الحدأة/الحداية )  
فيقومون باصطيادها ومباشرة يقومون بشق بطنها وأخذ الكرشه وفلقها ووضعها على مكان جرح الغرغرينة مباشرة وتترك لفترة وتفعل مرتين يومياً ويشفى بأذن الله  
وسر ذلك ولكي تفهم ماهي الغرغرينة  
هي دودة تنبعث من مكان العفن او الجروح المستمرة الدائمة بلا عناية  
فهي تتبع الرائحة العفنة وتسري لها  
فبمجرد وضع كرشة الحديد تقوم بالخروج من جسم الإنسان لهذه الرائحة الأقوى من جسم الإنسان وتسري حتى تخرج الى الكرش  
ويعاد هذا العلاج مرات حتى ينظف مكان الغرغرينة  
أما في هذه الأيام فلأسف ثم للأسف ثم للأسف أقولها مرات ومكرات

مستشفياتنا بلا رادع ولا متابع حقيقي لهؤلاء الدكاترة هداهم الله فبمجرد وجود الغرغرينة في قدم الإنسان المصاب بالسكر مباشرة

يقومون بقطع وبتز مكان القدم لماذا...؟؟؟

الا يوجد متابعة وعلاج وتنظيف...؟؟؟

يوجد ذلك ولكن يعتبر متعب ومكلف ويستدعي تفريغ ممرضين وممرضات لكم هائل من هؤلاء المصابين بالغرغرينة شفاهم الله

عموماً لسنا بصدد نقد الواقع المؤلم لنا جميعاً

الآن سأحكي لكم حدث حي ورهين الساعة

سأحكي لكم علاج للغرغرينة بإذن الحي القيوم إنه شفاء وشفاء وأي شفاء

ويستطيع عمله اي أحد منا وفي بيته ولا يتطلب منا الا ايام ويشفى المريض بإذن الله الحي القيوم

مواد العلاج في متناول الجميع وآلية العمل بسيطة وسأوضحها بالصور

واحتسب ذلك عند الله الذي لا يضيع عنده شيء

أخوتي الفضلاء لقد تم إعداد هذا الموضوع في منزلي وجلست اعد له فترة ليست بالهينة قلت ذلك لكي يعذرني أخوتي الذين وعدتهم بطرح طريقة العلاج قبل اسبوع

فوالله لم استطع الفراغ منه الا اليوم وأتى عارض توقف الموقع فأرجأت تنزيله الى اليوم ضرورة ولا شك .

أخوتي الفضلاء

لاستهيون بهذا العلاج فوالله أنه مجرب مع عمي فكان مصاب بالغرغرينة في قدمه وكان الأطباء يطالبون ببتز قدمه

والاقارب يطلبون منه أن يوافق على العملية وهو يرفض ومعه بأس شديد عجيب فالكل آيس من شفاء قدمه

ووالله ثم والله ثم والله اقولها غير حانث ولا آثم

أنني كنت والأقرباء نأتي للسلام عليه في منزله ولا نستطيع الجلوس كثيراً من راحة ننتن قدمه وخياستها كرمك الله

والله أني اذا جلست معه انتفس مع فمي من رائحته المنتنة

وكان طريح الفراش يأن من الألم ولا يستطيع المشي على قدمه

المهم عالجناه بهذا العلاج

ووالله يا إخوة أنه قام بعد فترة يمشي على قدمه معافاً صحيحاً ورجعت قدمه كما كانت والتأمت الجروح

الله اكبر الله أكبر الله اكبر

تذكرت قول المصطفى صلى الله عليه وسلم (( مامن داء الا وله دواء علمه من علمه وجهله من جهله )) حديث صحيح

## طريقة العلاج

المواد التي يجب تحضيرها

بن محمص + شبّه بيضاء + سكر نبات + مرّ + تنتريون (مكركرون) أحمر + ديتول + قطن طبي ثم نقوم بتحضير المقاسات التي سنضطر لها لضبط المقاييس للعلاج وهي

فنجال قهوة ملعقة أكل المعروفة كاس شرب ماء ملعقة صغيرة حققت تحريك السكر في البيالة لعلمك عرفتها

المقادير

1 -قهوة عربية محموسة حمس قوي يعني بنية غامقة لاتكون قريبة من الصفراء ولا البنية المحروقة ولا سوداء تركية

وسترى لونها في الصورة التالية انظر لدرجة اللون فهي مهمة في الشفاء

2 -مر وانتبه يجب التفريق بين المر والحلتيت وسترى بالصورة المر لونه بني وفتح شوي

3 -سكر نبات من نوع جيد وفضل شي عرفته سكر نبات ابو خيط الي عند عطارة بن مناقش

4 -شبّه بيضاء

5 -تنتريون أحمر لا تأخذ أزرق خذ أحمر وسيوضح بالصورة التالية

6 -قطن طبي أفضله المصري وإليك أجود ماوجدت بالسوق

7 -ديتول وهو معروف ولاشك

إذا حضرت هذي كلها فتعال معي للطريقة

أولاً / قم بطحن القهوة طحناً جيداً اطحنها الين تقول ربي الله اطحنها طحن ناعم الين تحس انها انعمت

وجهاز حولك علبتين بلاستيك نظيفة ومحكمة الأغلاق

ثم إذا فتحت غطاء الطاحونة لوضع المطحون في علبة فانظر فيها ستجد انك اذا نثرت القهوة ستجد شي لابق في الطاحونة على الجوانب

هذا هو الناعم من القهوة انظر للصورة وماهو معّم بالأسود لتفرّق بين الناعم الذي اقصد

فقد تجده متهدم زي كذا الي في الدائرة بالأسود وتأخذه وتعزله لحاله في علبة او تجده لابق في حديد/جدران الطاحونه اجمع كل الناعم

والباقي الي هو الخشن في علبة أو أناء آخر

انظر عزلنا الآن الخشن في علبة او اناء محكم والناعم عزلناه في علبة لوحدده او كاس زجاج بس تنبه له لابد  
تغطيه صح

داوم على الطحن مرات أخرى حتى تجمع من الناعم والخشن مقدار يكفي للعلاج اليومي فقط

ثم اطحن الشبّه وضعها في اناء لوحددها والمرة وضعها في أناء لوحددها والسكر نبات وضعه في أناء لوحدده ولا بد  
الطحن يكون ناعم مرة مرة قد ماتقدر

إذا سوينا هذا كله مما مضى القهوة وطحنها وعزلنا الناعم عن الخشن

والمر طحنه ناعم

والشبّه طحنها ناعم

وسكر النبات طحنه ناعم

الي هنا جهزنا نصف العلاج وهو الأهم وهو المتعب والباقي سهل جدا

تابع معي الخطوة الثانية

نأخذ من القهوة المطحونه الخشنة وليست الناعمة انتبه وانا خوك

تأخذ من القهوة ((الخشنة)) مقدار ثلاث فناجيل لاملياته ولا ناقصة

ثم نضع الفناجيل الثلاثة في ابريق وضع مع الثلاث فناجيل نصف ملعقة مر مطحون

((ملعقة تحريك السكر الصغيرة وانتبه ترآه نص ملعقة صغيرة لأن كثرتها مضر ))

ثم نصب على الثلاثة فناجيل هذي صاع ماء ثم تفوحه على النار ثم تصبه على القهوة (( الثلاثة فناجيل ))

واللي ماعنده صاع يأخذ علبة عصير التانج الحجم الكبير الي علته حديد معروف

طبعاً يا أخوان تشوفون اني اصب مباشرة بس ترى أنا قايسه قبل ومفوح الماء ثم صبيته بالأبريق الأخر اللي فيه  
قهوة

ثم نترك القهوة تقلب بس اربع قلبات فقط لاغير

يعني اذا بدى يزبد احسب دقيقة او دقيقة الاربع ونزله عن النار

الآن اذا جاء مثل كذا احسب دقيقة الاربع او دقيقة بس لاتزود ثم نزله عن النار

ثم اتركه شوي الين تركد القهوة يعني مقدار دقيقة او دقيقتين ثم صب القهوة صب راكد لعشان ماينزل الحثال  
معك صبها في أناء آخر كما تشاهد ثم اتركها الي أن تصير القهوة دافية يعني لاحارة ولا باردة "دافية "

ثم جب العضو الي فيه الغرغرينة وغطسه بالقهوة

واليك مثال توضيحي تم تطبيقه في المنزل لنفترض أن الغرغرينة في القدم

فنقوم بوضع القدم في القهوة ويقوم المصاب بتحريكها في القهوة قدر استطاعته كما تشاهد

ثم تأتي انت بقطعة من القطن وتمسح على مكان الجروح وبين اصابعه وتمشي على بقية قدمه وتنظفها وهي باقية في القهوة لا تدعك بقوة فربما يسقط شيء من لحمه أو أطرافه بل برفق يعني تلميس بس فالمقصود هو بلوغ القهوة في قدمه المصابه

وتترك القدم فترة من الوقت حتى تحس انه بلغت القهوة فيه يعني عشر دقائق كافية وزيادة ثم تنظف بالقطن

ثم بعد ذلك كله نأتي للخطوة الثالثة والأخيرة

نرفع القدم من القهوة ونتركها حتى يقف مقطار القهوة منها اذا وقف قطر القهوة نضعها على قطعة قماش او فوطة او منشفة قماش

وقبل ماتنشف نرجع للقهوة الناعمة ونأخذ منها مقدار نصف كاس او يزود قليل ونخلط معها الآتي /

نصف ملعقة ((حقت الأكل)) من المر المطحون ونصف ملعقة ((حقت الأكل)) من سكر النبات المطحون ونصف ملعقة ((حقت الأكل)) الشبه المطحونة

تنبيه لايد يكون الطحن ناعم مرة

ونخلط هالأنصاص مع نصف كاس القهوة الناعمة كما تشاهد وهذي القهوة نخلطها مع الأنصاص الي قلنا شبه ومر وسكر نبات

ثم نحركها تحريك جيد الي أن تختلط مع بعض

اذا حركناها تحريك جيد واختلطت مع بعض

نرجع للقدم الي اخرجناها من القهوة وتركناها على القماش او الفوطة ولايد أن تكون القدم غير ناشفة من القهوة

يعني تتم هالأمور وتجهز قبل عشان تخرج القدم من القهوة وتنتضر بس الي أن يقف اقطار القهوة

ثم تذر عليها مباشرة من هالقهوة الناعمة المخلوط معها ماقلنا سابقاً تذر عليها بأصابعك

((البس دس/قفاز طبي فالغرغرينة تحتاج نظافة)) بشكل متساوي الي أن تغطي كامل المنطقة المصابه ومحواليها ونركز على مكان الجروح بعد مانذر هالقهوة الناعمة على القدم نتركها ولا نلف عليها شي بل نغطيها باي قماش او فوطة يعني تغطيه بسيطة

ثم نتركها وياحبذا لو رفعت القدم على مركاة او شي مرتفع شوي

ولايد من وضع سفرة او كيس تحت القدم لعشان شي واحد يا أخوان وهو خروج الماء العجيب من مكان الغرغرينة

ووالله ياأخوان ستشاهد في الصباح وقد خرج من قدم المصاب مياه عجيبة

تقول من وين طلعت هذي وتشوف النفاخ الي في قدمه وقد خف من اول عملية تسويها معه

وكرر هالطريقة مرتين يومياً صباح مساء

وستجد مريضك مرتاح ماعاد يحس بشي

ومن اول مرة بإذن الله سينام من الراحة فالعلاج هذا فعال وقوي ومفيد ومجرب

هذي تجربتنا مع عمي وشفاه الله من الغرغرينة في فترة وجيزة

علامة الشفاء

ثم بعد فترة ولكي تعرف هل مصابك شفي من الغرغرينة ام لا

ستجد قدمه قد شددت وبيست الجروح وصارت يابسة ولم تعد تطلع ماء بعد العلاج عندها اعلم ان مريضك شفي تماماً

ولا تهمل التنظيف

فلا بد تمشي معه ولو لفترة عشرة ايام بشينين مهمين لضمان سلامته وللتعقيم

الأول التنتريون والثاني المطهر الديتول

تقوم بمسح قدمه بالديتول بالقطنه ثم بالتنتريون

أخوتي الفضلاء الشفاء من الله والمعافي هو الله وهذه اسباب تبذل والمسبب الله

وهذا مجرب ونافع انصح بعمله مع مرضاكم ولا توافقون للأطباء على البتر مباشرة فالحلول موجودة وهذا منها

لاتنسوا اخوكم من الدعاء فوالله ما عملت ذلك الا رجاء دعوة صادقة من أحدكم او من مرضاكم المطهرين من الذنوب الصادقين في اللجوء لرب الأرض والسماء

جزى الله اخينا \*راعي الهدد\* خيراً" من الايميل

صحيح العملية معقدة شوي بس ارحم من البتر