

# Konsumsi Bawang Putih Bikin Aroma Tubuh Pria Jadi Makin Menarik Lawan Jenis

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Banyak orang yang menghindari mengonsumsi makanan yang banyak mengandung bawang putih, karena dianggap sebagai penyebab bau badan dan bau mulut. Namun sebuah penelitian mengungkapkan, mengonsumsi bawang putih justru bisa membuat pria jadi lebih menarik lawan jenisnya.

Penelitian menemukan, konsumsi banyak bawang putih akan membuat aroma tubuh pria jadi semakin menarik bagi wanita. Hasilnya pun cukup signifikan. Dilansir Huffington Post, para peneliti dari Charles University, Praha, Republik Ceko melakukan percobaan terhadap partisipan yang semuanya pria. Partisipan dibagi ke dalam dua kelompok.

Kelompok pertama diharuskan makan sandwich dengan isian keju dan 12 gram atau sekira enam siung bawang putih. Sementara kelompok kedua makan sandwich keju tanpa bawang putih.

Partisipan diminta membatasi pemakaian atau konsumsi segala sesuatu yang bisa memengaruhi aroma tubuh alami misalnya

deodoran atau merokok, agar hasilnya penelitian semakin akurat. Kemudian para partisipan diberi kapas yang dipakai pada ketiak, guna mengumpulkan sampel keringat dan aroma tubuh selama dalam 12 jam.

Seminggu kemudian, kapas-kapas tersebut dikumpulkan dan diberikan kepada responden wanita untuk dihirup, dan mereka harus memberi nilai pada masing-masing kapas tentang tingkatan daya tarik.

Kapas yang diambil dari ketiak pria pemakan bawang putih dinilai memiliki aroma yang lebih menarik, menyenangkan dan maskulin. Aroma tubuh partisipan pada kelompok pertama justru tidak terlalu menyengat.

Konsumsi 12 gram bawang putih mentah, terbukti bisa meningkatkan daya tarik pria dari level 2,9 ke 3,1, dalam skala 1-7. Meskipun perbedaannya tidak terlalu ekstrem, cukup untuk membuktikan bahwa mengonsumsi bawang putih memberi pengaruh besar terhadap kondisi tubuh.

Bawang putih kaya akan antioksidan yang terbukti bisa membuat aroma tubuh lebih 'bersahabat'. Bawang putih juga memiliki komponen antibakteri dan menyehatkan jantung serta pembuluh darah. Setiap siungnya mengandung alicin dan antioksidan pelawan racun. [\\*\\* Baca juga: Optimis, Kunci Hidup Sehat](#)

Ketika bawang putih dicerna dalam tubuh, alicin akan bereaksi dengan darah untuk menciptakan 'agen-agen' yang bertugas membunuh bakteri dan virus jahat. Bawang putih juga efektif menurunkan kolesterol dan menstabilkan tekanan darah. Sifatnya yang menyehatkan juga terefleksi dari aroma tubuh. Itulah mengapa aroma tubuh pemakan bawang putih dianggap lebih menarik bagi lawan jenis.(ilj/bbs)

---

# Alami 23 Macam Alergi, Karen Nyaris Kehilangan Nyawa 80 Kali

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Sungguh memilukan nasib yang dialami Karen Brammer (40). Wanita asal Shefford, Bedfordshire, ini nyaris meninggal dunia 80 kali karena menderita 23 macam alergi. Karen mengalami shock anafilaksis sebanyak 80 kali dan berhenti dari pekerjaannya sebagai perawat karena alergi dengan lateks.

Tidak hanya itu, dilansir Ustadcertificate, Karen pun alergi terhadap kiwi, tawon, lateks, dan banyak obat-obatan. Reaksi alergi yang dialami Karen semakin buruk selama bertahun-tahun. Saat ini banyak yang membuatnya alergi dan dengan cepat ia mengalami shock anafilaksis.

“Tahun lalu saya berjuang untuk hidup setelah disengat tawon. Saya harus tetap tenang kalau tidak, saya tahu saya akan mati,” ujarnya.

Jika banyak orang dibantu dengan obat ketika di rumah sakit, beda halnya dengan Karen karena alergi terhadap 16 obat yang berbeda. Ketika remaja, Karen mengetahui bahwa ia memiliki

gangguan autoimun yang mempengaruhi sistem kekebalan tubuhnya dan menyebabkan serangan organ tertentu seperti ginjal, kandung kemih, usus, sistem saraf, dan darah.

Karen sering merasa terisolasi dan terbatas karena alerginya. Jika ia diundang ke restoran, pesta, atau pertemuan sosial lainnya, ia harus menanyakan apakah ada balon, buah kiwi, atau karet gelang, serta apapun yang mengandung lateks.

“Hidup itu sulit dengan satu alergi, tapi beberapa alergi dan masalah kronis lainnya bahkan lebih keras,” kata Karen. Karena alerginya itu, Karen juga sudah memodifikasi mobilnya dengan ban nonlateks.

Lynne Bupati, CEO dari Kampanye Anafilaksis, mengatakan, kondisi Karen ini menyoroti bagaimana alergi parah bisa berdampak pada kehidupan masyarakat. “Kami menyediakan dukungan dan informasi kepada pasien seperti Karen dan keluarga mereka yang hidup dengan kondisi ini setiap harinya,” katanya. [\\*\\* Baca juga: Kedua Tangan Milik Duangjay Jadi yang Terbesar di Dunia](#)

Waduh, itu artinya Karen tidak bisa bebas pergi ke mana saja, ya.(ilj/bbs)

---

## Optimis, Kunci Hidup Sehat

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Sebuah penelitian yang dilakukan di Australia mengungkapkan, sikap optimis bisa membuat tubuh Anda lebih sehat. Sedangkan orang yang berpikiran pesimis dan lebih menggantungkan hidup pada keberuntungan dan nasib, cenderung menjalani kehidupan yang tidak sehat.

Para peneliti dari Melbourne Institute of Applied Economic and Social Research, dilansir Health Me Up, menganalisa data pada pola makan, olahraga dan kepribadian pada lebih dari 7.000 orang. Hasilnya, orang yang optimis merencanakan masa depannya cenderung memiliki pola makan yang sehat, lebih banyak berolahraga, mengurangi rokok dan menghindari minuman keras.

Professor Deborah Cobb-Clark dari Melbourne Institute mengatakan, riset yang dilakukannya menunjukkan hubungan antara tipe kepribadian yang dimiliki seseorang dengan gaya hidup sehat.

“Penelitian kami menunjukkan adanya pengaruh langsung antara kepribadian seseorang dengan bagaimana dia menjalani gaya hidup sehat,” jelasnya.

Obesitas yang banyak terjadi, menurut Deborah, seharusnya dapat mengubah kebiasaan pola makan masyarakat. Memiliki pemahaman psikologis mengenai pola makan dan kebiasaan berolahraga adalah hal utama yang diperlukan untuk mengerti tentang

obesitas. [\\*\\* Baca juga: Apa yang Akan Terjadi pada Tubuh Saat Anda Tertawa?](#)

Penelitian tersebut juga menemukan fakta bahwa pria dan wanita memiliki pandangan berbeda tentang keuntungan dari gaya hidup sehat. Pria menginginkan hasil yang terlihat secara fisik dari pilihan hidup sehat mereka, sedangkan wanita lebih menikmati gaya hidup sehat setiap harinya.(ilj/bbs)

---

## Kedua Tangan Milik Duangjay Jadi yang Terbesar di Dunia

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Kondisi kedua tangan Duangjay Samaksam memang tidak seperti orang pada umumnya. Wanita asal Provinsi Surin, Thailand, ini disebut memiliki lengan tangan terbesar di dunia dengan berat masing-masing tiga kilogram.

Duangjay telah mengalami kondisi tk bis itu lebih dari 50 tahun, dan jalan satu-satu agar bisa seperti sediakala adalah melalui amputasi. Seperti dilansir [express.co.uk](http://express.co.uk), Duangjay

menderita penyakit langka yang disebut macrodystrophia lipomastos atau penumpukan lemak di kedua lengan. “Dokter mengatakan satu-satunya solusi hanyalah memotong tangan saya jika saya ingin hidup normal. Tapi saya tidak ingin melakukan itu,” katanya.

Lantaran malu, wanita ini menghabiskan 20 tahun hidupnya di rumah dan tidak bersekolah. Hingga akhirnya saat berusia 20 tahun, ia terpaksa keluar rumah untuk mencari nafkah karena orangtuanya yang sakit. Duangjay memutuskan untuk menjalankan toko kelontong keluarga.

“Saya seperti ini sejak lahir jadi saya takut untuk pergi ke sekolah. Sayapun tidak pernah belajar membaca,” ujarnya.

Keinginan untuk sembuh membuatnya pernah melakukan serangkaian operasi. Sayangnya kondisinya menjadi lebih buruk. “Selama operasi, dokter tidak mengangkat jaringan apapun, hanya membuka lengan saya untuk memeriksa. Mereka bilang itu bukan jaringan lemak buruk hanya benar-benar tebal di sana, Tetapi mereka tidak menghapus apa-apa karena takut merusak saraf.”

Lima bulan setelah operasi, pergelangan tangannya mulai sakit sehingga Duangjay tidak bisa tidur. Akhirnya operasi kedua pun dilakukan. Saat itu, dokter menghapus sekira 700 gram lemak dan darah dari tangannya. Namun satu bulan setelahnya ada lemak tumbuh kembali. [\\*\\* Baca juga: Aneh, Tubuh Izzi Alami Pembengkakan Sejak Usia 4 tahun](#)

Beberapa bulan kemudian dia dihubungi oleh seorang dokter dari Universitas Kitasato di Jepang, yang mendiagnosis Duangjay menderita Macrodystrophia Lipomatosa. Menurut seorang ahli bedah plastik bernama dr. Eiju Uchinuma, kasus ini sangat langka. Kondisi ini tidak dapat disembuhkan kecuali dengan jalan amputasi.(ilj/bbs)

---

# Apa yang Akan Terjadi pada Tubuh Saat Anda Tertawa?

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Tawa adalah ekspresi suara atau merupakan pencerminan kebahagiaan. Merupakan bagian dari kelakuan manusia normal, hasil dari otak dan dapat menolong manusia dalam menjernihkan suasana dalam kehidupan sosial dan dapat mencerminkan emosi dalam percakapan.

Namun tidak jarang tawa adalah cara untuk menutupi rasa sedih yang dalam, yang tidak dapat diungkapkan. Tawa dalam 10 menit dapat membakar 1000 kalori. Nah saat Anda tertawa, seperti dilansir Times of India, apa saja sih yang akan terjadi pada tubuh?

## 1. Kepala/otak

Tertawa bisa mengurangi efek dari stres. Membantu meredakan stres dan rasa gelisah yang berlebihan sehingga mood positif pun meningkat. Endorfin yang dihasilkan saat tertawa membuat perasaan jauh lebih baik.

## 2. Bakar kalori

Tertawa secara spontan selama 10-15 menit bisa membakar hingga 10-40 kalori per hari. Selain itu, tertawa juga membantu mengatur dan mengoptimalkan leptin dan grehlin (hormon nafsu makan), sehingga Anda bisa lebih mengontrol kapan tubuh perlu makanan. Bukan sekadar ingin makan karena faktor emosional.

## 3. Daya tahan tubuh

Tertawa meningkatkan produksi antibodi di dalam tubuh. Selain itu juga mengaktifkan sel-sel pelindung tubuh, termasuk T-cell yang bisa membunuh aktivitas sel tumor.

Sebuah studi menunjukkan, antibodi mampu memerangi infeksi yang ada dalam tubuh saat tertawa. Hal itu disebabkan karena kadar oksigen meningkat ketika Anda tertawa.

## 4. Jantung

Menurut dr S.K Gupta, senior consultant di Indraprastha Apollo Hospitals, tertawa merupakan latihan bagi jantung dan juga paru-paru. Saat seseorang tertawa, denyut jantung meningkat dan otak menjadi lebih rileks.

## 5. Rasa sakit

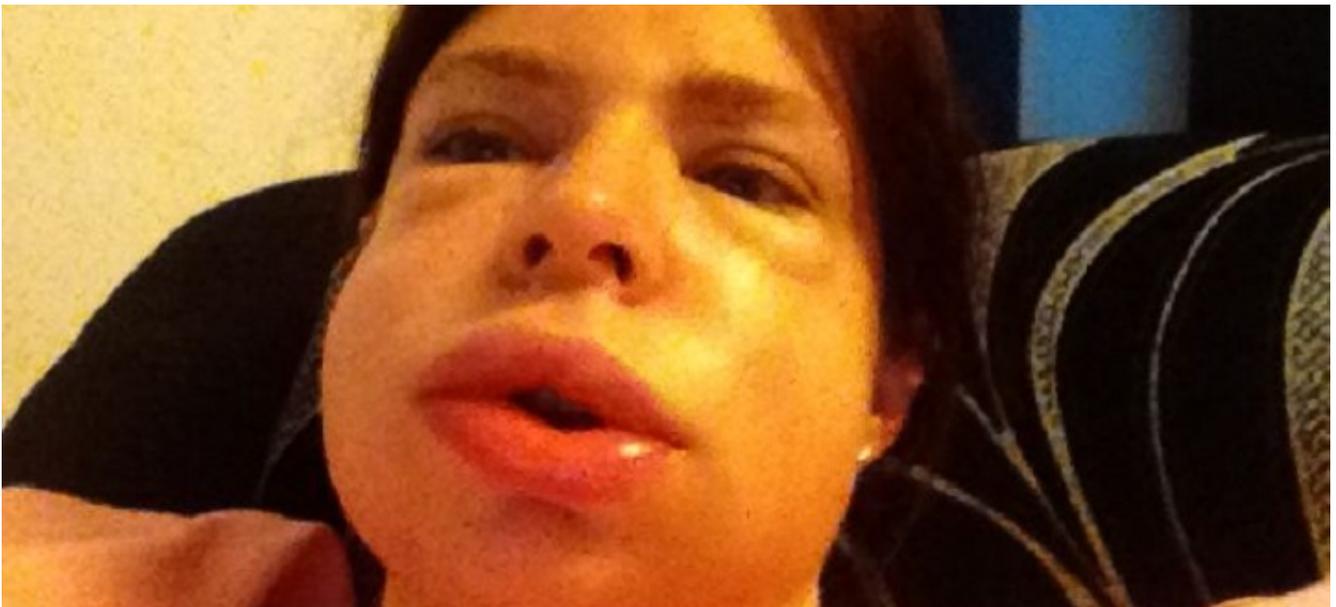
Tertawa meningkatkan kemampuan tubuh Anda dalam mentoleransi rasa sakit. Saat tertawa, tubuh melepaskan endorphin yang juga dikenal sebagai hormon bahagia. Ketika hormon ini dilepaskan, Anda jadi tidak terlalu merasakan sakit pada luka maupun rasa nyeri lainnya. Tertawa tidak akan menyembuhkan sakit kronis Anda, tetapi bisa membantu meringankan rasa sakit yang diderita. [\\*\\* Baca juga: Menulis Sebelum Waktu Tidur Bantu Anda Pulas](#)

Manfaat yang tak disangka, bukan? (ilj/bbs)

---

# Aneh, Tubuh Izzi Alami Pembengkakan Sejak Usia 4 tahun

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Izzi Richards (32) mengalami kondisi genetik yang sangat langka. Ya, wanita asal Inggris ini mengalami angioedema hereditas, pembengkakan hampir di sekujur tubuhnya seperti tangan, kaki, wajah, perut dan punggung serta lidah dan tenggorokan.

“Setelah lidah saya membengkak, dokter mengira saya akan mati karena saya sulit bernapas dan saya pikir saya akan mati. Ketika itu wajahku membengkak dan itu benar-benar memalukan. Semua orang menatapku dan menganggap pasangan saya-Chris telah memukul saya. Hal ini membuat saya tidak suka pergi keluar kalau sudah bengkak,” urai Izzi.

Sejak usia empat tahun, dilansir Dailymail, sudah mengalami pembengkakan. Ia mengira pembengkakan itu hanyalah reaksi alergi sehingga saat itu hanya mengonsumsi obat-obatan anti alergi. Namun pada usia tujuh tahun, Izzi kembali mengalami pembengkakan pada tangannya. Saat berumur 14 atau 15 tahun,

kondisinya semakin parah. Dia mulai menderita pembengkakan disertai kram perut disertai muntah selama sekira tiga minggu. Akibatnya, ia tidak bisa bersekolah selama bertahun-tahun.

Dokter hanya mendiagnosa terkena virus dan gangguan pencernaan. Hingga akhirnya salah seorang dokter percaya kalau penyakit yang dialaminya bukanlah alergi.

“Saat itu dokter mengambil beberapa tes darah dan beberapa minggu kemudian, saya didiagnosis dengan angioedema herediter. Kondisi ini merupakan penyakit keturunan yang langka dan dapat menyebabkan pembengkakan di berbagai jaringan tubuh. Dokter mengatakan, pembengkakan dipicu oleh stres,” kata Izzi.

Dokter mengatakan, beberapa orang seperti Izzi mengalami pembengkakan setiap bulan, sementara yang lain selama bertahun-tahun baru mengalami pembengkakan, disebabkan oleh kurangnya protein yang memengaruhi sistem kekebalan tubuh. Jika seseorang tidak memiliki cukup protein itu, pembuluh darah bisa bocor, sehingga cairan akan terkumpul dalam jaringan yang menyebabkan pembengkakan.

“Pembengkakan dalam usus sering menyebabkan kram perut parah dan pembengkakan di kotak suara dapat mengancam jiwa karena menyulitkan jalan napas,” jelas dokter. [\\*\\* Baca juga: Kondisi Langka, Rucroft Alergi Terhadap Dirinya Sendiri](#)

Menurut dokter, penyakit genetik seperti angioedema herediter belum ada obatnya. Hal yang bisa dilakukan dokter adalah memberi obat untuk mengelola pemicunya seperti stres.(ilj/bbs)

---

# Menulis Sebelum Waktu Tidur Bantu Anda Pulas

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Jika selama ini beberapa cara yang telah dilakukan untuk membantu Anda cepat tidur tidak juga berhasil, mungkin kegiatan yang satu ini dapat menjadi pilihan yang pas.

Sebuah studi, dilansir Zeenews, menjelaskan bahwa mencoba menulis daftar apa yang dilakukan sebelum waktu tidur dapat membantu Anda pulas. “Kebanyakan orang melalui to-do list di kepala mereka, dan jadi kami ingin menyelidiki Apakah tindakan menulis mereka bisa melawan kesulitan waktu malam,” kata Michael K. Scullin, pemimpin penulis studi dari Universitas Baylor, Amerika Serikat.

Studi membandingkan pola tidur peserta yang mengambil lima menit untuk menuliskan mendatang tugas versus peserta yang mencatat kegiatan. “Ada dua aliran pemikiran tentang hal ini. Salah satu adalah bahwa menulis tentang masa depan akan mengakibatkan peningkatan khawatir tentang tugas-tugas yang belum selesai dan menunda tidur, sementara Journal tentang selesai kegiatan tidak harus memicu khawatir,” tambahnya.

Peneliti memantau aktivitas otak listrik yang menggunakan

elektroda pada sekelompok orang dewasa muda yang sehat. Mereka menyelesaikan penulisan tugas untuk lima menit. Secara acak, mereka diminta untuk menulis tugas-tugas yang perlu ingat untuk menyelesaikan beberapa hari berikutnya (to-do list) atau tentang tugas-tugas mereka yang diselesaikan beberapa hari sebelumnya. [\\*\\* Baca juga: Makanan yang Sebaiknya Dikonsumsi Saat Anda Alami Bau Mulut](#)

Peserta yang menulis agenda, secara signifikan tertidur lebih cepat dibanding mereka yang dalam kondisi daftar telah selesai. Jadi, menulis beberapa kegiatan yang akan dilakukan sebelum tidur membantu Anda cepat pulas.(ilj/bbs)

---

# Kondisi Langka, Rucroft Alergi Terhadap Dirinya Sendiri

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Malang benar nasib Junior Rucroft. Siswa SMP dari Darlington, County Durham, ini mengalami serangan asma setiap

hari, bahkan sudah dirawat di rumah sakit lebih dari 50 kali. Rupanya, Rucroft mengalami kondisi langka, yaitu alergi terhadap dirinya sendiri.

Rucroft mengalami reaksi alergi yang membuat dirinya harus berusaha keras untuk bernapas. Hal ini, dilansir [mirror.co.uk](http://mirror.co.uk), karena tubuh Rucroft bereaksi dengan buruk terhadap folikel rambutnya. Paula Hopps, ibunya Rucroft, mengatakan bahwa ia tak bisa mempercayai ketika petugas medis menyampaikan kabar bahwa anaknya alergi terhadap tubuhnya sendiri.

“Saya mendapat telepon dari sekolah karena ketika ia stres melakukan pekerjaannya, ia menggerakkan tangannya ke rambutnya. Kemudian ia menyentuhnya ke wajah dan itu menjadi bengkak,” kata Paula.

Diketahui, Rucroft memiliki daftar panjang alergi yang mengganggu hidupnya. Ia pertama kali didiagnosa dengan asma dan alergi pada usia satu tahun karena ciuman lembut dari ibunya yang hampir membunuhnya.

“Saya habis makan sekantong kacang-kacangan dan saya menciumnya setelahnya. Tiba-tiba wajahnya membengkak dan dia tak bisa bernapas,” kata Paula.

Wanita itu lantas membawa sang anak ke dokter. Mereka memberikan suntikan adrenalin dan oksigen. “Ia didiagnosa dengan asma dan setelah itu ia terus terengah-engah dan harus kembali ke rumah sakit,” katanya.

“Dokternya juga melakukan tes alergi pada dirinya dan menemukan dia alergi terhadap hampir semua, yakni kacang-kacangan, kucing, anjing, kelinci, kuda, rumput, tungau debu rumah, serbuk sari, dan bahkan serat rambut manusia,” tambahnya. [\\*\\* Baca juga: Tricia Selamat dari Anoreksia Parah Berkat Anjing Peliharaannya](#)

Karena itulah keluarga Rucroft berusaha membersihkan dan mencuci seluruh perabot rumah untuk memastikan tak ada

# Makanan yang Sebaiknya Dikonsumsi Saat Anda Alami Bau Mulut

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Saat mengalami bau mulut, tidak sedikit orang yang buru-buru menggosok gigi agar napas dan mulut kembali segar. Namun bagaimana jika bau mulut terjadi saat Anda sedang berada di luar rumah, sehingga tidak memungkinkan untuk menggosok gigi?

Ternyata selain menggosok gigi, terdapat beberapa makanan yang bisa menggantikan gosok gigi. Namun tentu saja bukan makanan dengan kadar karbohidrat atau gula tinggi, karena justru akan memperburuk asam di mulut penyebab bau mulut. Dilansir Foxnews, berikut adalah beberapa jenis makanan yang bisa membantu menghilangkan bau mulut:

### 1. Apel

Mengunyah apel yang renyah akan membuat sekresi air liur atau saliva dirangsang. Nah, 'genangan' air liur ini bisa membantu membilas kotoran dan bakteri penyebab bau mulut.

### 2. Permen karet

Mengunyah permen karet membantu mencabut partikel makanan yang terjebak dalam mulut. Disarankan untuk memilih permen karet bebas gula ketimbang yang manis.

### 3. Roti gandum utuh

Mengonsumsi roti gandum utuh akan mencegah pembentukan keton. Diketahui, keton yang disekresikan dalam urine, keringat, dan mulut akan memberikan bau busuk yang khas untuk napas. Mengonsumsi roti gandum membantu menjaga napas tetap segar.

### 4. Teh hijau

Teh hijau kaya akan flavonoid yang dapat mengurangi dan mencegah adhesi bau yang menyebabkan kuman pada gigi. Teh kayu manis, khususnya, membantu menjaga mulut dan napas segar.

### 5. Serat

Salah satu alasan utama bau mulut adalah masalah pencernaan. Serat meningkatkan kerja saluran pencernaan, sehingga menghindari pencernaan di perut memicu bau yang naik ke mulut. Konsumsi serat yang disarankan adalah 25-38 gram serat setiap hari. [\\*\\* Baca juga: Beda Gaya Renang, Beda Pula Jumlah Kalori yang Terbuang](#)

Jaga kesehatan mulut agar terhindar dari bau tak sedap yang dapat mengganggu pergaulan.(ilj/bbs)

---

# Tricia Selamat dari Anoreksia Parah Berkat Anjing Peliharaannya

written by Editor | 26 Januari 2018



Kabar6-Tubuh Tricia Webb (35) tampak begitu menyedihkan sekaligus mengerikan. Ya, wanita asal Inggris ini mengidap anoreksia cukup parah, sehingga tubuhnya benar-benar kurus kering dan terlihat hanya terbungkus kulit.

Bayangkan, berat badan Tricia hanya 28,35 kg. Karena itulah ia harus dilarikan ke rumah sakit karena mengalami kolaps. Tulang-tulangnya yang rapuh bahkan tidak mampu lagi menahan bobot tubuhnya. Tricia juga pernah mematahkan tulang bahunya sendiri dan pingsan.

Beruntung kini kondisi Tricia sudah berubah total, karena ia berhasil menambah berat tubuh sebanyak 18 kg. Bagaimana wanita cantik ini bisa terbebas dari anoreksia parah? Dilansir MailOnline, ternyata hal itu berkat empat ekor anjing jenis Cavalier King Charles spaniels miliknya. "Anjing-anjing saya ini mengubah hidup saya. Mereka menyelamatkan saya dari kematian," ujar wanita yang sudah 20 tahun berjuang melawan

anoreksia.

Keempat anjing Tricia yang bernama Tyler, Bodie, Max, dan Sam ini merupakan alasannya untuk hidup. “Tanpa kunjungan rutin mereka (keempat anjingnya) ke pusat rehabilitasi, juga kasih sayang, dan perhatian dari mereka, saya tidak akan bisa seperti sekarang. Mereka adalah alasan saya hidup, saya ingin melihat mereka dan hidup demi mereka.” katanya.

Awalnya Tricia selalu melewatkan waktu makan dan terus bekerja. Tanpa sadar, berat badannya turun drastis hingga mencapai 36 kg. Ia pun segera menemui dokter, yang kemudian didiagnosa mengidap anoreksia.

“Saya tidak berniat untuk tidak makan. Hanya saja saya tidak pernah merasa lapar dan sibuk bekerja. Sehingga saya tidak sadar apa yang telah saya lakukan pada diri sendiri,” tambahnya.

Dikatakan Tricia, setiap kali anjing-anjing tersebut mengunjungi dirinya, mereka akan menempelkan hidung di kaca dan menggonggong, mengibaskan ekor, seolah-olah memberi semangat wanita itu untuk sembuh. [\\*\\* Baca juga: Derita Sindrom Cotard, Esme Yakin Dirinya Telah Meninggal Dunia](#)

Anjing-anjing yang sangat pengertian.(ilj/bbs)