



با برنامه لاغر شوید

#

مهرا | در سال‌های اخیر، راه‌حل‌های بسیاری برای تناسب اندام عرضه شده است که از میان آنها می‌توان به اپلیکیشن Google Fit ساخت گوگل اشاره کرد. این نرم‌افزار می‌تواند تمرین و ورزش‌های لاغری متنوعی را در قالب یک اپلیکیشن پیش روی کاربران قرار دهد. روی این اپلیکیشن ورزش‌هایی مانند دوچرخه‌سواری، پیاده‌روی و ... نصب است تا بتواند نگاه کاربران بیشتری را به خود جلب کند. اپلیکیشن Google Fit از قابلیت‌هایی مانند شمارش تعداد گام‌ها و مدت زمان ورزش برخوردار است و می‌تواند این موارد را بررسی کند و حتی به ذخیره اطلاعات و نیز مقایسه در دفعات ورزش بپردازد. این اپلیکیشن از قابلیت نصب روی پلتفرم‌های اندروید، ویندوز و iOS برخوردار است.

سلامت

با یک تیر دو نشان بزنید

ارتباط تنگاتنگ دیابت و بیماری قلبی



دانش‌ورزندی | بررسی‌های اخیر نشان می‌دهد آن دسته از مبتلایان به دیابت که از پیش سابقه ابتلا به بیماری قلبی نداشته‌اند، ولی سیگاری هستند و کلسترول بد خون آنها بالاست، بیش از سایرین در معرض ابتلا به بیماری‌های قلبی و خطر مرگ قرار دارند. این دو عامل از اصلی‌ترین دلایل بروز مشکلات قلبی به شمار می‌روند. در واقع،

محققان به دنبال مطالعاتی که انجام داده‌اند، دریافتند بیش از یک‌سوم مشکلات قلبی و عروقی مانند حملات و سکته‌های قلبی و نیز ۷ درصد مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های قلبی در آن گروه از مبتلایان به دیابتی اتفاق می‌افتد که هیچ سابقه بیماری قلبی نداشته‌اند. این یافته‌ها حاکی از آن است که کنترل عوامل پرخطر که افراد را مستعد ابتلا به بیماری‌های قلبی می‌کنند، می‌تواند خطر بروز بیماری‌های قلبی را کاهش دهد. در واقع، افراد دیابتی از این طریق می‌توانند احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی را در خود کاهش دهند. مراقبت‌های مداوم و مراجعه منظم به پزشک، بررسی‌های بالینی و آزمایش‌های صورت گرفته، حفظ وزن ایده‌آل و کنترل فشار خون از جمله شرایطی است که در جلوگیری از احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی موثر است.

علاوه بر این، فشار خون بالا، سیگار کشیدن و عدم کنترل قند خون نیز جزء عوامل پرخطر ابتلا به دیابت به‌شمار می‌روند که با عوامل خطر بیماری‌های قلبی عروقی مشترک هستند، بنابراین کنترل آنها نه تنها خطر ابتلا به دیابت را کاهش می‌دهد بلکه از ابتلا به بیماری‌های قلب نیز جلوگیری می‌کند و همین امر آمار مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های قلبی را تا حد قابل توجهی پایین می‌آورد. در حال حاضر، حدود ۲۵ میلیون آمریکایی از دیابت رنج می‌برند و اگر این روند ادامه داشته باشد، انتظار می‌رود از هر سه فرد بالغ، یک نفر به این بیماری مبتلا شود.



فضا

چهار میلیارد سال پیش به‌طور تقریبی نیمی از نیمکره شمالی را پوشانده بودند.

بررسی‌ها حاکی از آن است که بخش اعظم آب موجود در سیاره مریخ به فضا منتشر می‌شود و احتمال می‌رود قسمتی از آب این سیاره زیر زمین محبوس شده باشد. همچنین این یافته‌ها تاثیر شگرفی روی یافت نشانه‌هایی از حیات روی این سیاره داشته است.

مقادیر فراوان آبی که روی مریخ وجود داشته نشان می‌دهد که احتمال حیات در این سیاره به زمان‌های بسیار دور بازمی‌گردد و همین مساله کنجکاوی دانشمندان را به کشف شواهدی مبنی بر وجود موجودات بیگانه در مریخ بالا می‌برد.



به اندازه کافی آب برای تشکیل اقیانوس‌های بزرگ و کم‌عمق (حدوداً یک و نیم کیلومتر) داشته است. این اقیانوس‌ها حدود

آپدیتی که تنها سری Z دریافت می‌کند

خبر بد سونی



مترجم: محسن حسینی
m.hoseini@fdn.ir

تنها گوشی‌های هوشمند نکسوس هستند که از اندروید خالص استفاده می‌کنند. این گوشی‌ها بدون هیچ اضافه‌شونده‌ای سیستم اندروید را به کاربران ارائه می‌کنند. البته غیر از نکسوس‌ها نمونه‌های دیگری از گوشی‌های هوشمند هم وجود دارند که اندروید خالص ارائه می‌کنند. ولی کمپانی‌هایی مانند سامسونگ، سونی و اچ‌تی‌سی رابط کاربری اختصاصی خود را دارند. اما کاربران شناسن این را ندارند که اندرویدهای جدید را با رابط کاربری مخصوص گوشی خود امتحان کنند، مانند اتفاقی که اخیراً برای سونی روی داده است. یکی از انتقاداتی که همیشه از سونی می‌شود این است که

احتمال حیات در مریخ قوت گرفت

حضور تاریخی آب در سیاره سرخ



مترجم: ندا اظهري
n.azhari@fdn.ir

دانشمندان سال‌هاست روی مریخ به دنبال نشانه‌ای از حیات می‌گردند و تاکنون نیز سرخ‌هایی پیدا کرده‌اند که تا حدودی آنها را به هدف مورد نظر نزدیک کرده است.

سیاره مریخ آنقدر که برخی تصور می‌کنند لم‌بزغ نیست و پیش از این دوران شکوفایی داشته است.

ولی در این میان دانشمندان بین‌المللی طی یک دوره شش‌ساله بررسی و مطالعه روی اتمسفر دریافتند که مریخ زمانی

تایید داروی جدیدی از سوی سازمان غذا و داروی آمریکا

مبارزه با عفونت‌های قارچی تهاجمی



دانش‌ورزندی | شرکت داروسازی ژاپنی Astellas Pharma داروی موثری را به‌منظور مقابله با دو نوع عفونت قارچی تهاجمی بسیار مهلک ابداع کرده است که بیماران مبتلا به سرطان خون را مورد هدف قرار می‌دهد. خبرها حاکی از آن است که سازمان غذا و داروی آمریکا به تازگی استفاده از این دارو را روی نمونه‌های انسانی تایید کرده است. فروش این داروی ضدقارچ موسوم به Cresemba برای استفاده علیه عفونت‌های قارچی مهلک و تهاجمی اسپرژیل و موکورمایکوزیس و نابودی آنها مورد تایید قرار گرفته است. شرکت داروسازی Astellas با بررسی‌های گسترده‌ای که در زمینه استفاده از این دارو انجام داده، ایمنی و کارآمدی

خودرو

در این مدل دوباره طراحی شده است و باعث شده وزن آن سبک‌تر از قبل باشد. این مدل که به نام Superveloce شناخته می‌شود نسبت به اوتادور، ۵۰ کیلوگرم سبک‌تر است. Superveloce از سرعت صفر تا ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت را در زمانی معادل ۲/۸ ثانیه پشت سر می‌گذارد که در واقع این زمان ۶/۶۶ درصد سریع‌تر از فراری جدید، محصول رقیب لامبورگینی است. موتور ۶/۵ لیتری و قدرت ۷۴۰ اسب بخار در این مدل به کار گرفته شده است.



لامبورگینی همچنان شگفتی‌آفرین است

فرزند جدید از نسل اوانتادورها

است باعث حیرت بازدیدکنندگان شده بود. در نمونه جدید بخش انتهایی ماشین دارای یک بال جدید از جنس کربن است که با قاب آلومینیومی سبک محافظت می‌شود. بخش‌هایی از درها و پنجره‌ها نیز از همین کربن ساخته شده است. سیستم آگزوز

دانش‌ورزندی | لامبورگینی هنوز هم برندی غافلگیرکننده است. این خودروساز ایتالیایی امسال هم در نمایشگاه خودروی ژنو شگفتی‌ساز شد و زیباترین خودروی زرد زمین را رونمایی کرد. لامبورگینی جدید که به Aventador Superveloce معروف

چشم‌هایی که مراقب شماست

کنترل از راه دور مبتلایان به پارکینسون

دانش‌ورزندی | دانشمندان و پژوهشگران اسپانیایی سیستم کارآمدی ابداع کرده‌اند که تا حد قابل ملاحظه‌ای می‌تواند کیفیت زندگی مبتلایان به پارکینسون را افزایش دهد. این سیستم کنترلی با عنوان REMPARK به‌گونه‌ای ساخته شده که به راحتی مانند کمر بند دور کمر بسته می‌شود و قطعه‌ای درون آن تعبیه شده که از طریق گوشی هوشمند کنترل می‌شود و به پزشک معالج این امکان را می‌دهد که علائم و وضعیت بیماران مبتلا به پارکینسون را در هر زمانی تحت کنترل داشته باشند.

پارکینسون یک بیماری عصبی حاد است که بعد از آلزایمر بیشترین تاثیر را روی مبتلایان به جا می‌گذارد. بدن به دلیل از دست دادن سلول‌های عصبی مغز قابلیت تولید دو پامین لازم به‌منظور برقراری هماهنگی در عملکردهای حرکتی را از دست می‌دهد. بنابراین نوسانات ایجاد شده در وضعیت حرکتی بیماران در طول روز علائم بیماری را ایجاد می‌کند و به مرور کیفیت زندگی را در مبتلایان کاهش می‌دهد.

پژوهشگران امیدوارند با ابداع سیستم کنترلی REMPARK این مشکل را برطرف کنند. در واقع این سیستم اطلاعات بیمار را از طریق گوشی هوشمند تحت کنترل قرار می‌دهد. این دستگاه کمری به اندازه یک گوشی ساخته شده و از شتاب‌سنج و حسگرهای چرخش‌سنج تشکیل شده که آهنگ حرکت مبتلایان به پارکینسون را حین راه رفتن مورد بررسی قرار می‌دهد. این قابلیت‌ها کمک می‌کند که دستگاه ویژگی‌هایی مانند ایستادن، افتادن یا هر دو را ثبت می‌کند و برای بیمارانی که با این موضوعات مشکل دارند، بسیار کاربردی و مناسب است. بخش کنترل دستگاه، اطلاعات جمع‌آوری شده را به بخش سرور REMPARK منتقل می‌کند و آن را به‌منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات تحویل می‌دهد. سپس این اطلاعات به داده‌های پزشکی مرتبط ارسال می‌شود.

سرور اصلی ریتم‌هایی را برمی‌انگیزد که به هماهنگ و تنظیم شدن حرکات کمک می‌کنند.

محققان به دنبال ساخت نوعی سیستم هستند که به‌طور خودکار از طریق اتصال به گوشی هوشمند آغاز به کار می‌کند و قادر به شناسایی مواقع اورژانسی است. این سیستم در مراحل ساخت اولیه به سر می‌برد. پزشکان معالج از این روش می‌توانند بیماران خود را از راه دور تحت‌مراقبت قرار دهند و برای هر کدام درمانی مجزا را در پیش گیرند.

66

REMPARK مانند کمر بند دور کمر بسته می‌شود و قطعه‌ای درون آن تعبیه شده که از طریق گوشی هوشمند کنترل می‌شود و به پزشک معالج این امکان را می‌دهد که وضعیت بیماران را کنترل کند

99