

سبک زندگی

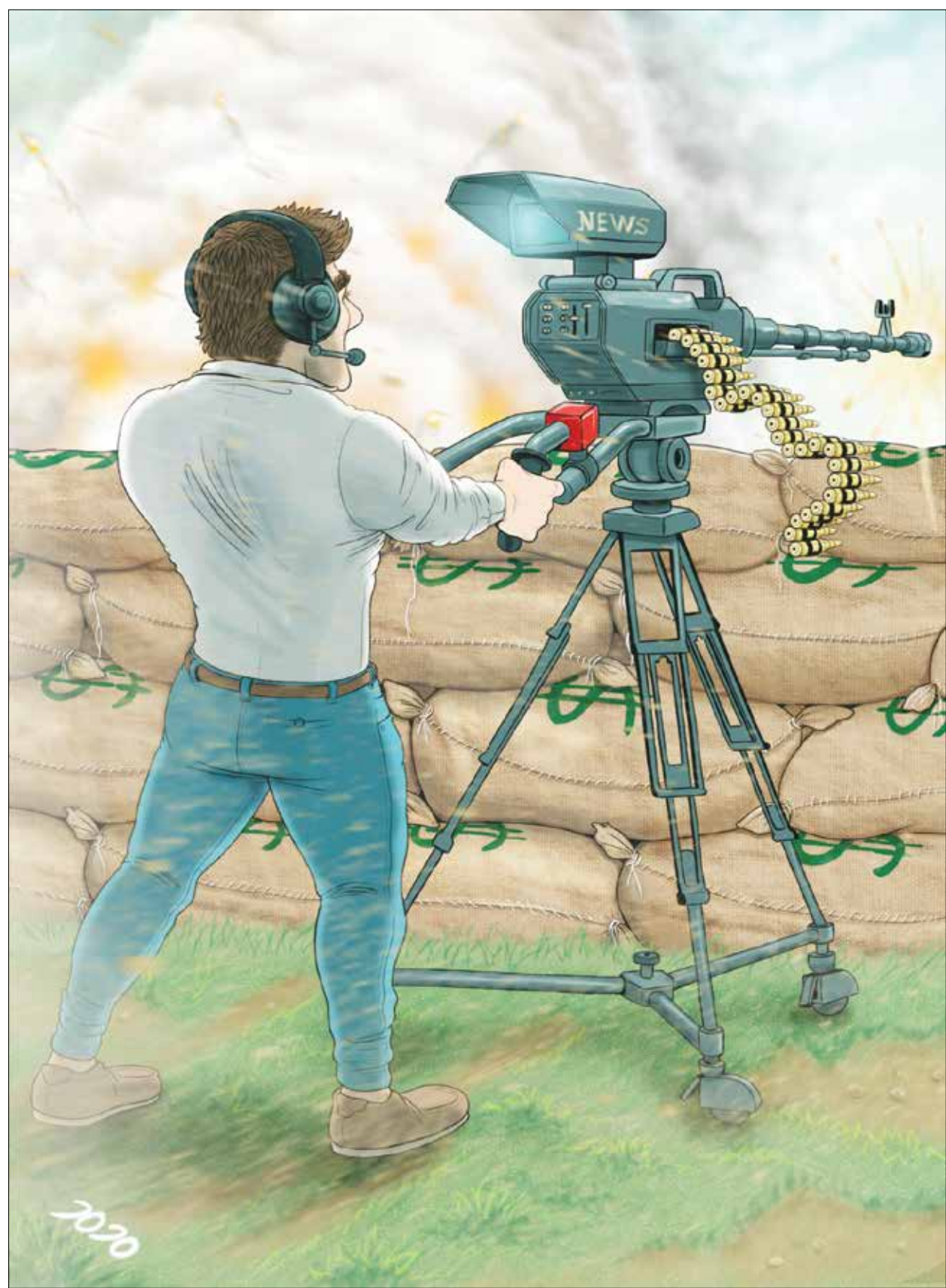
مصرف قهوه چه تاثیری بر سلامت زنان دارد؟

اکثر افراد از نوشیدن یک فنجان قهوه صبحگاهی لذت می‌برند، در واقع قهوه به افراد کافئین می‌دهد تا روز خود را با انرژی آغاز کنند اما به نظر می‌رسد، اما دلیلی وجود دارد که برخی از افراد نسبت به دیگران از این نوشیدنی محبوب لذت نمی‌برند و این مورد ممکن است مربوط به جنسیت آنان باشد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا از هلت، بر اساس نتایج تحقیق منتشرشده در سال ۲۰۰۸، مردان تاثیرات قهوه را به خوبی زنان تحمل نمی‌کنند. در واقع، این تحقیق نشان داد که زنان نسبت به عدم مصرف کافئین حساس‌تر هستند و مردان تاثیرات کافئین روزانه را بیشتر احساس می‌کنند. معمولا کافئین می‌تواند تا پنج ساعت در سیستم بدن باقی بماند اما عوارض جانبی کافئین بر روی مردان ممکن است برای مدت طولانی‌تری نسبت به زنان احساس شود. حتی اگر مردان نسبت به اثرات قهوه حساس‌تر باشند اما مصرف قهوه بر سطح استروژن در زنان تاثیر می‌گذارد و بر اساس نتایج تحقیقی که توسط موسسه ملی سلامت انجام شده است، بین سطح استروژن و مصرف کافئین ارتباط وجود دارد. این مطالعه عادات نوشیدن قهوه زنان آسیایی، سفیدپوست و سیاهپوست را مورد بررسی قرار داد. دو فنجان قهوه در روز (حدود ۲۰۰ میلی گرم) منجر به افزایش سطح استروژن در زنان آسیایی شد. همین نتیجه در مورد زنان سیاه پوست نیز صادق بود با این حال مصرف همان مقدار قهوه در روز در زنان سفید پوست، سطح استروژن را کاهش داد.

انریکه شیسترمن از بخش اپیدمیولوژی، آمار و تحقیقات پیشگیری در مرکز ملی سلامت کودک و توسعه انسانی، یونیس کندی شرایور (NICHD) گفت: «نتایج نشان می‌دهد که مصرف کافئین در میان زنان طی سنین باروری بر سطح استروژن آنان تاثیر می‌گذارد». این مطالعه هم چنین به این واقعت اشاره دارد که ژنتیک در چگونگی تاثیر مصرف قهوه بر بدن ما و میزان مصرف قهوه‌ای که می‌توانیم تحمل کنیم، نقش دارد.

به گفته استادیار گروه پزشکی پیشگیرانه در دانشکده پزشکی فاینبرگ دانشگاه نورث وسترن، مریلین کورنلیس که در مورد ارتباط بین زن‌ها و مصرف قهوه تحقیق می‌کند: «به‌عنوان مثال، اگر می‌کن نوع ژنتیکی مرتبط با متابولیسم کافئین بالاتر داشته باشم، به‌طور کلی کافئین یا قهوه بیشتری مصرف می‌کنم، در واقع ژنتیک رفتار ما را تغییر می‌دهد». بر اساس نتایج تحقیق سال ۲۰۱۶ که در نشریه گزارش‌های علمی (Scientific Reports) منتشر شد، دلیلی وجود دارد که چرا برخی افراد بیشتر از دیگران در روز قهوه مصرف می‌کنند. این مطالعه داده‌های جمع‌آوری شده از ۱۲۰۰ روستای ایتالیایی را با ۱۷۳۱ نفر ساکن هلند مقایسه کرد. کسانی که بیان بیشتر یک ژن خاص - PDSS1 - را داشتند گزارش کردند که به فنجان‌های کمتری از این نوشیدنی محبوب نسبت به افراد فاقد این ژن نیاز داشتند. محقق این تحقیق، نیکولا پیراستو کافئین را کندتر متابولیسم می‌کنند و به همین دلیل است که قهوه کمتری می‌نوشند. آنان باید کمتر قهوه بنوشند تا همچنان اثرات مثبت کافئین مانند بیدار بودن و احساس خستگی کمتر را دریافت کنند.



رسانه و جنگ

طرح: محمد طحانی

تازه‌های علمی

الکترودهایی که می‌توانند جایگزین دستگاه نوار قلب شوند

پژوهشگران طلا را به عنوان ماده الکتروود خشک بدون ژل ساخته‌اند که می‌توانند امکان نظارت مستمر بر قلب را فراهم کنند اما مشکلاتی را ندارند که معمولا با الکترودهای مرطوب تجربه می‌شوند. «مادو باسکاران» (Madhu Bhaskaran) از پژوهشگران این پروژه گفت: دستگاه‌های پوشیدنی موجود در بازار معمولا حجیم و سنگین هستند و ۱۲ الکتروود مرطوب را شامل می‌شوند که بیمار را به دستگاه متصل می‌کنند اما اختراع مؤسسه سلطنتی فناوری ملیورن می‌تواند در نواراحت‌کننده هستند، به مرور زمان خشک می‌شوند و تحرک پوست را به همراه دارند اما دستگاه مؤسسه سلطنتی فناوری ملیورن به طور مؤثر فعالیت قلب را خواه کاربرد در حال استراحت کردن باشد و خواه در حال تجربه کردن استرس ثبت می‌کند.

الکترودهای جدیدی که در «مؤسسه سلطنتی فناوری ملیورن» ابداع شده‌اند، می‌توانند امکان نظارت مستمر بر قلب را به شکل ساده‌تری فراهم کنند.

به گزارش ایسنا و به نقل از نیو اطلس، پژوهشگران نوعی الکتروود فوق نازک، ضد آب و بدون ژل را برای نظارت مستمر بر قلب ابداع کرده‌اند که نسبت به دستگاه‌های موجود در بازار، راحتی بیشتر و تحرک پوست کمتری دارد و در عین حال فعالیت الکتریکی قلب را به صورت دقیق اندازه‌گیری می‌کند. نظارت بر قلب به مرور زمان برای تشخیص دادن ضربان غیر طبیعی، حملات قلبی و آژین بسیار مهم است اما کسانی که نوار قلب را در بیمارستان یا در کلینیک پزشکی انجام داده‌اند، می‌دانند که ۱۲ الکتروود سرد و لزج ژل‌دار سینه‌شان می‌چسبند، خواه در حال تجربه کردن استرس «مؤسسه سلطنتی فناوری ملیورن» (RMIT)

«اپ» تکار

بروزرسانی اندروید ۱۴ برای سری گلکسی اس ۲۰ و نوت ۲۰ عرضه نمی‌شود!

برچمدار سال ۲۰۲۰ سامسونگ عرضه می‌شود. این سوتفاهم از انتشار یک مقاله در وبسایت سامسونگ شروع شد. این مقاله گزارش می‌دهد که برخی از قابلیت‌های Enhance-X دوربین مبتنی بر هوش مصنوعی با بروزرسانی One UI ۶٫۰ همراه خواهد شد و در اختیار برخی از گوشی‌های گلکسی قرار خواهد گرفت. سامسونگ در باورقی مقاله اذعان داشت که گوشی‌هایی مانند سری گلکسی نوت ۲۰، سری گلکسی اس ۲۰، سری گلکسی اس ۲۲ و گلکسی اس ۲۳ این قابلیت‌ها را دریافت خواهند کرد. با توجه به این موضوع، کاربران سری گلکسی نوت ۲۰ و اس ۲۰ اعلام کرده که این بروزرسانی برای هیچکدام از گوشی‌های سال ۲۰۲۰ این برند در دسترس قرار نخواهد گرفت. غول فناوری کره همچنین توضیحاتی درباره مقاله منتشر شده ارائه داد و ادعا کرده که برخی از گوشی‌های لیست شده در باورقی تنها بعضی از قابلیت‌های Enhance-X را دریافت خواهند کرد.

**آگهی نوبت‌دهی خدمات تخصصی پزشکی نوین**

این مرکز تخصصی پزشکی نوین با بهره‌گیری از تجهیزات پیشرفته و تیمی متشکل از متخصصان مجرب، خدمات تخصصی پزشکی نوین را در زمینه‌های مختلف ارائه می‌دهد. برای دریافت نوبت و مشاوره، با ما تماس بگیرید.

نوع خدمت	تخصص	مکان خدمت	تاریخ و ساعت	هزینه
مشاوره تخصصی	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	شنبه تا چهارشنبه، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	رایگان
تشخیص و درمان	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	پنجشنبه تا یکشنبه، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	۵۰۰ هزار تومان
تشخیص و درمان	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	دو روز در هفته، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	۱۰۰۰ هزار تومان
تشخیص و درمان	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	سه روز در هفته، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	۱۵۰۰ هزار تومان

برای اطلاعات بیشتر و رزرو نوبت، با ما تماس بگیرید: ۰۲۱-۱۲۳۴۵۶۷۸

**آگهی نوبت‌دهی خدمات تخصصی پزشکی نوین**

این مرکز تخصصی پزشکی نوین با بهره‌گیری از تجهیزات پیشرفته و تیمی متشکل از متخصصان مجرب، خدمات تخصصی پزشکی نوین را در زمینه‌های مختلف ارائه می‌دهد. برای دریافت نوبت و مشاوره، با ما تماس بگیرید.

نوع خدمت	تخصص	مکان خدمت	تاریخ و ساعت	هزینه
مشاوره تخصصی	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	شنبه تا چهارشنبه، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	رایگان
تشخیص و درمان	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	پنجشنبه تا یکشنبه، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	۵۰۰ هزار تومان
تشخیص و درمان	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	دو روز در هفته، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	۱۰۰۰ هزار تومان
تشخیص و درمان	قلب و عروق	تهران، خیابان ولیعصر	سه روز در هفته، ۸ صبح تا ۱۲ ظهر	۱۵۰۰ هزار تومان

برای اطلاعات بیشتر و رزرو نوبت، با ما تماس بگیرید: ۰۲۱-۱۲۳۴۵۶۷۸