

عکس‌نوشته



عکس: رسول شجاعی / ایرنا

میهمانان زاینده رود

سبک
زندگی

کمبود کدام ویتامین باعث بوی بد عرق می شود؟

بوی بد عرق می‌تواند اذیت کننده باشد اما اغلب نگران کننده نیست. بهترین راه برای برطرف کردن این مشکل، یافتن علت آن است. گاهی ممکن است تغییر بوی بدن ناشی از کمبود برخی ریزمغذی‌ها در بدن مانند ویتامین C و ویتامین B۲ باشد که در این مقاله به آن می‌پردازیم. تغییر در بوی بدن ممکن است به دلیل بلوغ، تعریق بیش از حد بدن یا عدم رعایت بهداشت باشد. تغییرات ناگهانی ممکن است توسط محیط، داروها و همچنین غذا ایجاد شود. همچنین می‌تواند نشان دهنده مشکلی در سلامتی باشد. یکی از دلایل بوی بد عرق نیز می‌تواند کمبود ویتامین C و ویتامین B۲ باشد که در این مقاله به آن می‌پردازیم. تغییرات ناگهانی و مداوم در بوی طبیعی بدن، گاهی اوقات می‌تواند نشان از یک بیماری زمینه‌ای باشد.

علل تغییر ناگهانی بوی بدن

محیط، غذاهایی که می‌خورید، داروهایی که استفاده می‌کنید، تغییرات سبک زندگی و تغییرات در سطوح هورمون‌ها ممکن است همه در تغییر ناگهانی بوی بدن نقش داشته باشند. تغییر در بوی بدن می‌تواند بخش طبیعی از رشد مانند دوران بلوغ باشد. در دوران بلوغ، غدد عرق و هورمون‌ها فعال‌تر می‌شوند که می‌تواند باعث بوی بد عرق شود.

کمبود ویتامین

کمبود ویتامین و مواد معدنی یا سوء جذب آن‌ها گاهی اوقات می‌تواند باعث بوی بد عرق یا مدفوع شود.

ویتامین C: اسکوربوت، بیماری ناشی از کمبود شدید ویتامین C است. اگرچه این بیماری در کشورهای توسعه یافته غیرمعمول است، افراد مسن، افراد کم درآمد و... ممکن است در معرض خطر بیشتری باشند. عرق با بوی بد یکی از علائم اسکوربوت است. شما می‌توانید با خوردن میوه و سبزیجات بیشتر مانند مرکبات، گوجه فرنگی و استغناج، ویتامین C بهره ببرید. مصرف ویتامین C همچنین می‌تواند جذب آهن را بهبود بخشد و خطر ابتلا به کم خونی را کاهش دهد.

ویتامین B۲: در مبتلایان به بیماری تری متیل آمینوری، ترکیب تری متیل آمین در بدن انباشته می‌شود و از طریق عرق، ادرار، مایعات تولید مثل و تنفس آزاد می‌شود. به گفته موسسه ملی تحقیقات ژنوم انسانی، نتیجه این ترشحات یک بوی قوی ماهی است. اگر تری متیل آمینوری دارید، مصرف مکمل‌های حاوی ویتامین B۲ توصیه می‌شود. کمبود ویتامین B۲ ممکن است باعث این اختلال نشده باشد اما ریبوفلاوین (ویتامین B۲) اضافی در رژیم غذایی همراه با کاهش غذاهای حاوی تری متیل آمین مانند سبزیجات چلیپایی و غذاهای دریایی می‌تواند به شما کمک کند. شما می‌توانید ریبوفلاوین را از گوشت گاو، شیر، تخم مرغ و آجیل دریافت کنید.

رژیم غذایی

غذاهایی که می‌خورید گاهی اوقات می‌تواند باعث تغییر ناگهانی و موقت در بوی بدن شوند. بعضی غذاها همچنین می‌تواند باعث تولید گاز بیشتر و نفخ شوند. برخی از غذاهایی که ممکن است باعث ایجاد نفخ و گاز شوند، عبارت‌اند از:

کلم بروکلی - گل کلم - کلم - مارچوبه

رژیم غذایی می‌تواند بر بوی بدن تاثیر بگذارد. برخی تحقیقات نشان داده است که مردانی که رژیم غذایی سالم و سرشار از میوه و سبزیجات داشتند، بوی بدن بهتری داشته‌اند. تحقیقات دیگر نشان می‌دهد که مصرف زیاد گوشت در مقایسه با رژیم غذایی گیاهی ممکن است نشانی منفی بر بوی بدن داشته باشد.

علائم تغییر ناگهانی بوی بدن

تغییر ناگهانی بوی بدن معمولاً در ناحیه خاصی از بدن رخ می‌دهد. مناطق معمول شامل موارد زیر است:

اندام تناسلی

زیر بغل

پاها

دهان و گلو

ناف

سایر علائمی که ممکن است مشاهده شوند، به علت تغییر بوی بدن بستگی دارد. اگر تغییر بو به علت عفونت باشد، می‌تواند با علائم زیر همراه شود:

قرمزی

راش پوستی

خارش

ترشح

ابتکار

روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی

نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم

تلفن: ۸۸۹۷۵۱۰ - ۸۸۹۷۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۴۰۰۰

ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی‌ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک

۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷ - ۴۴۰۱۹۸۰۸

سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۷۵۳

توزیع: شرکت نشرگستر امروز - ۶۱۹۲۳۰۰۰

چاپ: صمیم / ۳-۱۰۱۲۸۵۵۸۶۵

شنبه ۱۸ / فروردین ۱۴۰۳ / شماره ۵۶۰۹

۲۶ رمضان ۱۴۴۵ - ۶ آوریل ۲۰۲۴

سال بیستم / ۱۲ صفحه

«اب»تکار

ناتینگ پرکار می‌شود؛ احتمالاً دو گوشی جدید در راه است!



ناتینگ ظاهراً در حال کار روی دو گوشی هوشمند که یکی از آن‌ها گوشی پرچمدار ناتینگ فون ۳ خواهد بود.

برند ناتینگ چندی پیش از گوشی میان‌رده مقرون به صرفه ناتینگ فون ۲۸ رونمایی کرد که در مقایسه با گوشی‌های میان‌رده پریمیومی مانند ناتینگ فون ۱ و فون ۲ از قیمت پایین‌تری بهره می‌برد. حالا اما به تازگی گزارشی منتشر شده مبنی بر این که ناتینگ در حال کار روی دو گوشی جدید است.

افشاگری به نام Dylan Roussel با به اشتراک گذاری پستی در شبکه اجتماعی ایکس (توییتر سابق) دو شناسه مدل متعلق به گوشی‌های موردانتظار ناتینگ را فاش کرد. این دو شناسه مدل به ترتیب «Tetris» و «PacManPro» نام دارند.

در حال حاضر، هنوز نام تجاری این گوشی‌ها مشخص نشده ولی با توجه برخی اطلاعات موجود می‌توان نام آن‌ها را حدس زد. برای مثال، ناتینگ فون ۲۸ ظاهراً از دو شناسه مدل PacMan و Aerodactyl بهره می‌برد. با توجه به این موضوع، می‌توان ادعا کرد که شناسه مدل PacManPro نسخه‌ای ناتینگ فون ۲۸ خواهد بود.

اخیراً نیز ناتینگ تایید کرد که در حال کار روی یک نسخه از ناتینگ فون ۲۸ است. در نتیجه، شناسه PacManPro احتمالاً به همین گوشی تعلق خواهد داشت.

از سوی دیگر، امکان دارد که شناسه Tetris نیز به گوشی ناتینگ فون ۳ اختصاص پیدا کند چرا که ناتینگ هنوز گوشی اصلی خود برای سال ۲۰۲۴ میلادی را عرضه نکرده است. برای مقایسه، ناتینگ فون ۲ در دو شناسه Alakazam و Pong روانه بازار شده است.

شایان ذکر است که تا رونمایی از ناتینگ فون ۳ زمان زیادی باقی مانده زیرا ناتینگ فون ۲ که نسل قبلی این دستگاه محسوب می‌شود در ماه ژوئیه سال ۲۰۲۳ میلادی معرفی شد.

ماشین

بازی

زیکر ۰۰۱ مدل ۲۰۲۴ با سریع‌ترین سرعت شارژ خودروهای برقی معرفی شد

رساند. زیکر به دنبال تأسیس ۱۰۰۰ جایگاه شارژ بسیار سریع در سال جاری است تا تعداد جایگاه‌های خود را به ۱۹۰۰ برساند. از بین ۵۴۹۰ شارژر موجود در این جایگاه‌ها، ۲۴۸۳ شارژر از سرعت شارژ ۳۶۰ کیلووات برخوردار هستند.

اما خودروی زیکر ۰۰۱ جدید در ماه فوریه معرفی شد و اولین نمونه‌های آن اخیراً به دست مشتریان رسیده‌اند. نسخه جدید این محصول نسبت به ۰۰۱ اولیه سال ۲۰۲۱ بهبودهای زیادی دارد که از جمله آن‌ها می‌توان به پلتفرم جدید و سیستم‌های کمک‌راننده پیشرفته اشاره کرد. فاصله بین محوری ۰۰۱ مدل ۲۰۲۴ نسبت به مدل قبلی ۶ میلی‌متر بیشتر شده و به ۳۰۰۵ میلی‌متر رسیده است. همچنین استفاده از معماری ۸۰۰ ولتی باعث می‌شود این خودرو توانایی پشتیبانی از شارژ بسیار سریع را داشته باشد.

تنها نسخه چهار چرخ محرک از این خودرو به باتری ۹۵ کیلووات ساعتی شژینگ مجهز است و تمامی نسخه‌های دیگر از باتری ۱۰۰ کیلووات ساعتی همین شرکت CATL با ویژگی‌های متفاوت استفاده می‌کنند. قیمت زیکر ۰۰۱ مدل ۲۰۲۴ نیز از حدود ۳۸ هزار دلار شروع شده و به ۴۶ هزار دلار می‌رسد. شایان ذکر است زیکر برند برقی چینی به شمار می‌رود و ۰۰۱ اولین خودروی آن بوده است. این برند در حال حاضر چهار خودرو با نام‌های ۰۰۱، ۰۰۷، ۰۰۹ و X را ارائه می‌کند. زیکر علاوه بر چین در بازارهای اروپا، خاورمیانه و جنوب شرق آسیا نیز حضور دارد.

زیکر ۰۰۱ مدل ۲۰۲۴ یک خودروی چینی است که عنوان سریع‌ترین سرعت شارژ خودروهای برقی در این کشور را به خود اختصاص می‌دهد.

بازار خودروهای برقی کشور چین به سرعت تغییر می‌کند. درست چند هفته پس از معرفی لی اتو مگا با توانایی شارژ ۱۰ تا ۸۰ درصدی باتری در ۱۰ دقیقه، زیکر ۰۰۱ مدل ۲۰۲۴ مدعی دستیابی به سریع‌ترین سرعت شارژ خودروهای برقی از نظر حداکثر سرعت شارژ شده است. این خودرو به باتری ۹۵ کیلووات ساعتی CATL مجهز است و تنها ۱۱ دقیقه و ۲۸ ثانیه زمان نیاز است تا شارژ ۱۰ درصدی باتری آن به ۸۰ درصد برسد.

زیکر ۰۰۱ شعاع حرکتی ۴۷۳ کیلومتری دارد و برای رسیدن به چنین سرعت شارژی از سوپر شارژر ۷۳ با دمای مطلوب ۲۶ درجه سانتی‌گراد استفاده می‌کند. حداکثر سرعت شارژ این باتری به ۵۴۶.۴ کیلووات می‌رسد و البته زمانی که میزان شارژ باتری بین ۱۰ تا ۳۵ درصد باشد، حداکثر سرعت شارژ به فراتر از ۵۴۰ کیلووات خواهد رسید و به این ترتیب می‌توان با ۵ یا ۱۰ دقیقه شارژ باتری به شعاع حرکتی ۲۶۶ و ۴۳۲ کیلومتری دست یافت.

باتری جدید شژینگ CATL از تکنولوژی کنترل دما برای دستیابی به شارژ بسیار سریع در اکثر دماها سود می‌برد. حتی در دمای منفی ۱۰ درجه سانتی‌گراد نیز می‌توان شارژ باتری را در عرض ۳۰ دقیقه به ۸۰ درصد



تازه‌های

علمی

گرفتن موشک با تور سیمی؛ طرح جدید چین

به جو زمین و نزدیک شدن به سطح آن دوباره روشن می‌شوند تا سرعت فرود را کاهش دهند. تا اینجا از همان روش اسپیس‌ایکس برای موشک فالکون ۹ استفاده می‌شود. با این حال، موشک فالکون ۹ پس از نزدیک شدن به سکوی فرود، از پایه‌های مخصوص فرود خود بهره می‌برد و به آرامی روی سکو می‌نشیند، اما موشک‌های چین در عوض قلاب‌هایی در بالای تقویت‌کننده خواهند داشت که به نوبه خود توسط شبکه‌های محکم از سیم‌ها گرفته می‌شوند. طبق آنچه در رسانه‌های دولتی چین به نمایش درآمده، گفته می‌شود مرحله اصلی موشک در حال توسعه لانگ مارچ ۱۰ (Long March 10) پس از بلند شدن جدا می‌شود و به زمین باز می‌گردد تا توسط شبکه‌ای از سیم‌های محکم در مرحله فرود در دریا گرفته شود.

روش‌های جدید همیشه کارساز نیستند

شایان ذکر است که این روش موسوم به Tightwire هنوز در مرحله مفهومی است و عملی بودن آن هنوز اثبات و تضمین نشده است. شرکت راکت‌لب روش بازپس‌گیری غیر متعارف موشک خود را آزمایش کرد. این شرکت در ماه مه ۲۰۲۲ برای اولین بار یک موشک را از آسمان با بالگرد گرفت، در حالی که فرود موشک با کمک یک چتر نجات کند شده بود. در حالی که آزمایش اولیه موفقیت‌آمیز بود، اما خلبان بالگرد به دلیل حرکات غیرمنتظره موشک و اختلالی که در پرواز بالگرد ایجاد می‌کرد، مجبور شد آن را اندکی پس از گرفتن در اقیانوس بیندازد. سرانجام راکت‌لب به این نتیجه رسید که این عملیات بسیار پیچیده است و از این روش استفاده نخواهد کرد. با این حال برخلاف روش راکت‌لب، تکنیک چینی‌ها از پیش‌رانش معکوس استفاده می‌کند که موفقیت بزرگی برای برنامه موشک فالکون ۹ اسپیس‌ایکس به ارمغان آورده است. حالا زمان نشان خواهد داد که آیا چین می‌تواند این موفقیت را تکرار کند یا خیر.

نظر می‌رسد چین برنامه دارد تا موشک‌های فضایی قابل استفاده مجدد خود را در هنگام بازگشت به زمین، با یک شبکه سیمی محکم بگیرد. به گزارش ایسنا، صنعت فضایی چین به دنبال رسیدن به شرکت پیشگام اسپیس‌ایکس است و در عین حال نوآوری‌های چشمگیر خود را نیز ارائه می‌کند. به نقل از آی، پیمانکار اصلی فضایی این کشور، یعنی شرکت علوم و فناوری هوافضای چین (CASC)، در حال توسعه موشک‌های لانگ مارچ خود و همچنین توسعه موشک‌های قابل استفاده مجدد است. این شرکت به تازگی اعلام کرده است که قصد دارد موشک‌های قابل استفاده مجدد خود را در هنگام ورود مجدد به زمین با استفاده از یک شبکه سیمی بگیرد.

روش جدید شکار موشک چین

شرکت علوم و فناوری هوافضای چین قصد دارد اولین موشک قابل استفاده مجدد دولتی چین را ظرف دو سال آینده به فضا پرتاب کند. این احتمالاً بخشی از برنامه چین برای ارسال فضانوردان به ماه تا سال ۲۰۳۰ خواهد بود. در این میان شرکت خصوصی گلکتیک لاکتیک (Galactic Energy) احتمالاً می‌تواند اولین موشک قابل استفاده مجدد خصوصی چین به نام پالاس-۱ (Pallas-1) را به زودی در سال جاری پرتاب کند. با این حال بعید است که در اولین پرواز خود مانند موشک قابل استفاده مجدد استارشیپ (Starship) متعلق به شرکت اسپیس‌ایکس بتواند بازیابی شود. در حالی که شرکت اسپیس‌ایکس بر فرود تقویت‌کننده عمودی موشک «فالکون ۹» که اکنون به یک موشک نمادین تبدیل شده تسلط پیدا کرده است، شرکت علوم و فناوری هوافضای چین در حال آزمایش رویکرد متفاوتی برای بازیابی تقویت‌کننده‌های قابل استفاده مجدد خود است. در روش این شرکت، موتورهای اولین مرحله موشک در هنگام ورود مجدد

آگهی مناقصه های عمومی یک مرحله ای (نوبت اول)



شرکت توزیع نیروی برق استان کرمانشاه

شرکت توزیع نیروی برق استان کرمانشاه در نظر دارد فعالیت‌های مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واگذار نماید. لذا پیمانکاران واجد صلاحیت و دارای کد فعالیت مرتبط در لیست رتبه بندی شرکت‌های خدماتی و پشتیبانی فنی و مهندسی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی، می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه پس از درج نوبت دوم این آگهی مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۱۹ در روزنامه ابتکار به مدت ۶ روز کاری به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند. لازم بذکر است برگزاری مناقصه های فوق از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت انجام می پذیرد ، لذا کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از این طریق انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت امضای الکترونیکی جهت شرکت در مناقصه را محقق سازند.

شماره مناقصه	شرح مناقصه	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	مبلغ تضمین شرکت در مناقصه (ریال)
۴۰۲/۸۹-۱ (تجدید مناقصه)	تامین نیروی انسانی جهت انجام فعالیتهای کارشناس فنی و غیرفنی، خدمات اداری و دفتری، کارپردازی، انبارداری، نگهداری، کارگری نظیفاتی و خدمات عمومی، رانندگی سبک و سنگین، تکنسین، سیمبان، پاسخگوی تلفن عملیات و ... در سطح شرکت توزیع نیروی برق استان کرمانشاه	۷۵۶,۹۰۰,۶۹۸,۷۵۶	۲۴,۱۵۸,۰۰۰,۰۰۰
۴۰۲/۹۰-۱ (تجدید مناقصه)	تامین نیروی انسانی جهت انجام فعالیتهای فنی و غیرفنی شامل فعالیت های سیمبانی، نگهداری، رانندگی سبک و سنگین، کارشناسی فنی و غیرفنی، نظیفاتی و... بصورت حجمی (با رزنا بای کیفی)	۵۶۵,۳۶۱,۶۲۲,۵۱۳	۱۸,۴۱۱,۰۰۰,۰۰۰

توضیحات:

- نوع تضمین شرکت در مناقصه(ضمانت نامه بانکی ، یا وارز وجه نقد و... به شرح مندرج در اسناد مناقصه)
- مهلت و مکان تسلیم پیشنهاد تا ساعت ۱۲ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۵ سامانه ستاد و تحویل پاکت الف به دبیرخانه شرکت
- زمان و مکان بازگشایی پاکات ساعت ۱۳ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۵ اتاق کنفرانس شرکت از طریق سامانه ستاد
- به پیشنهادهای فاقد سپرده ، سپرده مخدوش ، سپرده‌های کمتر از میزان مقرر ، چک شخصی و نظایر آن مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد .
- به پیشنهادهای فاقد امضاء ، مشروط ، مخدوش و پیشنهاداتی که بعد از انقضاء مدت مقرر در اسناد مناقصه واصل می‌شود ، مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد .
- سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است .
- جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۸۳-۳۲۸۵۵۵۵۷ تماس حاصل نمایید .

روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان کرمانشاه