

عکس‌نوشت



عکس: راحله حصاری / ایرنا

توت فرنگی رامیان در استان گلستان

سبک زندگی

جوش و آکنه را با این ویتامین از بین ببرید

ویتامین B۱۲ می تواند آلوده کننده های پوستی، باکتری ها و التهاباتی مثل جوش ها را از بین ببرد و باعث تغییر در فعالیت باکتری هایی می شود که روی سطح پوست ایجاد خواهند شد.

ویتامین B۱۲ در گوشت قرمز، محصولات لبنی و مکمل های مختلف برای عملکرد بهتر مغز و جلوگیری از کم خونی وجود دارد و همچنین می تواند آلوده کننده های پوستی، باکتری ها و التهاباتی مثل جوش ها را از بین ببرد و باعث تغییر در فعالیت باکتری هایی می شود که روی سطح پوست ایجاد خواهند شد.

به گزارش بهداشت نیوز، همانطور که می دانید آکنه‌ها فقط مخصوص جوانان و نوجوانان نیستند. درحقیقت بیشتر ما در برهه ای از زندگی با آن درگیر می شویم. تخمین زده شده است که ۸۰ درصد از مردم دنیا بین سنین ۱۱ تا ۳۰ سال ، با این آکنه ها مواجه می شوند.

بدترین قسمت قضیه اینجاست که بسیاری از افراد در دهه ۴۰ و ۵۰ زندگی می کنند، هنوز هم با آکنه ها درگیر هستند. از آن جایی که این آکنه ها کاملاً طبیعی هستند اما افراد اصلاً دوست ندارند که آن ها را تحمل کنند و همچنین دانشمندان نیز هنوز نمی دانند که علت اصلی ایجاد آکنه چیست و چگونه می توان از آن پیشگیری کرده و یا آن را درمان کرد.

طبق مطالعاتی که نتایج آن را در این بخش می خوانید مشخص شد که اثر التهابی ویتامین B۱۲ بر روی همه افراد مشابه و به یک میزان نیست و بلکه حتی ممکن است برای برخی افراد موجب رفع آکنه نشود.

ارتباط ویتامین B۱۲ با جوش و آکنه صورت

هویینگ لی یک مولکول شناس در دانشگاه لس آنجلس کالیفرنیا همراه با تیمش تصمیم گرفتند که روی سطح بالای ویتامین B۱۲ تمرکز کنند و تحقیقات خود را بر مبنای تجربیات شش ده گذشته قراردادند و مواردی را در این شش دهه مورد بررسی قرار دادند.

تقریباً تعداد زیادی از افرادی که ویتامین B۱۲ مصرف می کردند، با آکنه روبه رو بودند . اولین چیزی که به تشخیصش پرداختند، بررسی راه عبوری مولکول هایی بود که ویتامین B۱۲ در پوست تولید می کردند و باعث ایجاد آکنه می شدند. سپس این راه های عبوری مولکولی را بین افرادی که پوست سالم داشتند و افرادی که مستعد آکنه بودند، مقایسه کردند . آن ها به این نتیجه دست یافتند که ترکیب های زیستی ویتامین B۱۲ در افرادی که مستعد آکنه هستند، نمی تواند تنظیمات خوبی را در مسیر عبور این مولکول ها فراهم کند اما افراد با پوست سالم به خوبی از پس این کار بر می آیند .

در مرحله بعد تصمیم گرفتند که روی تاثیر افزایش مصرف ویتامین B۱۲ از منابع بیرونی بر روی سطح ویتامین B۱۲ تولید شده در باکتری پوست تحقیق کنند. آن ها ۱۰ نفر داوطلب با پوست سالم برای این تحقیق را انتخاب کردند و خواستند که تزریق ویتامین B۱۲ را انجام دهند.

در این آزمایش، جنیفر عبسی گزارش کرد که محققان به اثبات رساندند که مکمل B۱۲، مسیر عبور مولکول‌هایی که درگیر ترکیب سازی ویتامین هستند را سرکوب می کند. درحقیقت این ژن‌ها در افرادی که آکنه بیشتری دارند ، کمتر یافت می شود و بنابراین به نتیجه رسیدند که مصرف بالای ویتامین B۱۲ می‌تواند باعث افزایش باکتری در پوست شود و تولید مولکول‌های مقابله گر را کاهش دهد و نا تعادلی را در پوست ایجاد کند که باعث ایجاد آکنه خواهد شد.

طبق مطالعاتی که در مجله های علمی چاپ شده است، یکی از شرکت کننده ها توانست بعد از گذشت یک هفته از تزریق ویتامین B۱۲ با ناپدید شدن آکنه‌ها روبرو شود. زمانی که هویینگ لی و تیم او به آزمایش ژن‌های ایجاد کننده مسیر عبوری مولکولی در این فرد پرداختند، به این نتیجه رسیدند که افراد دیگر هم چهارده روز بعد از تزریق با از بین رفتن آکنه هایشان مواجه شدند. این تیم تمام ژن‌ها را در آزمایشگاه ها مورد بررسی قرار دادند.

باکتری‌ها از طریق تولید ترکیباتی به نام پورپورین پاسخ می دهند که باعث افزایش انواع التهاب می شود و ظاهر آکنه را بدتر خواهد کرد.

خانم لی گفت: جالب اینجاست به این نتیجه رسیدیم که ارتباط پنهانی بین ویتامین B۱۲ و تولید باکتری توسط پوست وجود دارد اما قبل از این که تصمیم به کنار گذاشتن مکمل ها و هر ماده غذایی که سرشار از ویتامین B۱۲ می باشد ، مثل ماهی، گوشت قرمز، تخم مرغ و غیره بگیریم ، باید به یاد داشته باشید که این تحقیق در وسعت کمی انجام شده و هنوز اثباتی برای این قضیه وجود ندارد.

اقتصاد

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: ۸۸۹۷۵۷۱۰ - ۸۸۹۹۴۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۵۳
توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۰۹۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم ۳-۱۰۱/۶۵۵۸۶۸۰

دوشنبه ۱۰ اردیبهشت ۱۴۰۳ / شماره ۵۶۲۷
۲۰ شوال ۱۴۴۵ - ۲۹ آوریل ۲۰۲۴
سال بیستم ۱۲ صفحه

«اب» تک‌کار

استیندراگون ایکس پلاس معرفی شد

انتشار جزئیات بیشتر درباره ایکس الیت

کوالکام امروز رسماً از استیندراگون ایکس پلاس به‌عنوان تراشه پایین‌رده خود پرده برداشت و جزئیات بیشتری درباره ایکس الیت منتشر کرد.

کوالکام امروز از عرضه قریب‌الوقوع پردازنده لبتاپی استیندراگون ایکس پلاس (X Plus) خبر داد و در عین حال اطلاعات بیشتری از استیندراگون ایکس الیت منتشر کرد. این محصولات برای اولین‌بار می‌توانند به‌صورت جدی تراشه‌های اپل، اینتل و AMD را به چالش بکشند.

معرفی تراشه استیندراگون ایکس پلاس استیندراگون ایکس پلاس تراشه پایین‌رده کوالکام برای لپ‌تاپ‌هاست. این تراشه ۱۰ هسته و ۴۴ مگابایت کش دارد و حداکثر فرکانس پردازش‌های چندرشته‌ای آن به ۳٫۴ گیگاهرتز می‌رسد. در این تراشه یک واحد پردازش عصبی (NPU) با توان ۴۵ TOPS نیز قرار داده شده تا پردازش‌های هوش مصنوعی مولد را انجام دهد.

استیندراگون X Plus از حافظه LPDDR۵X با حداکثر نرخ انتقال داده ۸۴۴۸ میلیون انتقال بر ثانیه (MT/s) پشتیبانی می‌کند و یک پردازشگر گرافیکی مجتمع آدرنو با قدرت ۳٫۸ ترافلاپس دارد. متأسفانه این تراشه تا نیمه دوم ۲۰۲۴ وارد بازار نخواهد شد.

استیندراگون ایکس پلاس در پنجم‌مارک چندرشته‌ای CPU حدود ۲۰۰۰ امتیاز کمتر از استیندراگون ایکس الیت دریافت کرده است، اما کوالکام ادعا می‌کند که همچنان می‌تواند ۱۰ درصد قوی‌تر از تراشه M۳ اپل باشد. این تراشه همچنین از نظر مصرف انرژی بسیار بهینه‌تر از تراشه‌های x۸۶ است و ظاهراً نسبت به اینتل Core Ultra ۷۱۵۵H حدود ۵۴ درصد مصرف برق کمتری دارد.

کوالکام همچنین اعلام کرد که سه پردازنده ۱۲ هسته‌ای استیندراگون X Elite را با حداکثر فرکانس پردازش چندرشته‌ای ۳٫۸ گیگاهرتز و GPU با ۴٫۶ ترافلاپس عرضه می‌کند. هر سه مدل NPU یکسانی دارند و از حافظه‌ای مشابه با سرعت استیندراگون ایکس پلاس بهره می‌برند. دو پردازنده برتر از قابلیت موسوم به Dual-Core Boost استفاده می‌کنند که فرکانس را به ۴٫۲ گیگاهرتز می‌رساند.

کوالکام می‌گوید پردازنده‌های آرم این شرکت برخلاف پردازنده‌های اپل و اینتل معماری خوشه‌ای ندارند و تمام هسته‌های آن‌ها هسته‌های پرقدرت هستند. در عین حال، این تراشه‌ساز ادعا می‌کند که محصولاتش از نظر قدرت، بهیچگی مصرف انرژی و شارژدهی باتری، تراشه‌های اپل، اینتل و AMD را شکست می‌دهند.

تراشه استیندراگون ایکس الیت به‌زودی وارد بازار خواهد شد و احتمالاً لپ‌تاپ‌های سرفیس پرو جدید، اولین محصولاتی خواهند بود که از قدرت این پردازنده‌های استفاده می‌کنند.

کوالکام می‌گوید تراشه‌های پلتفرم استیندراگون ایکس بهترین تجربه را ارائه می‌کند و آماده‌اند تا صنعت کامپیوترهای شخصی را متحول کنند. حالا باید منتظر ماند و دید که پس از عرضه این محصولات در بازار، آن‌ها در تست‌های دنیای واقعی چه عملکردی به‌خصوص در برابر تراشه‌های اپل خواهند داشت.



ماشین بازی

معرفی شاسی بلندهای آفرود چری جتور شانهای T۱ و T۵



یکی از شلوغ‌ترین غرفه‌های نمایشگاه پکن ۲۰۲۴ به چری اختصاص دارد و برند جتور نیز با دو شاسی‌بلند آفرود شانهای T۱ و T۵ در این رویداد حضور یافته است.

بر اساس گزارش رسانه‌ها، شاسی‌بلند T۱ از سه‌ماهه پایانی امسال

مدل‌های X۷۰، X۹۰ و داشتن که جزو دسته اول هستند در دسترس خریداران قرار دارند. همچنین از میان وسایل نقلیه با آفرود سبک فیز تراولر و شانهای T۲ عرضه شده‌اند.

چری جتور شانهای T۱ به عنوان یک شاسی‌بلند کامپکت معرفی شده و شکل جعبه‌ای مرسوم می‌دارد. طول و فاصله بین محوری این خودرو به حدود ۴٫۷ و ۲٫۸ متر می‌رسد و رینگ‌های ۱۹ اینچی دو رنگ به همراه لاستیک‌های کارتر جزو ویژگی‌های خاص آن هستند. آنچه در نمای جلو بیش از همه جلب‌توجه می‌کند دسته چهارتایی چراغ‌هاست که با روشن شدن جلو‌های خاص به T۱ می‌بخشد. جتور شانهای T۱ از قوای محرکه هیبریدی TGD۱ AC۲۰۱۸ نسل پنجم چری سود می‌برد و داده‌های رسمی نشان می‌دهد حداکثر قدرت ترکیبی این شاسی‌بلند به ۶۰۳ اسب بخار می‌رسد و سیستم چهار چرخ محرک نیز به‌صورت استاندارد وجود دارد.

دومین محصول جتور در نمایشگاه پکن ۲۰۲۴ شاسی‌بلند شانهای T۵ از سری محصولات آفرودر سنگین است که همانند مدل T۱ ظاهری جعبه‌ای شکل دارد و از جمله ویژگی‌های بصری آن می‌شود به سپرهای ضخیم، روف راک‌های گیرا، لاستیک‌های آفرود و لاستیک زباس نصب شده روی در پشتی اشاره کرد. طول/عرض/ارتفاع این شاسی‌بلند به ۵٫۴۳/۲٫۰۵/۱٫۹۶ متر می‌شود و فاصله بین محوری آن به ۳۱۰۰ میلی‌متر می‌رسد تا شانهای T۵ در رده شاسی بلندهای میان سایز و بزرگ قرار گیرد.

قوای محرکه چری جتور شانهای T۵ متشکل از یک پیش‌رانه ۲ لیتری بنزینی و دو موتور برقی است. چینی‌ها قدرت کل این خودرو را ۷۵۱ اسب بخار و گشتاور آن را ۷۹۵ نیوتون متر اعلام کرده است. نهایتاً باید گفت شعاع حرکتی مجموع T۵ حدود ۱۴۰۰ کیلومتر با باک سوخت پر و شارژ کامل باتری خواهد بود.

اولین پرواز مسافربری خودروی پرنده در جهان



کلاین ویزن می‌گوید مدل دو نفره این خودروی پرنده وزنی در حدود ۱۱۰۰ کیلوگرم دارد و ظرفیت بلند کردن بار آن ۲۰۰ کیلوگرم است. همچنین قادر است تا ارتفاع ۲۵۰ متر توج بگردد و به حداکثر سرعت ۱۰۳ گره (۱۹۰ کیلومتر بر ساعت) دست یابد.

این شرکت برای ساخت نمونه‌های آینده ایرکار، آزمایش موتور هوانوردی پیشرفته ADEPT Airmotive را به پایان رسانده است که به طراحی قوی، سبک و کم‌مصرف مشهور است.

خود را انجام داد که طی آن یک پرواز ۳۵ دقیقه‌ای بین فرودگاه‌های بین‌المللی نیترا و برنایتسلاوا را در اسلواکی انجام داد.

این خودروی پرنده در ژانویه ۲۰۲۲ گواهی صلاحیت پروازی دریافت کرد و این شرکت ادعا می‌کند که نمونه اولیه آن ۱۳۰ ساعت پرواز و ۵۲۰ برخاست و فرود در فرودگاه‌های بین‌المللی مختلف را به ثبت رسانده است.

خودرو پرنده AirCar شامل چندین واحد کاربردی است که برای انجام همزمان سفرهای زمینی و هوایی طراحی شده‌اند. بدنه آیرودینامیکی آن نه تنها مسافران را به راحتی در خود جای می‌دهد، بلکه عملکرد بالابری را در طول پرواز نیز افزایش می‌دهد.

از جمله ویژگی‌های پیشرفته آن می‌توان به بال‌های جمع شونده، دم تاشو و سیستم استقرار چتر نجات اشاره کرد. دم تاشوی آن نقش مهمی در بهبود پایداری طولی و قابلیت‌های برخاستن مانند هواپیماهای سنتی دارد. ضمن اینکه در حالت سفر زمینی، این دم جمع شده و با اندازه جمع و جورتر به تطبیق‌پذیری ایرکار در محیط‌های شهری کمک می‌کند.

این شرکت اعلام کرده است که قصد دارد در پیشرفته‌های آتی خود اقدام به تولید خودروهای پرنده دارای سه و چهار نفره، موتورهای دوگانه و یک نسخه آبی‌خاکی کند.

نمونه اولیه AirCar به موتور ۱۶۰ اسب بخاری شرکت بی‌ام‌مجهز شده است که دارای یک ملخ ثابت و یک چتر برای اقدامات ایمنی بیشتر است.

تازه‌های علمی

یک شرکت اسلواکیایی موفق شد اولین پرواز یک خودروی پرنده به همراه یک مسافر را به انجام برساند.

یک شرکت هوانوردی متعلق به کشور اسلواکی موسوم به کلاین ویزن (Klein Vision) اولین پرواز مسافربری جهان را با خودروی پرنده خود انجام داد.

ایسنا نوشت؛ به نقل از آی‌ای، شرکت کلاین ویزن با خودروی پرنده خود به نام ایرکار (AirCar) در حالی که یک نوزاده فرانسوی به نام ژان میشل ژار را به عنوان مسافر در خودروی پرنده خود داشت، به این نقطه عطف دست یافت.

این آزمایش در یک باند فرودگاهی در کشور اسلواکی انجام شد. در ویدیویی که این شرکت منتشر کرده است، یک خودروی پرنده اسپرت بال‌دار دیده می‌شود که در ابتدا روی باند فرودگاه روی چهار چرخ خود حرکت می‌کند و سپس با باز شدن بال‌های کنار و عقب و سرعت گرفتن، از زمین بلند می‌شود و در هوا معلق می‌ماند. چند دقیقه بعد نیز به سلامت فرود می‌آید.

گفتنی است که در ژوئن ۲۰۲۳ یک خودروی پرنده به نام «مدل ای» (Model A) که توسط شرکت الف ایرونوتیکس (Alef Aeronautics) که مقر آن در کالیفرنیاست، توسعه یافته است، گواهینامه صلاحیت پروازی ویژه را از اداره هوانوردی فدرال ایالات متحده دریافت کرد. این اولین وسیله نقلیه در نوع خود است که مجوز رسمی پرواز را از دولت ایالات متحده دریافت می‌کند.

توسعه خودروهای پرنده

در سال ۲۰۲۱ خودروی پرنده AirCar اولین پرواز درون شهری

ویرترین

نخستین محموله کتاب‌های خارجی نمایشگاه رسید



اسماعیل جانعلی‌پور از ورود نخستین محموله کتاب‌های خارجی به وزن ۲۴ تن از مقصد کشور لبنان به تهران خبر داد.

به گزارش ایسنا به نقل از ستاد خبری سی‌ویجنیم نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران، اسماعیل جانعلی‌پور، مدیر کمیته ناشران خارجی نمایشگاه کتاب تهران بیان کرد: یکی از بخش‌های اصلی کمیته ناشران خارجی سی‌ویجنیم نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران مساله تمشیت امور مربوط به واردات کتاب و تسهیل امر ورود کتاب به کشور، تبیین آیین‌نامه‌های مرتبط با این موضوع و نظارت بر محتوای کتاب‌های وارداتی به نمایشگاه است. کمیته نظارت و ارزیابی محتوایی در مجموعه ناشران خارجی این فعالیت‌ها را انجام می‌دهد.

مدیر کمیته ناشران خارجی سی‌ویجنیم نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران با بیان اینکه بخش گمرک نمایشگاه به متراژ ۹۰۰ متر مربع آماده دریافت کتاب‌های ناشران خارجی و موزعین کتاب از کشورهای دیگر است، افزود: این کتاب‌ها پس از بررسی و تطبیق با آیین‌نامه داخلی نمایشگاه، آماده عرضه در بخش اصلی نمایشگاه خواهند بود.

او ادامه داد: نخستین محموله کتاب‌های خارجی از ۱۱ شتر عربی به وزن ۲۴ تن از مقصد کشور لبنان شنبه (هشتم اردیبهشت ماه ۱۴۰۳) وارد تهران شد و امور ترخیص و گمرک این کتاب‌ها انجام شده و پس از طی مراحل برای عرضه در نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران آماده می‌شوند.

جانعلی‌پور در پایان گفت: برخی از موزعین که در طول سال کتاب‌هایی برای عرضه در نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران وارد کرده بودند نیز در روزهای گذشته مراحل گمرکی خود را طی کردند و طی این هفته وارد فضای سالن ارزیابی محتوایی خواهند شد تا برای عرضه در نمایشگاه آماده شوند.

سی‌ویجنیم دوره نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران با شعار «بخشایم و بسازیم» از ۱۹ تا ۲۹ اردیبهشت (۱۴۰۳) در محل صملاهی امام خمینی(ره) به شکل حضوری و در سامانه ketab.ir به صورت مجازی برگزار می‌شود.