



عکس: مهدی محبی پور / ایرنا

آتش در کشت‌زار



تجربه سردرد فقط در سمت راست سر غیرعادی نیست. انواع مختلفی از سردردها مانند میگرن و سردردهای خوشه ای باعث ایجاد درد یک طرفه (یک طرفه) می شوند. سردرد سمت راست به طور کلی از نظر علل احتمالی تفاوتی با سردرد سمت چپ ندارد. در حالی که سردرد اغلب موقتی است و با درمان کم یا بدون درمان برطرف می شود، برخی از افراد درد طولانی مدت و شدیدی را تجربه می کنند. درمان‌های خانگی، داروها و روش‌ها همگی برای کمک به تسکین علائم شما در دسترس هستند.

سردرد در سمت راست سر به درد یا ناراحتی در یک طرف سر اشاره دارد. احساس سردرد یک طرفه به نوع سردردی که تجربه می کنید بستگی دارد، زیرا علائم و شدت آن می تواند از فردی به فرد دیگر متفاوت باشد. محل نیز می تواند متفاوت باشد و باعث ایجاد درد در پشت چشم، در یک شقیقه، یا در یک طرف فک و گردن شود. سردرد سمت راست می تواند حاد (کوتاه مدت) یا مزمن (طولانی مدت) باشد. بسته به علت سردرد شما، درد می تواند ناگهانی یا تدریجی باشد. سردردهای یک طرفه نیز بر قسمت های مختلف سر و صورت تأثیر می گذارد و علائم دیگری را ایجاد می کند. در حالی که علائم دقیق شما به شرایطی که باعث درد شما می شود بستگی دارد، علائم سردرد سمت راست می تواند شامل موارد زیر باشد:

ضربان دار شدن، درد ضربان دار، احساس ضربان دار شدن، تهوع و استفراغ ضعف عضلانی حساسیت به نور یا صدا حساسیت پوست سر حساسیت قرمزی چشم قرمزی بینی احتقان بینی علل بالقوه ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی سردردها را بر اساس علل آن به دو نوع اولیه و ثانویه تقسیم می کنند. سردردهای اولیه به خودی خود و در غیاب شرایط دیگری رخ می دهد. سردرد ثانویه ناشی از یک بیماری زمینه ای است. هر دو نوع سردرد می توانند باعث درد در سمت راست سر شما شوند.

چگونه می توان از سردرد سمت راست جلوگیری کرد

در بسیاری از موارد، سردرد سمت راست قابل پیشگیری است، به خصوص اگر این سردرد در نتیجه اختلالات سردرد اولیه باشد. راهبردهای پیشگیری زیر را در نظر بگیرید: از محرک‌هایی مانند کافئین، نورهای روشن، یا تماشای بیش از حد صفحه پرهیز کنید. برای هیدراته ماندن هشت لیوان آب در روز بنوشید مصرف الکل و تنباکو را محدود کنید. برنامه خواب منظمی تنظیم و دنبال کنید. ورزش منظم و فعالیت بدنی را مدیریت کنید. استرس خود را از طریق تکنیک هایی مانند مدیتیشن، یوگا، یا گذراندن وقت با عزیزان و دوستان کنترل کنید. این نکته را هم در نظر بگیرید، سردرد در سمت راست سر شما می تواند آزاددهنده باشد. چندین بیماری زمینه ای مانند میگرن، سردردهای خوشه‌ای و عفونت‌ها می‌توانند باعث ایجاد درد در یک طرف سر شما شوند. درد سمت راست و چپ معمولاً دلایل یکسانی دارند. به طور کلی، علت درد شما خفیف است و با داروهای خانگی و دارو قابل درمان است. با این حال، ممکن است به دلیل اتوریسیم مغزی یا سکتة مغزی سردردهای یک طرفه را تجربه کنید، پس ضروری است که فوراً به دنبال مراقبت های پزشکی برای تسکین علائم و جلوگیری از عوارض باشید.

اولین استیشن برقی تاریخ فولکس‌واگن



شرکت فولکس‌واگن از خودروی جدید V.ID.7 تورر به عنوان اولین استیشن برقی تاریخ خود رونمایی کرد. زمین‌ها در سال ۲۰۱۹ کانسپت ID. Space Vizzion را معرفی کردند و V.ID.7 تورر نسخه تولیدی همان کانسپت است که اولین تلاش فولکس‌واگن برای حضور در کلاس استیشن‌های بدون آلایندگی محسوب می‌شود. این خودرو در کنار دیگر مدل‌های درون‌سوز و استیشن فولکس‌واگن یعنی گلف، پاسات و آرتئون شوتینگ بریک قرار می‌گیرد. اگرچه استیشن‌ها معمولاً کمی بزرگ‌تر از خودروهای سدان معادل هستند اما وضعیت V.ID.7 تورر متفاوت است چراکه طول، عرض، ارتفاع و فاصله بین محوری آن مشابه مدل استاندارد است. به این ترتیب با خودرویی روبرو هستیم که طول/عرض/ارتفاع به ترتیب ۱۵۳۶/۱۸۶۲/۴۹۶ میلی‌متری دارد و فاصله بین محورهایش

وسایلی با طول ۱۰۷۵ میلی‌متر را در بخش پشتی استیشن برقی فولکس‌واگن حمل کرد. برای انتقال وسایل طولی‌تر کافی است صندلی عقب خوابانده شود تا حداکثر فضای باری با طول ۱۹۴۸ میلی‌متر در دسترس قرار گیرد. این خودروساز آلمانی ادعا می‌کند حداکثر پهنای بین قوس چرخ‌های روبرویی به ۱۰۰۰ میلی‌متر می‌رسد. V.ID.7 تورر از نظر طراحی ظاهری و داخلی خودرویی آشناست چراکه فولکس‌واگن در شکل‌دهی به آن هیچ ریسکی نکرده است. در واقع این خودرو همان V.ID.7 استاندارد با سقف طولی‌تر و بخش عقب فرجه‌تر است و سانروف پانورامیک سفارشی‌اش از لایه کریستال مایع پلیمری PDLC سود می‌برد تا مالکان بتوانند آن را با فشار یک دکمه شفاف یا تیره بکنند. این ویژگی مفید چندین سال است در خودروهای گران‌قیمت و لوکس دیده می‌شود اما کم‌کم به خودروهای رده میانی‌تر هم راه یافته است.

در قلب فولکس‌واگن V.ID.7 تورر جدید همان موتور برقی موجود در برادر سدان دیده می‌شود که ۲۸۲ اسب بخار قدرت و ۵۴۵ نیوتون متر گشتاور تولید می‌کند. در زمان عرضه نسخه سفارشی پرو ویژن هم قابل انتخاب خواهد بود که از باتری ۷۷ کیلووات ساعتی برخوردار است. مدل پرو S هم وجود دارد که با باتری ۸۶ کیلووات ساعتی تولید خواهد شد. فولکس‌واگن می‌گوید استفاده از باتری بزرگ‌تر سبب فراهم شدن شعاع حرکتی ۶۸۵ کیلومتری می‌شود. حداکثر سرعت شارژ باتری کوچک‌تر به ۱۷۵ کیلووات می‌رسد درحالی‌که باتری بزرگ‌تر را می‌توان با شارژر ۲۰۰ کیلوواتی شارژ کرد. ۸۰ درصد رساند و البته همانند هر خودروی برقی دیگری، حداکثر برد خودرو به ابعاد رینگ‌های ۱۹ تا ۲۱ اینچی بستگی خواهد داشت. فرایند تولید V.ID.7 تورر جدید در کارخانه ایدِن آلمان صورت می‌پذیرد یعنی جایی که نسخه عادی V.ID.7 و همچنین ۴.ID تولید می‌شود. سخنگوی فولکس‌واگن اعلام کرده این خودرو در آمریکا عرضه نخواهد شد اما قرار است نسخه استاندارد از نیمه دوم سال ۲۰۲۴ راهی این کشور شود.

ناسا تایید کرد در حال ایجاد یک «منطقه زمانی» برای ماه است



شوند. شایان ذکر است که چین و روسیه از پیوستن به آن خودداری کرده‌اند. برنامه ارتباطات و ناوبری فضایی ناسا(Scan) این ابتکار را رهبری خواهد کرد. یکی از اهداف L.T.C این است که در آینده برای اجرام آسمانی دیگر از جمله مریخ نیز مقیاس‌پذیر باشد. ساعت هماهنگ یا استاندارد زمانی با میانگین سنجش ساعت‌های اتمی در ماه تعیین می‌شود، اگرچه مکان استقرار آنها هنوز مورد بحث است. چنین سنجش میانگینی شبیه به نحوه محاسبه زمان هماهنگ جهانی زمین(UTC) توسط دانشمندان است. زمان‌سنجی در زمین به زمان هماهنگ جهانی(UTC) متکی است که توسط شبکه‌ای از ساعت‌های اتمی دقیق در سراسر جهان نگهداری می‌شود. ناسا قصد دارد از طریق برنامه آرتیمیس(Artemis) خود، ماموریت‌های سرشنسین‌دار را پس از بیش از نیم قرن به ماه بفرستد. ماموریت «آرتیمیس ۲» که برای سپتامبر ۲۰۲۵ برنامه‌ریزی شده است، قصد دارد چهار نفر را به مدار ماه بفرستد و یک سال پس از آن، ماموریت «آرتیمیس ۳» فضانوردان را در نزدیکی قطب جنوبی ماه فرود خواهد آورد.

کم اما قابل توجه است و یک زمان هماهنگ قمری باید این تفاوت را محاسبه کند. شریل گراملینگ(Cheryl Gramling) رئیس بخش زمان‌بندی و استانداردهای ناسا در بیانیه‌ای مطبوعاتی گفت: برای چیزی که با سرعت نور حرکت می‌کند، ۵۶ میکروثانیه زمان کافی برای پیمودن مسافت تقریباً ۱۶۸ زمین‌فوتبال است. زمان هماهنگ قمری برای انجام عملیات‌ها به صورت روان و هماهنگی با زمین کلیدی است. کافی است به هر چیزی از انتقال داده تا ناوبری و حتی ارتباطات ساده فکر کنید. همگام‌سازی آنها بدون زمان هماهنگ قمری استاندارد و توافق‌شده بسیار دشوار خواهد بود. در ماه آوریل کاخ سفید به ناسا دستور داد تا با وزارت کشور، بازرگانی، دفاع و حمل و نقل همکاری کند تا مسیر معرفی زمان هماهنگ قمری(L.T.C) را تا پایان سال ۲۰۲۶ طراحی کند. دین‌فغان جهانی، به ویژه امضاکنندگان توافق‌نامه آرتیمیس در آن نقش خواهند داشت. این توافق‌نامه که در سال ۲۰۲۰ ایجاد شد، شامل مجموعه‌ای رو به رشد از ۴۳ کشور متعدد به هنجارهایی است که انتظار می‌رود در فضا رعایت

چندی پیش کاخ سفید به ناسا دستور داد که تا پایان سال ۲۰۲۶ یک منطقه زمانی مخصوص برای کره ماه ایجاد کند و حالا ناسا اعلام کرده که به دنبال اجرایی کردن این دستور است. به گزارش ایسنا، ناسا تایید کرد که در حال توسعه یک سیستم زمان قمری جدید برای کره ماه است. کاخ سفید در ماه آوریل به ناسا دستور داد تا یک ساعت هماهنگ جدید را تا سال ۲۰۲۶ برای کره ماه ایجاد کند و حالا بیش از پنج ماه بعد، در تاییدیه‌آژانس فضایی آمریکا آمده است که با دولت آمریکا، شرکا و سازمان‌های استاندارد بین‌المللی برای ایجاد یک زمان هماهنگ قمری(L.T.C) کار خواهد کرد. برای درک اینکه چرا ماه به منطقه زمانی مخصوص خود نیاز دارد، باید به سراغ نظریات اینشتین رفت. نظریه‌های نسبیت او می‌گویند که چون گذر زمان نسبت به سرعت و گرانش تغییر می‌کند، زمان در همسایه آسمانی ما به دلیل گرانش ضعیف‌تر، کمی سریع‌تر می‌گذرد. بنابراین یک ساعت روی زمین در ماه حدود ۵۶ میکروثانیه در هر روز افزایش می‌یابد و این اختلاف می‌تواند مأموریت‌های آینده را که به دقت زیادی نیاز دارند، به خطر بیندازد. این مقدار،

پایان یک دوران؛ استیکر اپل از داخل جعبه آیفون ۱۶ حذف شد



اپل ظاهراً به دلایل مرتبط با حفظ محیط زیست تصمیم گرفته است که استیکرهای مشهور خود را در جعبه آیفون ۱۶ قرار ندهد. به گزارش ۹TO۵Mac، اپل تأیید کرده است که در جعبه آیفون ۱۶ دیگر برچسب‌های اپل عرضه نخواهند شد. در عوض، فقط با درخواست مشتریان هنگام خرید iPhone ۱۶ برچسب‌ها در دسترس قرار می‌گیرند. اگر آیفون ۱۶ را از فروشگاه اپل بخرید، می‌توانید هنگام خرید استیکر اپل را درخواست کنید؛ در غیر این صورت، اپل به‌صورت پیش‌فرض این استیکرها را درون جعبه دستگاه قرار نمی‌دهد. خرده‌فروشان شخص ثالث نیز به استیکرهای اپل دسترسی ندارند و اگر بخواهید آیفون ۱۶ را در منزل تحویل بگیرید، نمی‌توانید آن‌ها را دریافت کنید.

این تغییرات بخشی از اهداف زیست‌محیطی اپل و تلاش‌های مستمر برای رسیدن به نقطه کربن خنثی تا سال ۲۰۳۰ است. امسال، اپل به‌طور خاص اعلام کرد بسته‌بندی iPhone ۱۶ این شرکت را به هدف حذف تمام مواد پلاستیکی نزدیک‌تر می‌کند. درحالی‌که حذف این استیکرها پایان دوره‌ای از محصولات این شرکت را نشان می‌دهد، دور از انتظار نیست که هنگام عرضه ویژن پرو در فوریه، خریداران به‌سرعت به این نکته اشاره کردند که هیچ برچسبی در جعبه وجود ندارد. آپید پرو جدید و آپید ایر که ماه مه معرفی شدند، نیز برچسبی در جعبه نداشتند. با این اوصاف، احتمالاً در محصولات نسل بعد اپل نیز خبری از این برچسب‌ها نخواهد بود. این برچسب‌ها به شکل لوگوی اپل هستند و می‌توان آن‌ها را روی هر سطحی پرسباند. اپل اخیراً در مراسم It's Glowtime از محصولات متنوعی مانند آیفون ۱۶ معمولی، پلاس، پرو و پرو مکس رونمایی کرد. به غیر از این محصولات، واچ اولترا ۲، واچ سری ۱۰ و ایرپاد ۴ نیز معرفی شدند.

«دلاور بی ترمز» به کتابفروشی‌ها آمد



کتاب «دلاور بی ترمز» نوشته رحیمه جمال توسط نشر شاهد منتشر شد. به گزارش مهر، کتاب «دلاور بی ترمز» نوشته رحیمه جمال به تازگی توسط نشر شاهد منتشر و روانه بازار نشر شده است. این کتاب روایت داستانی از مجاهدت‌های جانباز (رمضان جرجانی» است. رمضان جرجانی فقط ۱۴ سال داشت که با وجود مخالفت‌های شدید خانواده از خانه و کاشانه گریخت و به سوی جبهه‌های نبرد شتافت. او زمستان‌های زمخت جبهه را که پنجه‌های تیزش گونه‌های پسران نوجوان را می‌خراشید تاب آورد و تا هنگام اعلام آتش‌بس، در دفاع از خاک و ناموس وطن از پا ننشست. این دلاور بی‌باک سال‌های جنگ و نبرد به همراه یارانش شاهکارهای حیرت‌انگیزی در فصل‌های نوجوانی و جوانی به یادگار گذاشت و همین رشادت‌ها بود که رحیمه جمال را تحت تأثیر قرار داد تا این ماجرا را که گاه با چاشنی طنز همراه شده؛ برای نوجوانان روایت کند. این کتاب روایت داستانی طنزگونه، دارد و تمامی شخصیت‌های کتاب واقعی هستند. شخصیت‌هایی چون سید هادی بروگردی، الله مازنی، فریدون علی‌کنولی، حبیب‌الله افتخاریان و مهدی باکری که هرچند شهید شدند اما خاطرات زندگی با آن‌ها، روایت داستانی جذابی را برای نوجوانان رقم زد. در بخشی از کتاب «دلاور بی ترمز» می‌خوانیم: «پیش مادر مهربان برگشتم و گفتم: خب می‌ذارم بزم یا نه؟» براق شد و گفت: - باز اومدی؟ نمی‌شه؛ پدرت نمی‌ذاره! یک آن برگ برنده‌ام را رو کردم. می‌دونی این چیه دیگه؟ تریاک! حالا اجازه میدی یا نه؟ چشم‌های مادر از تعجب گرد شد. می‌دانستم چنین واکنشی نشان می‌دهد. چون چند وقت پیش فردی تو روستا، بر اثر خوردن تریاک مرده بود. البته اگر بابا رجب خبر داشت دارم چه غلطی می‌کنم، نعشم را پهن می‌کردم. مادر هم، با یک حرکت آبی تریاک را از دستم قاپید. با تهدید گفتم: - که اینطور!... بلافاصله دومی را رو کردم و تو دهانم انداختم. رنگ مادر مثل گچ سفید شد و گفت: - دربار بر جبهه!« گفتم: خب خب، تریاکی نمی‌شم ولی قول دادی‌ها!«... این کتاب با ۲۷۱ صفحه، شمارگان هزار نسخه و قیمت ۱۵۰ هزار تومان عرضه شده است.