

«اپ»تکار



آیفون فولد بسیاری از فناوری‌های بکار رفته در آیفون ۱۷ ایر را دریافت می‌کند.

«مارک گرمن»، خیرنگار بلومبرگ، مجدداً تأیید کرده که اپل قصد دارد در سال آینده میلادی از آیفون تاشو رونمایی کند. تاکنون چندین منبع مختلف به همین بازه زمانی برای عرضه این محصول اشاره کرده‌اند.

این خیرنگار بلومبرگ پیش‌ازاین نیز گفته بود که آیفون تاشو اپل در سال ۲۰۲۶ روانه بازار می‌شود. هم‌زمان با بالاگرفتن شایعات در مورد این گوشی، گرمن در جدیدترین گزارش خود برای بلومبرگ باز هم تأکید کرده که آیفون تاشو در سال ۲۰۲۶ از راه می‌رسد. این محصول احتمالاً آیفون فولد نام خواهد گرفت.

تاکنون جزئیات زیادی از طراحی آیفون تاشو اپل به بیرون درز نکرده است، اما گرمن می‌گوید که این گوشی طراحی مشابه گلکسی زد فولد سامسونگ خواهد داشت و شامل نمایشگر داخلی بزرگ تاشو با نمایشگر بیرونی معمولی می‌شود که در نهایت حالتی شبیه به کتاب را به دستگاه می‌دهد. گرمن در ادامه اضافه می‌کند که آیفون فولد اپل بسیاری از فناوری‌های به‌کار رفته در آیفون ۱۷ ایر را دریافت می‌کند.

براساس شایعات، آیفون ۱۷ دوکمه Camera Control خواهد داشت و به مگ سیف نیز مجهز می‌شود. همچنین این گوشی احتمالاً از سنسور ۴۸ مگاپیکسلی برای دوربین اصلی و مودم ۱C۱ اپل نیز بهره می‌برد.

تا به‌امروز منابع مختلفی به سال ۲۰۲۶ به‌عنوان زمان عرضه آیفون تاشو اپل اشاره کرده‌اند. «مینگ چی کو»، تحلیلگر شناخته‌شده محصولات اپل، پیش‌ازاین گفته بود که اپل تولید انبوه آیفون تاشو خود را از نیمه دوم سال ۲۰۲۶ آغاز می‌کند و این محصول در اواخر ۲۰۲۶ یا اوایل ۲۰۲۷ به بازار می‌آید.

البته آیفون فولد احتمالاً تنها محصول تاشو اپل نخواهد بود. مارک گرمن پیش‌ازاین نیز گزارش داده بود که اپل درحال کار روی نسخه‌های تاشو آدید و میک‌وبک است، اما این محصولات احتمالاً تا ۲۰۲۷ یا ۲۰۲۸ وارد بازار نخواهند شد.

تازه‌های علمی

مهندسان دانشگاه نورث وسترن یک ضریبان‌ساز بسیار پیشرفته و فوق کوچک ساخته‌اند که با یک سرنگ تزریق می‌شود و می‌تواند پس از مصرف به طور بی‌ضرری در بدن حل شود.

به گزارش ایسنا، این دستگاه از نور مادون قرمز استفاده می‌کند که به طور عمیق و ایمن به بدن نفوذ می‌کند.

به نقل از آی‌تی، این ضریبان‌ساز جدید که برای ضریبان‌سازی موقت طراحی شده است برای نوزادانی مفید است که از نقایض مادرزادی قلب رنج می‌برند، زیرا در صورت نیاز به ضریبان‌سازهای سنتی، جایگزین کمتر تهاجمی به حساب می‌آید. این دستگاه کوچکتر از یک دانه برنج است و می‌تواند به یک ابزار پوشیدنی نرم، انعطاف پذیر و بی‌سیم که برای اتصال به سینه بیمار طراحی شده است، متصل شود. این دستگاه ترموستاتیک، ضریبان قلب فرد را کنترل می‌کند و هنگامی که ضریبان قلب نامنظم تشخیص داده می‌شود، پالس نوری از خود ساطع می‌کند که می‌تواند از پوست عبور کرده و ضریبان‌ساز را فعال کند.

جان ای راجرز (John A. Rogers)، محقق پیشگام در بیوالکترونیک نورث وسترن، که توسعه دستگاه را رهبری می‌کرد، می‌گوید: ما طبق دانش خود کوچکترین ضریبان‌ساز جهان را توسعه داده‌ایم.

ایگور ایفیموف (Igor Efimov)، سرپرست این مطالعه، افزود: انگیزه اصلی ما کودکان بودند. حدود یک درصد از کودکان با نقایض مادرزادی قلب متولد می‌شوند و خیر خوب این است که این کودکان تنها پس از جراحی به ضریبان‌ساز موقت نیاز دارند. اکنون، ما

سبک زندگی

۳ خوراکی مفید برای کنترل وزن



متخصصان تغذیه و سلامت همواره تأکید دارند اضافه وزن می‌تواند سلامتی افراد را در معرض خطر قرار دهد و حتی در مواردی احتمال مرگ زودرس را در پی داشته باشد.

به گزارش ایسنا، در حالی که داروهایی مانند اوزمپیک و دیگر داروهای مشابه برای کاهش وزن، تقاضای زیادی پیدا کرده‌اند، روزنامه «نیویورک‌پست» به نقل از دکتر «تاز باتیا» سه خوراکی را معرفی کرده است که به گفته او، می‌توانند در برنامه کاهش وزن موثر باشند.

آووکادو

آووکادو سرشار از روغن ام‌سی‌تی (MCT)، امگا۳ و امگا۹ است. روغن ام‌سی‌تی نوعی اسید چرب اشباع تشکیل‌شده از تری‌گلیسریدهای زنجیره متوسط است که هضم آنها از سایر چربی‌ها آسان‌تر است. امگا۳ و امگا۹ نیز همان چربی‌های سالمی هستند که به سلامتی قلب کمک می‌کنند و دربارشان بسیار شنیده‌ایم. از طرفی، آووکادو چگالی بالایی دارد، بنابراین ما را سیر نگه می‌دارد و باعث می‌شود سراغ میان‌وعده‌های مضر که فقط قند خون را افزایش می‌دهند و به چربی دور شکم اضافه می‌کنند، نرویم.

یک مطالعه در ژوئیه ۲۰۲۲ هم نشان داد که خوردن یک آووکادو در روز بر وزن بدن و چربی دور شکم تأثیر مثبتی دارد و تحقیقات دیگر نیز نشان داده‌اند افرادی که آووکادو می‌خورند به‌طور قابل توجهی کمتر از افرادی که آووکادو نمی‌خورند، اضافه وزن دارند.

توت‌ها

باتیا می‌گوید، انواع توت‌ها (Berries) سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها هستند که می‌توانند به کاهش التهاب و بهبود اکسیداسیون کلی بدن کمک کنند. منظور از اکسیداسیون فرایندی است که طی آن سلول‌های بدن از اکسیژن برای تولید انرژی استفاده می‌کنند. این فرایند در تمامی فعالیت‌های سلولی نقش دارد و به تولید رادیکال‌های آزاد منجر می‌شود که اگر به میزان زیاد در بدن تجمع کنند، می‌توانند التهاب و آسیب سلولی ایجاد کنند. در حالی که آنتی‌اکسیدان‌های موجود در مواد غذایی مانند توت‌ها کمک می‌کنند این رادیکال‌های آزاد خنثی شوند و آثار منفی آنها کاهش یابد.

از طرفی، توت‌ها نسبتاً کم‌کالری و کم‌چرب هستند و در مقایسه با دیگر میان‌وعده‌های شیرین، کربوهیدرات‌هایی دارند که به تقویت سلامت روده کمک می‌کنند.

نتیجه یک مطالعه در سال ۲۰۱۸ نشان داد که مصرف ۶۰۰ گرم توت سیاه در روز به مدت یک هفته، چربی‌سوزی و مقاومت به انسولین را در مردان دارای اضافه وزن یا چاق بهبود بخشید.

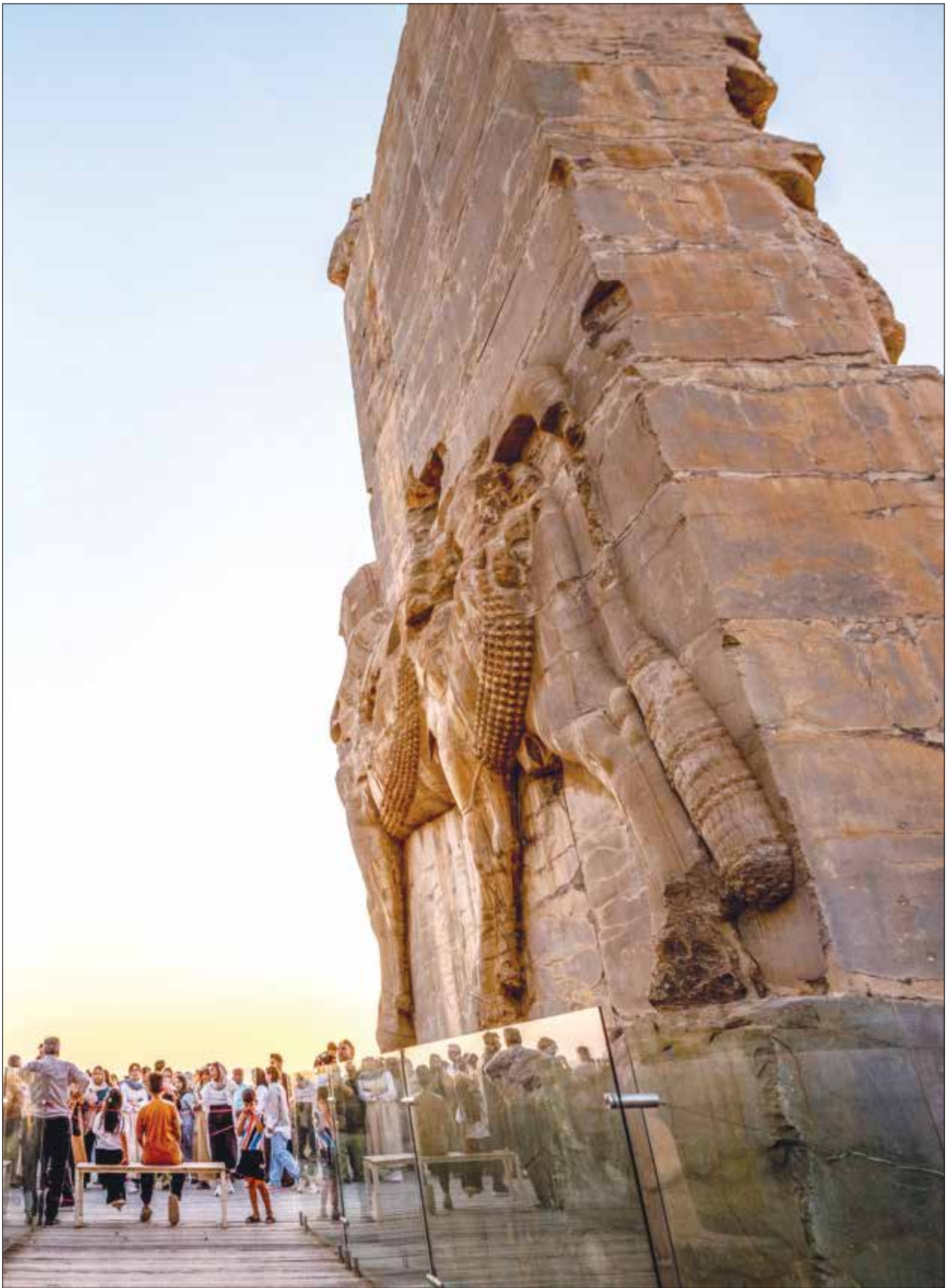
دانه چیا

به گفته دکتر باتیا، دانه‌های چیا «فیبر زیاد و چربی‌های سالم زیادی» دارند که می‌توانند ما را برای مدت طولانی‌تری سیر نگه دارند. تنها حدود ۲۸ گرم دانه چیا، ۳۵ درصد از نیاز روزانه ما به فیبر را تأمین می‌کند و از آنجا که حجم آن در معده افزایش می‌یابد، ما را سیر هم می‌کند.

دانه‌های چیا همچنین منبعی عالی برای کلسیم، منیزیم و آنتی‌اکسیدان‌ها هستند. یک مطالعه در سال ۲۰۲۴ نشان داد که مصرف روزانه ۳۰ گرم دانه چیا به مدت شش ماه به کاهش قابل‌توجه دور کمر در بزرگسالان دارای اضافه وزن منجر شد. احتمالاً متوجه شده‌اید که این سه خوراکی خواص مشترکی دارند. به گفته باتیا، الگو در اینجا مشخص است؛ فیبر، چربی و پروتئین موجود در آنها همگی عواملی هستند که بر میزان سیر شدن و مقدار غذایی که می‌خوریم، تأثیر می‌گذارند.

آخر ابتکار

عکس‌نویست



«تخت جمشید» باستانی‌ترین نگارخانه‌ی سنگی ایران

عکس: محمد عطایی / ایرنا

ویترین

«آنچه یک جوان باید بداند(ویژه دختران)» به ایستگاه بیست و نهم رسید



چاپ بیست و نهم کتاب «آنچه یک جوان باید بداند(ویژه دختران)» اثر رضا فرهادیان و بتول فرهادیان منتشر شد. به گزارش ایثنا به نقل از روابط عمومی مؤسسه بوستان کتاب، کتاب «آنچه یک جوان باید بداند (ویژه دختران)» اثر رضا فرهادیان و بتول فرهادیان در مؤسسه فرهنگی - تربیتی توحید تهیه و در ۸۸ صفحه به همت مؤسسه بوستان کتاب به چاپ بیست و نهم رسید.

جوان، برای اینکه آینده‌اش را تضمین کند، باید این مرحله را با موفقیت بگذراند. او برای رشد صحیح و طبیعی روحی و روانی خویش، نیازمند هدایت و راهنمایی مربیان صالح و خیراندیش است.

کتاب حاضر، در دو فصل، دختران جوان را با «بلوغ» و «انحرافات جنسی و راه درمان آنها» آشنا می‌کند و موضوعاتی مانند نگاه واقع بینانه داشتن و چگونگی معاشرت و خویشتن داری جوان را بررسی می‌کند.

این کتاب در دو فصل تألیف شده است؛ فصل اول با عنوان «جوان و دوران بلوغ» آینده نگری، واقع بینی و پدیده‌های جسمی بلوغ را بیان کرده، رشد ذهنی و عقلی جوان، ترس در جوانی و احکام دوران بلوغ را بررسی کرده و کشمکش‌های درونی و عوامل مهیج بیرونی، دیدگاه واقع بینانه، معاشرت با دوستان و خویشتن داری جوان را شرح داده است.

عنوان «انحرافات جنسی و راه درمان آن» عشق و جوانی، علل پیدایش انحراف جنسی و احکام انحراف جنسی از نظر اسلام را تبیین کرده و مراقبت‌های لازم دختران جوان، سخنانی چند از پیامبر(ص) و ائمه معصومین(ع) درباره جوانی و توبه جوان را به رشته تحریر درآورده است.

علاقمندان برای تهیه این کتاب می‌توانند به نشانی اینترنتی مؤسسه بوستان کتاب به آدرس www.bustaneketab.ir مراجعه کنند.

آستون‌مارتین والهالا آماده ورود به جاده‌ها می‌شود

گیرد.

والهالایی که به اسپانیا برده شده در نهایی کردن تنظیمات سیستم آیرودینامیکی فعال، فرمان و ترمزها به آستون کمک کرده است. از پروتوتایپی که در جاده‌های بریتانیا آزمایش شده هم‌برای کالیبراسیون کمک‌فترها استفاده شده است. در سینهٔ والهالا یک نیروگاه ۴ لیتری ۷۸ توئین توربوی میل‌لنگ تخت قرار گرفته است که از مرسدس AMG GT بلک سریز گرفته شده است و به‌تنهایی ۸۲۸ اسب بخار قدرت تولید می‌کند. علاوه بر این، دو موتور الکتریکی که مجموعاً ۲۵۲ اسب بخار قدرت تولید می‌کنند هم روی محور جلو نصب شده است تا سامانهٔ چهارچرخ محرک را فراهم کند. همچنین در گیربکس هشت سرعته دوکلاچه خودرو هم یک موتور الکتریکی دیگر تعبیه شده است.

البته کانسپتی که در سال ۲۰۱۹ معرفی شد به پیشرانهٔ ۷۶ کوچک‌تر ساخت خود آستون مجهز بود ولی بعداً در نسخهٔ تولیدی این موتور با پیشرانهٔ ۷۸ مرسدس جایگزین شد که به‌طور خاص برای این هاپیرکار تنظیم شده است. مثل فراری SF۹۰ استراداله، والهالا هم می‌تواند به‌صورت تمام الکتریکی و دیفرانسیل جلو حرکت کند اما بدون روشن شدن پیشرانهٔ بنزینی توان بیمایش زیادی را نخواهد داشت زیرا برد تمام الکتریکی این خودرو تنها ۱۴ کیلومتر اعلام شده است. همچنین حداکثر سرعت والهالا هم در این حالت روی ۱۳۰ کیلومتر بر ساعت محدود خواهد بود. با روشن شدن پیشرانهٔ ۷۸ اما والهالا ظرف تنها ۲.۵ ثانیه از صفر به سرعت صد کیلومتر بر ساعت می‌رسد و می‌تواند به حداکثر سرعت ۳۵۰ کیلومتر بر ساعت دست یابد.

والهالا باید آزمایش‌های نهایی را سپری کند. آستون‌مارتین با تجزیه‌وتحلیل پروتوتایپ‌ها در طول آزمایش‌های مختلفی که در بریتانیا و اسپانیا انجام می‌شود، مشکلات باقیمانده را برطرف خواهد کرد. بدین منظور، والهالا به بیست آزمایشی IDIADA در جادهٔ بین بارسلون و تاراگونا در کنار سواحل مدیترانه برده شده است تا این آزمایش‌ها پیرکار ۱۰۸۰ اسب بخاری تحت آزمایش‌های هندلینگ در بیست و خیس و خشک و همین‌طور آزمایش حرکت با سرعت‌های بالا قرار بیشتر خواهد بود.



باوروش سخت است که شش سال از زمان معرفی کانسپت آستون‌مارتین AM-RB ۰۰۳ می‌گذرد و حالا سرانجام آستون‌مارتین والهالا آمادهٔ ورود به جاده‌ها شده است. البته پیش از آنکه سازندهٔ

بریتانیایی تولید این بچه‌والکری را در سه‌ماههٔ دوم سال جاری آغاز کند، والهالا باید آزمایش‌های نهایی والهالا در بریتانیا و اسپانیا است تا تنظیمات نهایی خودرو برای ورود به جاده‌ها انجام شود.

برای این دستگاه از نور مادون قرمز استفاده می‌کند که به طور عمیق و ایمن به بدن نفوذ می‌کند. هنگامی که این ابزار پوشیدنی کاهش خطرناک ضریبان قلب را تشخیص می‌دهد، به طور خودکار LED را روشن می‌کند تا با ریتم طبیعی قلب چشمک بزند و ضریبان‌ساز را بر این اساس فعال می‌کند.

توسعه کوچکترین ضریبان‌ساز جهان که با سرنگ تزریق می‌شود



با توجه به اندازه کوچک این ضریبان‌سازها، پزشکان می‌توانند چندین دستگاه را در نقاط مختلف اطراف قلب کاشته و سپس با استفاده از نورهای رنگی مختلف آنها را به طور جداگانه روشن کنند. این ممکن است درمان سایر نارسی‌های قلبی، از جمله آریتمی را ممکن کند.

این فناوری پیشرفته همچنین کاربردهای دیگری در پزشکی بیوالکترونیک مانند تسریع بهبودی اعصاب و استخوان‌ها، درمان زخم‌ها یا مسدود کردن مسیر درد دارد.

این مطالعه در مجله نیچر منتشر شده است.