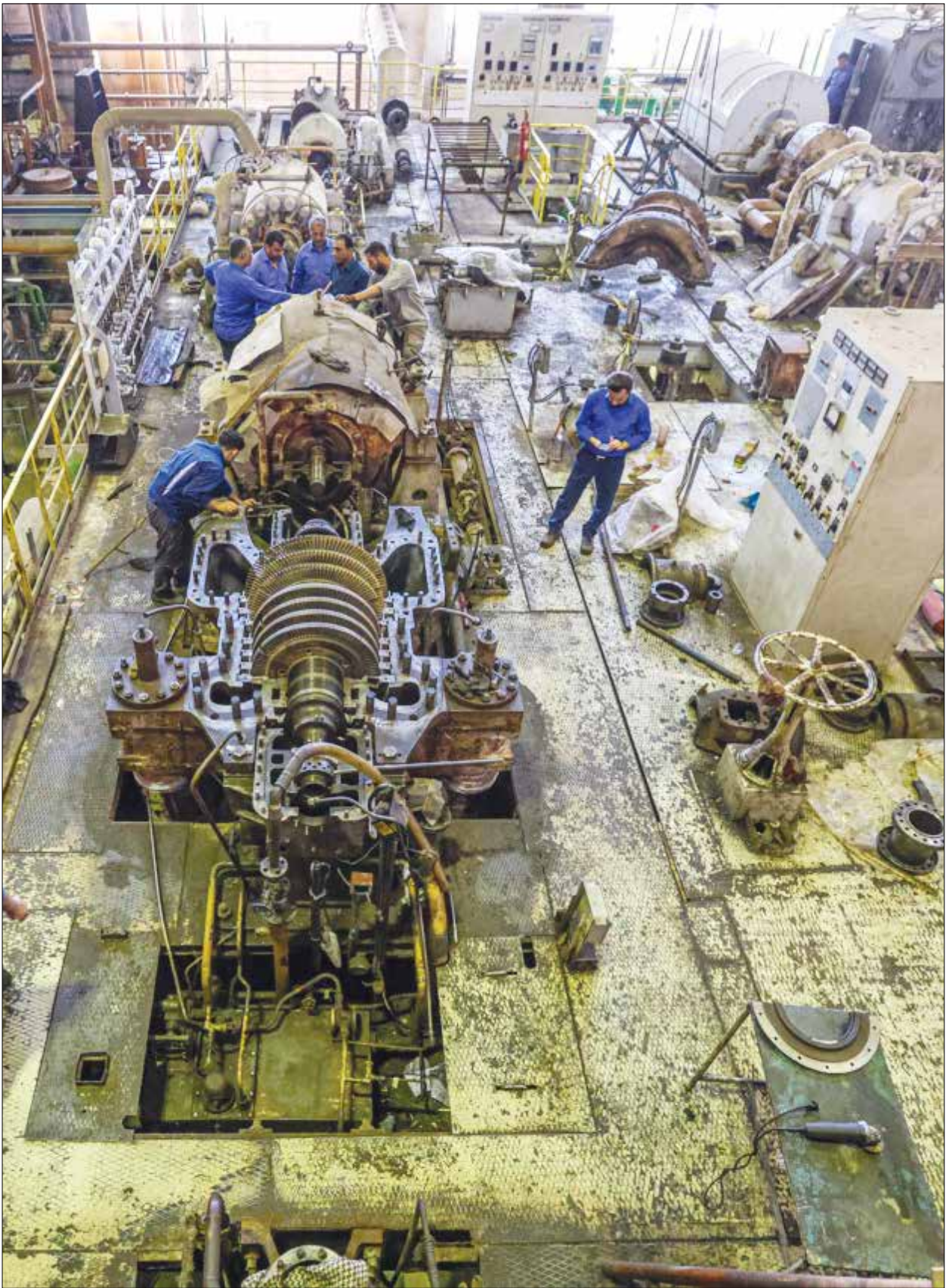




عکس: علی معرف / ایرنا

آماده‌سازی بزرگ‌ترین نیروگاه بخاری کشور برای تابستان ۱۴۰۴

این نشانه‌ها در تپش قلب را جدی بگیرید

سبک زندگی



یک فوق تخصص بیماری‌های قلبی و فلوشیپ آریتمی گفت: تپش قلب ناشی از کم خونی ممکن است با علائم دیگری همراه باشد که به صورت خستگی زیاد، رنگ پریدگی در پوست و ضعف عمومی در بدن دیده می‌شود که در چنین شرایطی نیاز به اقدام سریع پزشک است.

به گزارش ایسنا، دکتر علیرضا حیدری بکاولی با اشاره به اینکه تپش قلب سریع‌تر یا نامنظم می‌تواند نشانه‌ای از مشکلات قلبی باشد، گفت: تپش قلب را می‌توان به صورت‌های مختلفی مانند کوبیدن، تپیدن یا لرزیدن احساس کرد؛ زیرا

ناشی از ضربان غیرعادی قلب است.

وی با بیان اینکه علائم تپش قلب همیشه به دلیل ضربان قلب بسیار سریع یا کند نیست و گاهی نمایانگر ضربان قلب برادی کاردی است، افزود: تپش قلب ممکن است ناشی از دلایلی مانند استرس، ورزش یا هیجان باشد و یا اینکه نشانه‌ای از بروز یک بیماری جدی باشد. بنابراین، در صورت ادامه این علائم یا وجود علائم دیگر، بهتر است به پزشک مراجعه کرد تا مشکل به‌درستی تشخیص و درمان مناسب ارائه شود.

حیدری تصریح کرد: تپش قلب و دلهره ممکن است به دلایل مختلفی از جمله استرس، اضطراب ناشی از حمله پانیک، عوامل فیزیولوژیکی یا مشکلات قلبی ایجاد شود.

وی ابراز کرد: در بیماری‌های غده تیروئید معمولاً تولید بیش از حد هورمون‌های تیروئید باعث افزایش ضربان قلب و تپش قلب می‌شود. همچنین، کاهش سطح قند خون می‌تواند باعث افزایش ضربان قلب و تپش قلب شود.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: خستگی، خواب آلودگی، کاهش وزن، ناخوشی و افزایش اشتها ممکن است همراه تپش قلب احساس شود.

وی با بیان اینکه تپش قلب اگر با علائمی همچون درد قفسه سینه، گیجی، تنگی نفس شدید و حتی بیهوشی همراه باشد نیاز به پیگیری دارد، خاطرنشان کرد: در صورتی که تپش قلب به علت مشکلات قلبی باشد، ممکن است عوارض جدی برجای بگذارد که شامل بیهوشی، ایست قلبی، عفونت دور قلب، استروک یا سکته و نارسایی قلبی باشد.

حیدری با اشاره به اینکه فشارخون و کم خونی نیز می‌تواند علت ابتلا به تپش قلب شود، اظهار کرد: تپش قلب ناشی از کم خونی ممکن است با علائم دیگری همراه باشد که به صورت خستگی زیاد، رنگ پریدگی در پوست و ضعف عمومی در بدن دیده می‌شود که در چنین شرایطی نیاز به اقدام سریع پزشک است.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه در تپش قلب عصبی، گاهی عصبانیت می‌تواند به عنوان یک عامل مؤثر در عملکرد قلب و ایجاد ضربان قلب بالا تأثیر بگذارد، گفت: هنگامی که تپش قلب همراه با حس بی‌حسی و گرگز در اندام‌ها رخ می‌دهد، این می‌تواند نشان‌دهنده حمله اضطرابی یا اضطراب شدید باشد.

وی ادامه داد: تپش قلب هنگام تحرک و یا فعالیت‌های ورزشی، همراه با سرخ شدن صورت می‌تواند نشانه اختلالات پزشکی متنوعی از جمله استرس شدید، حمله‌های پانیک، فیبریلاسیون دهلیزی، یا اختلالات ریتم قلب باشد و اگر این نشانه همراه با درد یا فشار در قفسه سینه بوده و باعث محدودیت در انجام فعالیت‌های ورزشی شما شود، حتما باید به پزشک مراجعه کنید.

بنابر اعلام وزارت بهداشت، حیدری با اشاره به اینکه تپش قلب همراه با تفرق شدید یکی از نشانه‌های مهم برای مراجعه زودهنگام به پزشک است، گفت: برای بررسی وضعیت قلب، تعداد ضربان قلب در حالت استراحت مهم است و باید بین ۶۰ تا ۱۰۰ ضربان در دقیقه باشد. اما عوامل مختلفی مانند فعالیت بدنی، رژیم غذایی، میزان استرس و عوامل دیگر می‌توانند بر ضربان قلب اثر بگذارند.

وی بیان کرد: تنفس عمیق، تمرکز بر امور روزمره، کاهش استرس و نگرانی، خواب منظم و کاهش مصرف قهوه و چای، در بهبود تپش قلب مؤثرند.

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: 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
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۳۷۱۷۵۳
توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۰۳ - ۶۵۵۸۶۸۰۱
چاپ: صمیم

دوشنبه / ۲۵ فروردین ۱۴۰۴ / شماره ۵۸۸۲
۱۵ شوال ۱۴۴۶ - ۱۴ آپریل ۲۰۲۵
سال بیست‌ویکم / ۱۲ صفحه

«اپ» تکار

گلکسی زد فولد ۷ با اندروید ۱۶ در بنچمارک گیک‌بنچ دیده شد



احتمال معرفی رسمی گلکسی زد فولد ۷ در تیر یا مرداد امسال وجود دارد. گوشی گلکسی زد فولد ۷، نسل بعدی گوشی‌های تاشوی سامسونگ، به‌تازگی در پایگاه داده Geekbench دیده شده و اطلاعات مهمی درباره سیستم‌عامل و سخت‌افزار آن منتشر شده است. این گوشی تاشوی کتابی است و احتمالاً تیر یا مرداد امسال معرفی خواهد شد. براساس گزارش‌های اخیر، گلکسی زد فولد ۷ با شماره مدل SM-F۹۶۶U در این پایگاه ثبت شده و ویژگی قابل‌توجه آن استفاده از اندروید ۱۶ همراه نسخه جدید رابط کاربری سامسونگ، One UI ۸٫۰، است که نشان می‌دهد سامسونگ نرم‌افزار نسل جدید گوشی‌های خود را آماده می‌کند و به احتمال زیاد، زد فولد ۷ از نخستین دستگاه‌هایی خواهد بود که به‌صورت پیش‌فرض با اندروید ۱۶ عرضه می‌شود. از نظر سخت‌افزار، این مدل از پردازنده‌ای با نام رمز «sum» بهره می‌برد که براساس شواهد موجود، به احتمال زیاد همان تراشه قدرتمند اسنپدراگون ۸ الیت است که در گوشی‌های پرچم‌دار سامسونگ، مانند گلکسی S۲۵ اولترا، نیز به کار رفته است. فرکانس‌های پردازنده در این گوشی با نسخه مخصوص سری گلکسی هم‌خوانی دارد.

اگرچه اطلاعات رسمی درباره امکانات جدید رابط کاربری One UI ۸ هنوز منتشر نشده، برخی گزارش‌ها خبر از تغییرات مهم دارند؛ ازجمله این تغییرات می‌توان به پشتیبانی از ویجت‌های قابل‌تنظیم روی صفحه قفل، قابلیت‌های جدید برای مدیریت چند تسک هم‌زمان و بهبودهای قابل‌توجه در کنترل نمایشگرهای خارجی به کمک قابلیت Samsung DeX اشاره کرد.

درحال حاضر، جزئیاتی درباره تغییرات احتمالی در طراحی، نمایشگر یا دوربین این مدل فاش نشده اما استفاده از جدیدترین نسخه اندروید و قدرتمندترین پردازنده موجود نشان می‌دهد سامسونگ همچنان در مسیر حفظ جایگاه خود در بازار گوشی‌های تاشو حرکت می‌کند. با نزدیک شدن به زمان معرفی رسمی، انتظار می‌رود جزئیات بیشتری درباره گلکسی زد فولد ۷ منتشر شود. علاقه‌مندان به فناوری می‌توانند منتظر محصول جذاب و پیشرفته سامسونگ باشند.

ماشین بازی

ثبت رکورد گینس برای بیشترین پیمایش با موتورسیکلت برقی



موتورسیکلت تمام الکتریکی TS Pro ساخت ورج، توانسته است مسافت ۳۱۰ کیلومتر را با یک شارژ در خیابان‌های لندن طی کند. ورج (Verge Motorcycles) یک شرکت فنلاندی است که سال ۲۰۱۸ ابتدا با نام RMK تأسیس شد تا در زمینه تولید موتورسیکلت‌های تمام‌الکتریکی فعالیت کند. در سال ۲۰۲۰، این شرکت نام خود را به ورج موتورسایکلز تغییر داد. تومو له‌تمیمکی (Tuomo Lehtimäki)، مدیرعامل شرکت ورج، از زمان تأسیس هدایت آن را بر عهده داشته است. او اعلام کرده که هدفش به چالش کشیدن اصول سنتی طراحی و تولید بهترین

موتورسیکلت‌های الکتریکی جهان با گشتاور بالاتر نسبت به مدل‌های بنزینی است. ورج چند مدل موتورسیکلت در مجموعه خود دارد، از جمله: حداکثر سرعت: ۱۸۰ کیلومتر بر ساعت گشتاور ۷۰۰ نیوتن‌متر صفر تا ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت در ۴.۵ ثانیه طراحی مدرن و آینده‌نگر با چراغ‌های LED و صفحه نمایش دیجیتال

توان پیمایش ۲۵۰ کیلومتر با یک بار شارژ مدل TS Pro (نسخه پیشرفته): قدرت: ۱۳۴ اسب بخار حداکثر سرعت: ۲۰۰ کیلومتر بر ساعت شتاب ۰ تا ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت در ۳.۵ ثانیه توان پیمایش ۳۰۰ تا ۳۵۰ کیلومتر با یک بار شارژ قیمت: ۲۹،۹۰۰ دلار

ورج TS Pro با میانگین سرعت ۱۲ مایل بر ساعت (۱۹ کیلومتر بر ساعت) در خیابان‌های مرکزی لندن حرکت کرد و توانست رکورد گینس را ثبت کند. این موتورسیکلت جذاب تمام‌الکتریکی، رکورد جهانی گینس برای طولانی‌ترین مسافت طی‌شده توسط یک موتورسیکلت برقی را کسب کرد. در طول ۱۶ ساعت، ورج TS Pro مسافت ۱۹۳ مایل (۳۱۰٫۶ کیلومتر) را در لندن پیمود و در پایان سفر، هنوز ۷ درصد از شارژ باتری آن باقی ماند. البته حرکت با سرعت پایین به نفع وسایل نقلیه الکتریکی مانند این موتورسیکلت است. اگر ورج رکورد را در سرعت‌های بزرگ‌راهی امتحان می‌کرد، TS Pro هرگز نمی‌توانست به چنین مسافتی دست پیدا کند.

موتورسیکلت‌های الکتریکی هنوز نتوانسته‌اند به محبوبیت خودروهای الکتریکی دست پیدا کنند، بخشی از این مسئله به دلیل وزن بالای باتری‌هاست که برای دوچرخه‌های موتوری یک نقطه ضعف محسوب می‌شود. با این حال، TS Pro ثابت کرده که می‌توان یک موتورسیکلت الکتریکی جذاب با قدرت بالا، توان پیمایش قابل‌قبول و وزن نسبتاً متعادل ساخت.

مشخصات فنی ورج TS Pro

موتور TS Pro مجهز به یک موتور الکتریکی بدون هاب (hub-less) در عقب است که ۱۳۷ اسب بخار قدرت و گشتاور بالای ۳۷۸ پوند-فوت (۱۰۰۰ نیوتن‌متر) تولید می‌کند. به گفته Verge، این موتورسیکلت تنها در ۳.۵ ثانیه به سرعت ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت می‌رسد، یعنی می‌تواند با برخی خودروهای اسپرت رقابت کند. وزن آن ۵۴۰ پوند (۲۴۵ کیلوگرم) است که برای یک موتورسیکلت در این ابعاد سنگین محسوب می‌شود، اما غیرمنطقی نیست.



بین قاره‌ای ایفا کرده است. چنین درکی می‌تواند نگاه دانشمندان را به مسیرهای مهاجرت انسان‌های اولیه دگرگون کند و نقشی کلیدی برای عربستان در تاریخ تکامل انسان قائل شده است.

کشف مسیرهای فراموش شده مهاجرت انسان و حیوان در قلب بیابان

پروفسور مایکل پترالیا از مرکز تحقیقات فرگشت انسانی دانشگاه گریفیث استرالیا و جمعی از متخصصان از دانشگاه نورت‌آمبریای انگلستان و مؤسسه ماکس پلانک آلمان انجام شده، به بررسی دوره‌های مربوط در منطقه عربستان ۸ میلیون سال گذشته پرداخته شده است.

پژوهشگران برای کشف شواهد اقلیم گذشته، از بررسی رسوبات معدنی غارها مانند استالاکمیت‌ها و استالاکتیت‌ها بهره برده‌اند. این سازه‌های طبیعی به‌طور آهسته در دوره‌های مربوط شکل می‌گیرند و می‌توانند اطلاعات دقیقی درباره رطوبت و بارش در دوره‌ای مختلف زمین‌شناسی ارائه دهند.

نتایج این مطالعه که در نشریه معتبر Nature منتشر شده‌اند، نشان می‌دهند که طی ۸ میلیون سال گذشته، دوره‌های متعددی از رطوبت و بارندگی در این منطقه رخ داده که شرایط زندگی برای انسان‌ها و حیوانات را فراهم کرده است. این شرایط آب‌وهوایی باعث شده‌اند که حیوانات بزرگ و حتی انسان‌های اولیه بتوانند از طریق این مسیر بین قاره‌ها جابه‌جا شوند.

همچنین مشخص شد که با گذشت زمان و به‌ویژه در دوران پلیستوسن، نفوذ بارندگی‌های موسمی در منطقه کاهش یافته و شرایط آب‌وهوایی به‌تدریج ناپایدارتر و خشک‌تر شده است. این تغییرات همزمان با گسترش یخ‌های قطبی در نیمکره شمالی رخ داده‌اند.

اهمیت این یافته‌ها در آن است که نشان می‌دهند منطقه‌ای که پیش‌تر به‌عنوان مانعی برای مهاجرت شناخته می‌شد، در واقع در دوره‌هایی نقش شاه‌راه را برای مهاجرت

ویترین

بررسی روانشناسی پیچیده تصمیم‌گیری در کتاب «هنر انتخاب»



کتاب «هنر انتخاب» نوشته شینا اینگار به بررسی روانشناسی پیچیده تصمیم‌گیری می‌پردازد و راهکارهایی برای بهبود این فرایند پیشنهاد می‌کند. به گزارش خبرنگار مهر، ما آدم‌ها هر روز بارها و بارها دست به انتخاب می‌زنیم، حتی برای اینکه چای بخوریم یا شیر یا قهوه. پول‌مان را پس انداز کنیم یا فلان چیز را بخریم؟ مهاجرت کنیم یا همین جا بمانیم؟ در نهایت این انتخاب‌ها به خودمان و دیگران نشان می‌دهند که ما چه کسی هستیم، به عبارت دیگر همین انتخاب‌ها هستند که به هویت و زندگی مان شکل می‌دهند.

اما چرا و چطور انتخاب می‌کنیم؟ انتخاب‌هایمان تابع میلی ذاتی اند یا برآمده از بستر فرهنگی ای که در آن زندگی کرده‌ایم؟ چرا گاهی تصمیماتی می‌گیریم که به ضررمان تمام می‌شوند؟ اصلاً این انتخاب‌ها واقعاً چقدر دست خودمان اند؟

شینا اینگار نویسنده و محقق هندی-آمریکایی به‌ویژه در زمینه تصمیم‌گیری و روانشناسی شناخته شده است. او در تورنتوی کانادا، از والدین مهاجر هندی به دنیا آمد و با چالش‌های شخصی از جمله نابینایی به علت بیماری‌ای نادر در نوجوانی مواجه شد.

«اینگار» تحصیلات خود را در مدرسه کسب‌وکار وارتن و دانشگاه استنفورد ادامه داد و اکنون به عنوان استاد در دانشکده کسب‌وکار دانشگاه کلمبیا فعالیت می‌کند. او با رویکردی تأمل‌برانگیز به سراغ این سوال‌ها می‌رود، در هنر انتخاب با رجوع به حوزه‌ها و عرصه‌های مختلف از روان‌شناسی و فلسفه گرفته تا اقتصاد علوم سیاسی ادبیات و سینما نگاهی جامع به مفهوم انتخاب می‌اندازد. کتاب «هنر انتخاب» (The Art of Choosing) در سال ۲۰۱۰ منتشر شد، به بررسی روانشناسی پیچیده تصمیم‌گیری می‌پردازد. اینگار در این اثر، به چالش‌های ناشی از انتخاب‌های زیاد و تأثیرات فرهنگی و شخصی بر تصمیم‌گیری اشاره می‌کند و راهکارهایی برای بهبود فرایند تصمیم‌گیری ارائه می‌دهد. او با بررسی چالش‌های انتخاب نشان می‌دهد که تصمیمات ما در دنیایی مملو از تحولات سیاسی فرهنگی و تکنولوژیکی چه پیامدهای گسترده‌ای دارند و چطور می‌توانیم با رویکردی تأملی و در عین حال عمل‌گرایانه با این چالش‌ها مواجه شویم.

کتاب هنر انتخاب نوشته شینا اینگار با ترجمه سپیده ریسی و شمارگان ۱۰۰۰ نسخه با قیمت ۳۸۵ هزار تومان و توسط نشر بیدگل چاپ و عرضه شده است.

تازه‌های علمی

در دل بیابانی که امروز خشک و بی‌آب‌وعلف است، گذشته‌ای سبز و پرآب پنهان مانده که سرنخ‌هایی تازه از مسیرهای مهاجرت انسان و جانوران را در اختیار ما قرار می‌دهد. به گزارش ایسنا، صحرای عربستان و شمال آفریقا امروزه یکی از بزرگ‌ترین موانع طبیعی بر سر راه جابه‌جایی گونه‌های جانوری و انسانی بین آفریقا و اوراسیا به شمار می‌رود.

این منطقه به دلیل خشکی شدید و نبود منابع آبی، سال‌ها به عنوان منطقه‌ای غیرقابل عبور در نظر گرفته شده بود. با این حال، در سال‌های اخیر، برخی شواهد فسیلی نشان داده‌اند که در دوره‌های گذشته، حیواناتی که به آب وابسته‌اند مانند اسب‌های اولیه، اسب‌آبی‌ها، فیل‌سانان و حتی کروکودیل‌ها، در بخش‌هایی از این بیابان زندگی می‌کرده‌اند.

بررسی این موضوع از آن جهت اهمیت دارد که می‌تواند اطلاعات تازه‌ای درباره مهاجرت‌های انسانی و جانوری در دوران ماقبل تاریخ ارائه دهد. اگر این منطقه در گذشته دارای رودخانه‌ها و دریاچه‌های دائمی یا فصلی بوده، می‌توان حدس زد که نقش مهمی در اتصال قاره آفریقا با بخش‌هایی از آسیا ایفا کرده و مهاجرت انسان‌های اولیه را تسهیل کرده است. شناخت بهتر از اقلیم گذشته این منطقه، نه‌تنها برای درک بهتر تاریخ طبیعی زمین مهم است، بلکه می‌تواند ما را در پیش‌بینی روندهای اقلیمی آینده نیز یاری دهد.

تیمه بین‌المللی از پژوهشگران با حمایت کمیسیون میراث عربستان و وزارت فرهنگ این کشور، تحقیقاتی را در این زمینه انجام داده‌اند. در این پژوهش، که با مشارکت