



طرح: محمد طحانی

ترامپ گل دار یا ترامپ خاردار؟



سبک زندگی

اثرات دهان شویه‌های گیاهی بیشتر است یا شیمیایی؟

دکتر محمود نصر اصفهانی، استادیار گروه پیروداکتیکس دانشکده دندانپزشکی دانشگاه شاهد و دیگر همکاران در مقاله‌ای پژوهشی امکان استفاده از یک دهانشویه گیاهی حاوی آویشن، نعنا فلفلی و شاه سیرم را برای جایگزینی در جهت رفع عوارض حاصل از دهانشویه کلرهگزیدین مورد بررسی قرار دادند.

کلرهگزیدین استاندارد طلایی جهت پیشگیری از تشکیل پلاک دندان استفاده می‌شود.

در این مطالعه بالینی، بیماران به صورت تصادفی در چهار گروه استفاده کننده از دهانشویه‌های کلرهگزیدین،

دهانشویه گیاهی، ترکیب گیاهی-کلرهگزیدین و نرمال سالین تقسیم شدند. بعد از گذشت دو هفته شاخص‌هایی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که دهانشویه گیاهی توانست میزان شاخص‌های التهاب لثه و پلاک را به‌طور معناداری بهبود بخشد ولی تفاوت معناداری با دهانشویه کلرهگزیدین نشان نداد، ولی هیچکدام از عوارض جانبی دهان شویه کلرهگزیدین در گروه بیماران دهان شویه گیاهی مشاهده نشد. در واقع دهانشویه گیاهی نسبت به کلرهگزیدین دارای کمترین عوارض است و می‌تواند جایگزین مناسبی برای کلرهگزیدین باشد.

خوشبو کننده‌های طبیعی برای رفع بوی بد دهان اثرات دهانشویه‌های گیاهی بیشتر است یا شیمیایی؟

در منابع طب سنتی تدابیر زیادی برای پیشگیری و درمان بدبویی دهان از طریق اصلاح تغذیه و استفاده از دهانشویه‌ها و خوشبوکننده‌های گیاهی مطرح شده است. از دیدگاه طب سنتی مهم‌ترین علت بدبویی دهان، طبع گرم و به‌خصوص صفراوی زیاد یا ترشحات انتهای حلق است. پیوست، سینوزیت، مشکلات لثه و دندان، خلل و فرج روی لوزه‌ها و حتی مشکلات کلیوی، کبدی و معده به‌خصوص ریفلاکس می‌تواند از دیگر عوامل ایجادکننده بوی بد دهان باشد.

از خوشبوکننده‌های طبیعی دهان می‌توان به نعنا، دارچین و کرفس اشاره کرد. استفاده از پوره سیب، گل‌سرخ و بهارنارنج به رفع بوی بد دهان که ناشی از مشکلات فحره دهان باشد، کمک می‌کند. همچنین می‌توانید ده دقیقه پس از غذا یک قاشق مرباخوری تخم‌کششیر را به میزان مساوی با نبات پودر شده بخورید. نگهداشتن رب‌انار یا دانه‌های آن در دهان نیز توصیه شده است. اگر بوی بد دهان به دلیل ترشحات پشت حلق و سینوس‌ها باشد می‌توان با استفاده مداوم از مغزها مانند بادام به‌صورت حریره و دمنوش آویشن یا رومفا آن را رفع کرد.

خوراکی‌هایی که دهان را بدبوتر می‌کنند

افراد با تجمع صفرا در معده باید از مصرف غذاهای چرب و شیرین پرهیز و به‌عنوان چاشنی از آبلیمو، سماق، زرشک و آبلیمو در غذاها استفاده کنند. یکی از غذاهای مفید آش اوست. برگه زردآلو، گللابی و انار هم موثر است. همچنین از مصرف غذاهای بسیار داغ، تند، ادویه‌دار و چای پررنگ پرهیز شود. این‌ها سبب خشک‌شدن آب دهان و بوی بیشتر می‌شود. افراد با تجمع بلغم متعفن در معده از خوردن غذاهای چرب، آبدی، سنگین و خمیری مثل آش‌رشته، ماکارونی، قارچ و... دوری کنند. مصرف روزانه سکنجبین و عسل، مورد و مویز، گل‌قند، مسطلکی، رب‌به و سیب، سیاهدانه، خاکشیر یا شربت آب و عسل برای رفع همه اخلاط بد و متعفن معده خوب است. ریفلاکس از علل ایجاد بوی بد دهان است. افرادی که دچار ریفلاکس هستند لازم است از مصرف غذاهای نفاخ پرهیز کنند و پس از وعده‌های غذایی برای تقویت گوارش، یک قاشق رب‌به بخورند.

دهانشویه‌های گیاهی ضد عفونی کننده

دهانشویه با آب‌نمک یا نصف لیوان جوشانده بابونه به میزان یک تا دو بار در روز عفونت‌زدا و ضدالتهاب است. افراد با طبع گرم می‌توانند سرکه را رقیق کنند و روزی یک یا دو مرتبه دهان را با آن بشویند. گفتنی است زیره مشابه بابونه ضدالتهاب بوده و به رفع عفونت دهان و التهاب لثه‌ها کمک می‌کند. سماق، ضد میکروب است و باید آن را با آب‌جوش مخلوط‌کرده و در دهان بچرخانید.

جوشانده نعنا، پونه و آویشن در آب و سپس صاف‌کردن عصاره و غرغره آن ضد عفونی‌کننده فضای دهان هستند. میخک پرمصرف‌ترین گیاه در حوزه بی‌حسی و رفع دندان درد است. مزمرز کردن رب‌انار و پوست آن در بهبود آفت دهان موثر است.



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: ۸۸۹۷۱۰-۸۸۹۶۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۴۰۰۰

ebtkarnews@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: ۰۳۱۲۲۷۱۷۵۰۳

توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰

چاپ: صمیم / ۳-۱۰۵۸۶۸۰۶۵۵

سه‌شنبه / ۳۰ اردیبهشت ۱۴۰۴ / شماره ۵۹۱۲

۲۲ ذی‌القعده ۱۴۴۶ - ۱۴ مه ۲۰۲۵

سال بیست‌ویکم / ۱۲ صفحه

ماشین بازی

پیکاپ‌های جدید JMC، همتایان چینی فورد رنجر!



شرکت چینی JMC برای عرضهٔ دو پیکاپ جدید آماده می‌شود که در ظاهر به پیکاپ‌های فورد مثل رنجر شباهت زیادی دارند.

شرکت جیانگ‌لیان موتورز (JMC) دو وانت تازه را برای بازار چین آماده کرده که شباهت غیرقابل‌انکاری به پیکاپ‌های فورد ۱۵۰۰F و رنجر دارند. هر دو این پیکاپ‌ها از جلوپنجره‌ای بزرگ با لوگوی برجسته JMC بهره می‌برند که یادآور مدل‌های ریتور فورد ۱۵۰۰F و رنجر است. مدل لوکس‌تر که با نام تایگر شناخته می‌شود، با چراغ‌های جلوی متمایز با دی‌لایت‌های C شکل و سپر مشکی با مه‌شکن‌های کوچک و تریم تفره‌ای در مرکز آراسته شده است. مدل دوم جلوپنجره مشکی بزرگ‌تر، چراغ‌های ساده‌تر و سپری متفاوت دارد که ظاهری محافظه‌کارانه‌تر ارائه می‌دهد. قسمت عقب هر دو مدل تقریباً یکسان است و شامل باربند اسپرنت، چراغ‌های عقب عمودی، سپر مشکی و درب عقب برجسته می‌شود.

تایگر ۵,۳۲۲ میلی‌متر طول دارد درحالی‌که نسخهٔ دیگر با طول ۵,۳۳۵ میلی‌متر کمی کشیده‌تر است. ظرفیت بار هر دو نسخه اما ۴۵۰ کیلوگرم اعلام شده است. هر دو وانت به موتور ۲.۵ لیتری توربودیزل مجهز هستند. مدل تایگر ۱۶۵ اسب بخار و مدل دوم ۱۵۸ اسب بخار تولید می‌کند. برای خریدارانی که به دنبال قدرت بیشتر هستند، موتور ۲ لیتری توربو بنزینی با ۲۱۵ اسب بخار در دسترس است. هنوز اطلاعاتی درباره نوع گیربکس (دستی یا اتوماتیک) یا سیستم انتقال قدرت (محرك عقب یا چهارچرخ محرك) منتشر نشده است.

تاکنون تصاویری از کابین این پیکاپ‌ها منتشر نشده، اما با توجه به جایگاه JMC در بازار، انتظار می‌رود کابین این وانت‌ها طراحی ساده و اقتصادی داشته باشد. قیمت پیکاپ‌های جدید JMC هم هنوز مشخص نیست اما این شرکت به عرضه خودروهای اقتصادی شهرت دارد و این وانت‌ها احتمالاً قیمتی رقابتی خواهند داشت. رونمایی رسمی در ۲۱ می ۲۰۲۵ برابر با ۳۱ اردیبهشت ۱۴۰۴ انجام می‌شود و انتظار می‌رود اطلاعات تکمیلی درباره قیمت و آپشن‌ها در آن زمان منتشر شود.

تازه‌های علمی

بررسی جدید پژوهشگران انگلیسی و آلمانی نشان می‌دهد که انسان‌ها دیگر کنترل انحصاری بر آموزش ربات‌های اجتماعی برای تعامل موثر ندارند.

به گزارش ایسا، پژوهش جدید «دانشگاه سوری» (University of Surrey) و «دانشگاه هامبورگ» (University of Hamburg) یک روش جدید شبیه‌سازی را معرفی می‌کند که به پژوهشگران امکان می‌دهد تا ربات‌های اجتماعی خود را بدون نیاز به شرکت‌کنندگان انسان آزمایش کنند و سرعت و مقیاس‌پذیری آزمایش‌ها را بالا ببرند. به نقل از تک اکسپلور، این گروه پژوهشی با استفاده از یک ربات انسان‌نما، یک مدل پویا را برای پیش‌بینی مسیر ابداع کردند تا در ربات در پیش‌بینی رفتارهای یک انسان در محیط اجتماعی کمک کند. این مدل با استفاده از دو مجموعه داده عمومی آزمایش شد و پژوهشگران نشان دادند که ربات‌های انسان‌نما می‌توانند از حرکات چشم انسان تقلید کنند.

دکتر «دی‌فو» (Di Fu) استاد علوم اعصاب دانشگاه سوری و یکی از سرپرست‌های این پژوهش گفت: این روش به ما امکان می‌دهد تا بدون نیاز به نظارت در لحظه انسان بررسی کنیم که آیا یک ربات دقیقاً مانند یک انسان به موارد درست توجه می‌کند یا خیر. نکته هیجان‌انگیز این است که این مدل حتی در محیط‌های پرسرعت و غیر قابل پیش‌بینی نیز دقیق باقی می‌ماند و همین ویژگی، آن را به یک گزینه امیدوارکننده

ال‌جی راهکار نسل جدید خودروهای متصل، مبتنی بر ماهواره‌ها در کنفرانس ۲۰۲۵ GAA به‌نمایش گذاشت



ال‌جی الکترونیکس (ال‌جی)، از پیشگامان فناوری در حوزه حمل‌ونقل، فناوری نوآورانه اینترنت اشیاء مبتنی بر شبکه‌های غیررزمینی (IoT-NTN) خود را، در کنفرانس انجمن خودرویی (AGAA) که از ۱۲ تا ۱۵ مه در پاریس، فرانسه برگزار شد، به نمایش گذاشت. نقطه اوج این رویداد، نمایش رزمی‌های بود که در سراسر پاریس انجام گرفت و در آن خودرویی مجهز به واحدهای کنترل تلماتیک (TCU) مبتنی بر نسل جدید IoT-NTN، عملکرد خود را به نمایش گذاشت. این نمایش، نخستین نمونه از برقراری بدون وقفه‌ی ارتباط صوتی در سطح مکالمه، با سوئیچ یکپارچه بین شبکه‌های زمینی و غیرزمینی را رقم زد.

فناوری IoT-NTN یک سامانه ارتباطی پیشرفته است که ارتباطات ماهواره‌ای و ایستگاه‌های بلتقم ارتفاع بالا را با هم تلفیق می‌کند. این سیستم در مناطقی که شبکه‌های زمینی نظیر ۴G، ۳G و ۵G قادر به پوشش نیستند، از طریق ماهواره اتصال را فراهم می‌کند. این فناوری از کاربردهای حیاتی مانند رانندگی خودران، ردیابی خودرو، کنترل از راه دور و ارتباطات اضطراری پشتیبانی می‌کند. IoT-NTN به‌ویژه در محیط‌های

با انجام اقدامات اضافی، توضیح دهند.

در جریان این کنفرانس، ال‌جی با ایجاد دو ناحیه مجزا برای شبکه‌های غیررزمینی (NTN) و زمینی (TN)، نمایشی زنده برگزار کرد. در این نمایش، خودرویی مجهز به تجهیزات نمایشی در جاده‌های واقعی حرکت کرد و بازدیدکنندگان توانستند عملکرد سیستم را از نزدیک تجربه کنند؛ به‌طوری‌که از ناحیه TN پیام صوتی ارسال و در ناحیه NTN دریافت شد و بالعکس؛ که توانمندی سوئیچ یکپارچه بین این دو شبکه را به‌خوبی به نمایش گذاشت. برای پشتیبانی از این قابلیت، ال‌جی یک پلتفرم خدماتی مبتنی بر ابر توسعه داده است که توان ارتباطات ماهواره‌ای خودرو را گسترش داده و آن را به شبکه‌های زمینی متصل می‌سازد؛ و بدین‌ترتیب، تجربه کاربری فناوری IoT-NTN را به سطح بالاتری ارتقاء می‌دهد.

ال‌جی در زمینه فناوری‌های متصل که برای گذار به سمت خودروهای مبتنی بر نرم‌افزار (Software-Defined Vehicles) حیاتی هستند، پیش‌تاز است؛ از جمله تلماتیک، ارتباطات Vehicle-to-Everything (V2X) و اتصال سیستم‌های سرگرمی و اطلاعاتی داخل خودرو. بر اساس برآوردهای داخلی ال‌جی با استناد به داده‌های مؤسسه تحقیقات Strategy Analytics، این شرکت در سال گذشته با سهم ۲۴.۴ درصدی، رتبه نخست بازار جهانی تلماتیک را به خود اختصاص داده است.

ال‌جی از زمان تأسیس انجمن GAA ۵ در سال ۲۰۱۶، یکی از اعضای فعال آن بوده است. این کنسرسیوم بین‌صنعتی جهانی، به‌منظور پژوهش و تجاری‌سازی راهکارهای آینده حمل‌ونقل، از جمله خودروهای خودران و متصل مبتنی بر فناوری ۵G، تشکیل شده است. انجمن GAA ۵ بیش از ۱۱۰ شرکت را گرد هم آورده که شامل خودروسازان بزرگ، تأمین‌کنندگان قطعات خودرو، اپراتورهای مخابراتی و تولیدکنندگان تراشه و تجهیزات شبکه می‌شوند.

لی سانگ یونگ، رئیس آزمایشگاه تحقیق و توسعه‌ی بخش راهکارهای خودرویی ال‌جی، در این خصوص اظهار داشت: «فناوری IoT-NTN ما گامی بلند در مسیر فراهم‌سازی ارتباطی یکپارچه و قابل‌اعتماد برای خودروها در دورافتاده‌ترین یا دشوارترین شرایط محیطی است. ما با فراهم کردن امکان ارتباط صوتی بلادرنگ از طریق ماهواره، نه‌تنها ایمنی رانندگان را افزایش می‌دهیم، بلکه زمینه را برای نسل بعدی راهکارهای حمل‌ونقل متصل فراهم می‌کنیم.»

ویرترین

نگاهی به «جوهره زنانگی»



کتاب «جوهره زنانگی» تلاش دارد از طریق تمرکز بر «گفت‌وگوهای درونی و حکمت‌های کهن» تصویری متفاوت و مفهومی از عنصر زنانه در ذهن جامعه نقش ببندد. «موجودیت زن چندبست که تبدیل به دغدغه ای وسیع در افکارم شده است طوری که نمی توانم و نتوانستم این درگیری مهم و عمیق را نادیده گرفته و بدان نپردازم، زمانی که با زنانی مواجه می شوم که وجود ارزشمند خود را بسی نادیده می گیرند در افکار و زیست خود به چیزهایی می پردازند که نه تنها عبث و ناصحیح است بلکه کل زندگی این موجودات صرف مسائلی حاشیه ای ناکارآمد و غیر مهم هدر می رود.

این مکتوب حول محور عنصر زنانه است اما تنها برای زنان به رشته تحریر در نیامده، بلکه مورد خطاب مردان نیز می باشند چرا که این دو عنصر ویژه سزاوار زیستنی با کیفیت و شایسته هستند امید تا بتوانند این دو عنصر ویژه هستی با کسب آگاهی در کنار هم و در درون هم به یگانگی جوهره خویش نایل آیند.»

این بخشی از مقدمه کتاب «جوهره زنانگی» به قلم الهام خاکپاش است که در ۱۷۲ صفحه توسط انتشارات علمی فرهنگی «عصر کنکاش» وارد بازار کتاب شده است.

نویسنده کتاب باور دارد که شناخت عمیق و بی‌پرده از ذات انسان، نخستین گام برای درک جهان و رابطه‌اش با آن است. به اعتقاد او، «در دنیای امروز، با آن که علم و فناوری پیشرفت کرده است، هنوز پاسخی کامل برای بسیاری پرسش‌های بنیادی درباره هویت و معنای زندگی وجود ندارد.» وی تأکید می‌کند که «شناخت خویشتن»، شرط لازم برای یافتن راه و هدف واقعی است و «جوهره زنانگی»، نه تنها در ظاهر و نقش‌های اجتماعی، بلکه در عمق روح و روان انسان، جایگاهی اساسی دارد و در این مسیر، تلاش دارد از طریق تمرکز بر «گفت‌وگوهای درونی و حکمت‌های کهن»، تصویری متفاوت و مفهومی از عنصر زنانه در ذهن جامعه نقش ببندد. در عین حال، پژوهش‌های او بر این باور است که کشف و شناخت صحیح، «از درون شروع می‌شود» و «جوهره حقیقی، در عمق وجود است»، جایی که «حقیقت و ارزش‌های پایدار، در درون هر انسان نهفته است.»

