



عکس: فاطمه حسنی / باشگاه خبرنگاران جوان

عروسی عشایر کرمانج در کلات نادر

یک اشتباه تغذیه‌ای که پوست را پیر می‌کند



بسیاری از افراد ممکن است بدانند خوردن بیش از حد غذاهای شور می‌تواند خطر ابتلا به فشار خون بالا و بیماری مهلک قلبی را افزایش دهد. متخصصان می گویند اما شاید تعجب‌آور باشد اگر دریابید که غذاهای سرشار از سدیم می‌توانند باعث پیر شدن پوست هم بشوند. ایستا نوشت:این عامل ممکن است باعث شود که پوست، خشک یا پف‌کرده به نظر برسد و حتی در تولید کلانژن در بدن، یعنی پروتئینی که به سفت، مرطوب و سالم ماندن پوست کمک می‌کند، اختلال ایجاد کند.

«تیموتی تران»، دکتر پوست در مرکز درمانولوژی «وست‌لیک» در این باره گفت: نمک با کمک به تنظیم تعادل مایعات، عملکرد عصب‌ها و انقباض‌های عضلانی، نقشی اساسی در بدن ایفا می‌کند. با این حال، سدیم وقتی بیش از حد مصرف شود، می‌تواند به مجموعه‌ای از مشکلات بینجامد و پوست، اغلب نخستین ناحیه‌ای است که این عدم تعادل‌ها را نشان می‌دهد.

وی توضیح داد: وقتی سدیم آب‌رسانی پوست را مختل می‌کند و تنش اکسایشی را افزایش می‌دهد، پوست در برابر تجزیه کلانژن آسیب‌پذیرتر می‌شود. با گذشت زمان، این وضعیت می‌تواند به افتادگی، ایجاد خطوط ریز و بافت زیر پوست منجر شود.

«مایکل لین»، یک متخصص پوست دیگر نیز می گوید فشار خون بالا می‌تواند پوست را ضعیف کند و در تولید کلانژن اختلال ایجاد کند.

بر اساس این مطالعه در حالی که توصیه می‌شود آمریکایی‌ها روزانه حدود ۲۳۰۰ میلی‌گرم سدیم مصرف کنند اما بیشتر آنها ۱۱۰۰ میلی‌گرم بیش از این مقدار دریافت می‌کنند. در نتیجه این موضوع و عوامل دیگر، نزدیک به نیمی از همه بزرگسالان آمریکایی با فشار خون بالا زندگی می‌کنند.

بر اساس اعلام متخصصان کلینیک کلیولند، رژیم غذایی پرنمک می‌تواند با وادار کردن بدن به نگه داشتن آب اضافی برای مقابله با اثرات نمک، باعث شود پوست پف‌کرده‌تر به نظر برسد. پوست همچنین ممکن است خشک به نظر برسد زیرا آب را از سلول‌ها بیرون می‌کشد. این موضوع سپس بدن را وادار می‌کند آب را از سلول‌ها و پوست بیرون بکشد و در نتیجه، وضعیت کم‌آبی ایجاد شود. این وضعیت می‌تواند به معنی پوست خشک و پوسته‌پوسته، با خطوط و چین‌وچروک‌های برجسته‌تر، و همچنین ظاهری بی‌روح باشد. سدیمی که در پوست ذخیره می‌شود حتی می‌تواند در بروز اکزما نقش داشته باشد. اکزما، یک بیماری پوستی آزاردهنده است که باعث می‌شود پوست خشک، قرمز و برجسته شود. بر اساس اعلام انجمن ملی اکزما، بیش از ۳۱ میلیون آمریکایی به نوعی از اکزما مبتلا هستند. بر اساس گفته متخصصان در سان‌فرانسیسکو، تنها یک گرم سدیم اضافی در روز احتمال تشدید علائم اکزما را بیش از ۲۰ درصد افزایش می‌دهد.

سدیم همچنین ممکن است در التهاب مزمن اکزما که پیروی پوست را تسریع می‌کند نقش داشته باشد و پوست به طور طبیعی با افزایش سن خشک‌تر می‌شود. کارشناسان برای مقابله با اثرات سدیم بر پوست و حفظ سلامت و شادابی آن، توصیه می‌کنند که افراد مصرف غذاهای فوق‌فرآوری‌شده مانند چیپس، سوپ‌های کنسروی، فست‌فود، گوشت‌ها، ترشی‌ها و نان را محدود کنند.

با این حال، همچنان می‌توان با خوردن غذاهای سالم‌تر از جمله مغزها، حبوبات، ماهی و پنیر کم‌سدیم یا گزینه‌های دیگر، میل به طعم شور را برطرف کرد. پیروی کردن از یک رژیم غذایی کم‌سدیم در صورت آشنیزی در خانه، آسان‌تر می‌شود زیرا معمولاً در مقایسه با غذاهای منجمد یا آماده فروشگاهی، نمک کمتری استفاده می‌شود. اطمینان حاصل کنید که هر نوع غذای کنسروی را بشویید تا نمک اضافی ناشی از فرایند نگهداری آن حذف شود و از گیاهان معطر و ادویه‌ها برای طعم‌دهی استفاده کنید. کارشناسان تغذیه می گویند شستن لوبیای کنسروی می‌تواند تا ۴۰ درصد از محتوای سدیم آن را حذف کند.

همچنین خوردن غذاهای شور همراه با مواد غذایی سرشار از پتاسیم مانند موز، می‌تواند به خنثی کردن بخشی از احتباس آب ناشی از سدیم کمک کند. مرطوب و هیدراته نگه داشتن پوست اهمیت دارد زیرا پوست، بزرگ‌ترین اندام بدن است و به شیوه‌های مختلف از بدن محافظت می‌کند. پوست یک سد محافظ ایجاد می‌کند تا بدن را از نفوذ باکتری‌ها و دیگر خطرات احتمالی محیطی که می‌توانند برای سلامت انسان خطرناک باشند، محافظت کند.

ماشین بازی



تویوتا GT۲۰۰۰ مونالیزای صنعت خودروی ژاپن است و حالا نمونه‌ی سرخ‌رنگ متعلق به بابی راهال، اسطوره مسابقات اتندی، آماده حراج شده است.
در بازار پرهیاهوی خودروهای کلکسیونی ژاپنی، همیشه یک قانون ناوشسته وجود دارد. تویوتا GT۲۰۰۰GT در یک کفه ترازو است و تمام خودروهای دیگر در کفه دیگر. این خودرو نماد نهایی مهندسی کلاسیک ژاپن است. کمپاب، دست‌ساز، ظریف و البته، چیزی فراتر از یک تویوتای معمولی. اکنون یکی از خاص‌ترین نمونه‌های این اسطوره برای فروش گذاشته شده است. این مدل ۱۹۶۶ با فرمان راست، متعلق به بابی راهال قهرمان افسانه‌ای مسابقات اتومبیل‌رانی

است.

تویوتا کار خود در بازار خودروهای اسپرت را با مدل کوچک Sports ۸۰۰ آغاز کرد؛ کوبه‌ای یامزه با موتوری دو سیلندر که بیشتر شبیه اسباب‌بازی بود تا یک رقیب جهانی اما داستان GT۲۰۰۰ کاملاً متفاوت است. خودرویی که شبیه همتای ژاپنی جگوار E۰ تایپ به نظر می‌رسد. ارزش این خودرو خارق‌العاده است و دو سال پیش یکی از نسخه‌های مسابقه‌ای GT۲۰۰۰ با قیمت خیره‌کننده ۲.۵ میلیون دلار فروخته شد.

کنته جالب ماجرا اینجاست که این خودرو عملاً توسط تویوتا ساخته نشده است و یاماها نقش اصلی در توسعه و ساخت دستی این

تویوتا GT۲۰۰۰، ارزشمندترین و کلکسیونی‌ترین خودروی ژاپنی

شاهکار داشته است. همین همکاری با یاماها بعدها بر بسیاری از محصولات تویوتا تأثیر گذاشت؛ از سرسیلندر اولین نسل MR۲ گرفته تا آن صدای دیوانه‌وار و بهشتی موتور ۱۰ سیلندر لکسوس LFA که دور موتور را به ۹ هزار rpm می‌رساند، همگی ریشه در همین شراکت تاریخی دارند.

از نظر فنی، این پدربزرگ خودروهای اسپرت تویوتا برای دهه ۶ میلادی یک سفینه فضایی محسوب می‌شد. سیستم تعلیق در هر چهارچرخ از نوع بازوهای کنترلی است و ترمزهای دیسکی در تمام چرخ‌ها به کار رفته‌اند. رینگ‌های ۱۵ اینچی منیزیمی و فرمان دقیق دندانه‌شانه‌ای، برای اولین بار در محصولی با نشان تویوتا دیده می‌شدند؛ اما جادوی اصلی زیر کاپوت است. موتور ۲ لیتری شش سیلندر خطی با سه کاربراتور. کارکرد این موتور چنان نرم و روان است که گویی به‌جای بنزین، با خامه کار می‌کند! این موتور تنها حدود ۱۵۰ اسب بخار قدرت دارد اما تفاوتش با رقیبا در شخصیت آن است؛ جایی که موتور جگوار غرش می‌کند، موتور GT۲۰۰۰ مثل گربه‌ای آرام خرخر می‌کند.

این خودرو را برای افراد بلندقامت ساخته نشده است زیرا ارتفاع کل خودرو تنها ۱۱۶ سانتی‌متر است. وقتی قرار شدشان کاتری در نقش جیمز باند در فیلم «فقط دو بار زندگی می‌کنید» سوار این خودرو شود، قد ۱۹۰ سانتی‌متری او دردرس‌ساز شد. تویوتا مجبور شد برای جا دادن آقای باند، سقف خودرو را ببرد و چند نسخه کانورتیبل اختصاصی بسازد!

خودروی قرمزرنگی که اکنون حراج شده، داستانی شنیدنی دارد. این مدل ابتدا در موزامبیک تحویل داده شد، سپس سر از کاستاریکا درآورد و درنهایت به آمریکا رسید. حدود یک دهه پیش در کاستاریکا بازسازی کاملی روی آن انجام شد و حالا توسط نمایندگی متعلق به بابی راهال عرضه شده است. اگرچه تویوتا با تولید انبوه میلیونی شناخته می‌شود اما GT۲۰۰۰ خودرویی بسیار خاص و تولید محدود است که تنها در ۳۵۱ دستگاه ساخته شد؛ بنابراین، برنده این مزایده، صاحب قطعه‌ای از تاریخ خواهد شد که ارزشش روزبه‌روز بیشتر می‌شود.

افزایش ۳۰ درصدی بازده سلول‌های خورشیدی با یک راه‌حل ساده نانویی



حسگرها، الکترونیک انعطاف‌پذیر، آشکارسازهای نوری و حتی حافظه‌های الکترونیکی دارد.

هتو در این باره می‌گوید: تسلط بر مهندسی رابط‌ها فلز و نیمه‌رسانا، عنصر کلیدی پیشرفت فناوری‌های نسل آینده است. ما امیدواریم این پژوهش مسیرهای تازه‌ای را برای توسعه سلول‌های خورشیدی پیشرفته و سایر فناوری‌های راهبردی باز کند. این دستاورد می‌تواند گامی مهم در نزدیک‌تر شدن سلول‌های خورشیدی لایه‌تازک به کاربردهای تجاری گسترده و تولید انرژی پاک با هزینه کمتر باشد.

ویرترین

رکورد جدید برای «ارباب حلقه‌ها»



چاپ اول کتاب‌های سه‌گانه «ارباب حلقه‌ها» رکورد تازه‌ای در حراج آثار «تالکین» ثبت کرد. به گزارش ایستا، مجموعه‌ای از کتاب‌های چاپ اول سه‌گانه «ارباب حلقه‌ها» در حراجی «هریترج» به مزایده گذاشته شد و در نهایت به قیمت ۲۵۰ هزار دلار به فروش رسید تا رکورد گران‌ترین کتاب‌های بدون امضای «تالکین» که تاکنون در حراج عرضه شده‌اند، شکسته شود. در ماه فوریه، حراجی «Forum» مستقر در لندن یک مجموعه کامل و امضاشده از چاپ اول سه‌گانه مشهور «ارباب حلقه‌ها» اثر «جی.آر.آر. تالکین»، نویسنده نامدار انگلیسی را به قیمت ۲۸۷,۷۰۰ پوند (۳۳۶,۹۶۷ دلار) فروخت و رکورد گران‌ترین کتاب‌های «تالکین» در تاریخ حراج‌ها را ثبت کرد. اما هفته گذشته، حراجی «هریترج» نمونه‌ای دیگر از چاپ اول همین سه‌گانه، یعنی نسخه بدون امضای آن را با قیمت ۲۵۰ هزار دلار به فروش رساند.

پیش‌تر رکورد گران‌ترین کتاب‌های بدون امضای «تالکین» که تاکنون در حراج فروخته شده‌اند، به مجموعه‌ای سه‌جلدی تعلق داشت که حراجی «هریترج» در سال ۲۰۲۱ به قیمت ۱۰۳,۱۱۵ دلار فروخته بود. این فروش اخیر، در مقایسه با نسخه‌های امضاشده‌ای که اوایل امسال فروخته شدند، ارزش واقعی داستان «تالکین» را، فارغ از ارزش امضا نشان می‌دهد و همچنین حاکی از افزایش علاقه مجموعه‌داران به کتاب‌های فانتزی و علمی-تخیلی است.

فقط سه‌هزار مورد از این نوع مجموعه وجود دارد و این تعداد نسخه‌هایی است که انتشارات بریتانیایی «آلن و آونین» از «یاران حلقه»، نخستین جلد سه‌گانه ارباب حلقه‌ها، در ۲۹ ژوئیه ۱۹۵۴ میلادی چاپ کرد. در ۱۱ نوامبر همان سال، ۳,۲۵۰ نسخه از «دو برج» منتشر شد و سرانجام هفت‌هزار نسخه از «بازگشت پادشاه» در ۲۰ اکتبر ۱۹۵۵ به بازار آمد. به نظر می‌رسد ناشر خیلی زود به موفقیت فوری این مجموعه پی برده بود.

مجموعه کتاب‌هایی که رکورد جدید را شکستند، هرگز مرمت نشده‌اند و فقط آثار جزئی از ضرب‌خوردگی دارند.

در ماه اوت، یک نسخه بسیار کمیاب از چاپ اول پیش‌درآمد داستان «ارباب حلقه‌ها»، یعنی «هابیت» (۱۹۳۷)، در خانه‌ای در بریستول پیدا شد و درحالی‌به قیمت ۴۳ هزار پوند معادل ۵۷ هزار دلار فروخته شد که ارزش آن ۱۲ هزار پوند معادل ۱۶ هزار دلار برآورد می‌شد.

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: ۸۸۷۵۷۱۰-۸۸۹۹۴۶۰۹
فاکس: ۸۸۹۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۰۶۰۰۴۰۰۰۳۰۰۰
ebtkarnews@gmail.com

سازمان آگهی‌ها:
بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فردید، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰.۱۹۸۰۵ – ۴۴۰.۱۹۸۰۶ – ۴۴۰.۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشر گستر امروز – ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم ۳-۱۰۳۸۶۸۰۶۵۵

یکشنبه / ۷ دی ۱۴۰۴ / شماره ۶۰۸۷
۷ رجب ۱۴۲۷ – ۲۸ دسامبر ۲۰۲۵
سال بیست‌ویکم / ۱۲ صفحه

«اب»تکار

سامسونگ شاید از پنل‌های OLED ساخت چین در گوشی‌های پرچمدارش استفاده کند



این اقدام با هدف کاهش قیمت نهایی گوشی‌های هوشمند انجام می‌شود. به‌رغم اینکه سامسونگ یکی از بزرگ‌ترین تولیدکنندگان پنل نمایشگر گوشی‌های هوشمند است، اما حالا گفته شده که این شرکت قصد دارد از نمایشگرهای OLED ساخت چین در گوشی‌های پرچم‌دار سری S خود استفاده کند. براساس گزارش‌های منتشر شده در شبکه اجتماعی چینیی ویبو، سامسونگ قصد دارد شرکت BOE چین را به‌عنوان تأمین‌کننده پنل‌های OLED خود در آینده انتخاب کند، اگرچه هنوز تصمیم نهایی اتخاذ نشده است. به گفته این منبع، دو شرکت سامسونگ دیسپلی و BOE اخیراً جلسه‌ای برگزار کرده‌اند که در آن سامسونگ علاقه خود را به تأمین پنل‌های OLED از سوی BOE ابراز کرده است. این جلسه پس از آن برگزار شد که هر دو شرکت سرانجام یک اختلاف پتنتی چند ساله را حل‌وفصل کردند که در آن BOE به نقض پتنت‌های سامسونگ متهم شده بود.

گوشی‌های پرچم‌دار سری گلکسی سامسونگ هم‌اکنون از نمایشگرهای ساخت خود این شرکت استفاده می‌کنند که جزو بهترین نمایشگرهای جهان محسوب می‌شوند. اما چرا سامسونگ حاضر است با میل خود از این خودکفایی ارزشمند صرف‌نظر کرده و به یک تأمین‌کننده ثالث متکی شود؟ پاسخ یک چیز است: هزینه کمتر. اپل هم از نمایشگرهای ساخت شرکت BOE در مدل‌های آیفون خود استفاده می‌کند و دلیل آن این است که شرکت چینی پنل‌های خود را با قیمتی بسیار پایین‌تر از رقیبا عرضه می‌نماید. در واقع، اپل سال‌هاست تلاش می‌کند تا وابستگی خود به سامسونگ و ال‌جی را کاهش داده و نقش BOE را در زنجیره تأمین آیفون‌ها افزایش دهد. از دیدگاه تجاری، کاملاً منطقی است که سامسونگ نیز تلاش کند روابط خود را با شرکتی برقرار کند که دیگر درگیر دعوی حقوقی با آن نیست. به‌ویژه اگر این شرکت بتواند به کاهش هزینه‌های تولید کمک کند. پیش‌بینی می‌شود که قیمت گوشی‌های هوشمند در سال ۲۰۲۶ به دلیل افزایش قیمت حافظه و رم با افزایش قابل‌توجه همراه باشد.

تازه‌های علمی

پژوهشگران با افزودن یک لایه نانومتری اکسید ژرمانیوم یکی از مشکلات قدیمی سلول‌های خورشیدی لایه‌تازک را حل کرده و بازده تبدیل انرژی را به‌طور چشمگیری افزایش دادند. به گزارش برنا، دانشمندان موفق شده‌اند با یک راهکار نوآورانه یکی از مشکلات دیرینه سلول‌های خورشیدی لایه‌تازک را برطرف کنند؛ دستاوردی که به افزایش چشمگیر بازدهی این سلول‌ها منجر شده است.

به گزارش sciencedaily، با افزایش تقاضای جهانی برای انرژی پاک انرژی خورشیدی بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است؛ منبعی فراوان که قابلیت توسعه در مقیاس‌های بزرگ را دارد. در کنار این روند پژوهشگران در سال‌های اخیر به‌طور جدی به سراغ سلول‌های خورشیدی لایه‌تازک رفته‌اند؛ فناوری‌ای که در مقایسه با سلول‌های سیلیکونی متداول هزینه تولید کمتر، پیکواختی بیشتر در فرآیند ساخت و قابلیت استفاده در تجهیزات سبک و انعطاف‌پذیر را فراهم می‌کند.

به میان مواد مختلف قلع مونوسولفید (SnS) به‌عنوان گزینه‌ای امیدوارکننده برای نسل آینده سلول‌های خورشیدی لایه‌تازک مطرح شده است. این ماده ارزان‌قیمت و غیرسمی است و برخلاف فناوری‌های رایج به عناصر کمیاب و گران‌قیمتی مانند ایندیموم،