

حاکمیت سایبری

شرکت «اپل» مجبور به استفاده از «اپلیکیشن‌های روسی» شد



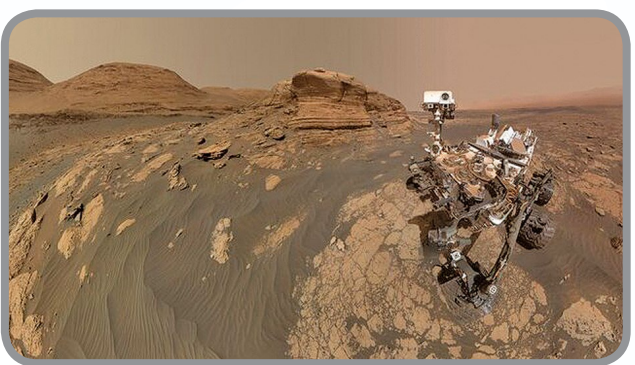
اپل در راستای همخوانی با قوانین روسیه، هنگام تنظیم آیفون فهرستی از اپلیکیشن‌های روسی را به کاربران نشان می‌دهد تا آنها را روی دستگاه‌هایشان نصب کنند.

به گزارش مهر به نقل از ورج، براساس قانونی که چند روزی است اجرا شده است، آیفون‌هایی که در روسیه فروخته می‌شوند، فهرستی از اپلیکیشن‌های روسی را هنگام تنظیم دستگاه نشان می‌دهند. این اقدام در حقیقت بخشی از فرایند تنظیم دستگاه است که پس از انتخاب گزینه‌هایی مانند App Analytics نمایش داده می‌شود. در متن مربوط به فهرست اپلیکیشن‌های مذکور آمده است: برای هم‌خوانی با ملزومات قانونی روسیه، اپلیکیشن‌های موجود برای دانلود نمایش داده می‌شود. پس از آن فهرستی از چند اپلیکیشن از جمله اپ‌های مختلف «یاندکس»، اپ ایمیل Mail.ru، سرویس پخش زنده ویدئو OK Live و شبکه اجتماعی روسی VK نمایش داده می‌شود. کاربر می‌تواند هر کدام از آنها را به دلخواه روی دستگاهش نصب کند. این اقدام در راستای هم‌خوانی با قانون جدید روسیه انجام شده که در سال ۲۰۱۹ میلادی تصویب شد. براساس قانون مذکور تولیدکنندگان باید نرم‌افزارهای روسی را به‌طور پیش‌فرض روی دستگاه‌هایی نصب کنند که در این کشور فروخته می‌شوند. قانون مذکور شامل موبایل، تبلت، تلویزیون‌های هوشمند، لپ‌تاپ و رایانه‌های رومیزی می‌شود. طبق گزارش روبرتز، قانون مذکور بخشی از تلاش دولت روسیه برای کاهش انکتابه شرکت‌های خارجی است.

ماه گذشته اپل اعلام کرد از قانون مذکور پیروی می‌کند و در همین راستا به کاربران اجازه می‌دهد اپلیکیشن‌های روسی را هنگام تنظیم دستگاه‌هایشان نصب کنند.

فضا

تصویر جدید مریخ نورد ناسا



مریخنورد «دیسکاوری» ناسا که در سیاره سرخ قرار دارد اخیرا تصویر جدیدی از خود ثبت کرده است.

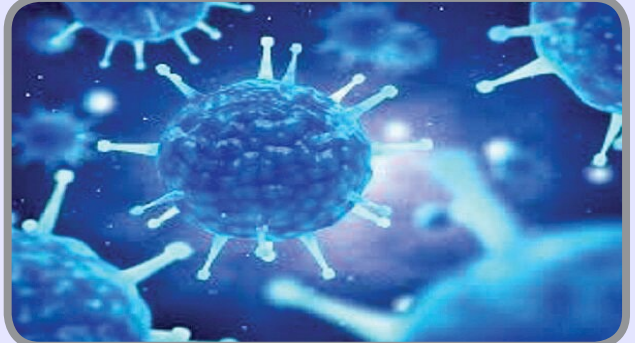
به گزارش ایسنا، در جدیدترین عکسی که مریخنورد کنجکاوی از خود در مریخ ثبت کرده و سپس در حساب کاربری این مریخنورد در توئیتر منتشر شده است می‌توان این مریخنورد را در مقابل ساختاری صخره‌ای به نام «هونت مرکو» (Mont Mercou) مشاهده کرد. گفتنی است این ساختار سنگی ۲۰ فوت (۶ متر) است.

این تصویر از ۶۰ تصویر ثبت شده توسط دوربین MAHLI و ۱۱ تصویر دوربین Mastcam این مریخنورد تشکیل شده است.

این کاوشگر در تاریخ ۲۶ نوامبر ۲۰۱۱ توسط ناسا، سازمان فضایی آمریکا به مقصد مریخ پرتاب شد و در ۶ اوت ۲۰۱۲ بر روی سطح این سیاره فرود آمد. مأموریت این مریخنورد جستجو برای یافتن نشانه‌های حیات در سیاره سرخ است.

کرونا

آیا ویروس سرماخوردگی به مقابله با کووید ۱۹ کمک می‌کند؟



مطالعات آزمایشگاهی نشان داده است که ویروس عامل سرماخوردگی معمولی می‌تواند موجب تحریک واکنش سیستم ایمنی در مقابله با کروناویروس شود. به گزارش مهر به نقل از مدیکال کیوز تودی، مطالعات نشان می‌دهد ابتلا به سرماخوردگی عادی می‌تواند از انتقال کروناویروس در بین جمعیت پیشگیری کند و شدت عفونت کووید ۱۹ را کاهش دهد.

ویروس‌های بینی انسانی (HRV) که بیش از نیمی از سرماخوردگی‌های معمولی را ایجاد می‌کنند، گسترده‌ترین ویروس‌های تنفسی در انسان هستند. تحقیق قبلی نشان داده بود که HRVها ممکن است در طی شیوع آنفلوآنزای ۲۰۰۹ مانع از انتشار H1N1 زیرگروه ویروس آنفلوآنزا در سراسر اروپا شده باشد. محققان معتقدند که HRV این کار را با تحریک سلول‌های انسانی برای تولید اینترفرون، که بخشی از دفاع ایمنی ذاتی بدن در برابر عفونت ویروسی است، انجام می‌دهند. تحقیقات نشان داده است که کروناویروس نسبت به اثرات اینترفرون حساس است. برای کشف این موضوع، محققان دانشگاه «گلاسگو بریتانیا» کشت سلول‌های تنفسی انسان را در آزمایشگاه با کروناویروس، HRV یا هر دو ویروس به‌طورهمزمان آلوده کردند. محققان مشاهده کردند کروناویروس به‌طور پیوسته در سلول‌هایی که محققان آنها را فقط با این ویروس آلوده کرده بودند، تکثیر شدند. اما در سلول‌های آلوده به HRV، تعداد ذرات کروناویروس به سرعت کاهش یافت تا اینکه تا ۴۸ ساعت پس از عفونت اولیه قابل شناسایی نبودند. در آزمایش‌های بیشتر، دانشمندان دریافتند که HRV مانع از همانندسازی کروناویروس می‌شود اما کروناویروس هیچ تأثیری بر رشد HRV ندارد. پروفیسور «پائلو مورسیا»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «تحقیقات ما نشان می‌دهد که ویروس‌های بینی انسان یک واکنش ایمنی ذاتی را در سلول‌های اپیتلیال تنفسی انسان ایجاد می‌کند که از تکثیر کروناویروس جلوگیری می‌کند.» محققان حدس می‌زنند که عفونت‌های خفیف HRV ممکن است هم برای ویروس و هم برای میزبانان انسانی آن مفید باشد.

دانش و پژوهشdanesh@kayhan.ir

مراقبت

راهکارهایی برای کاهش سطح «کلسترول بد خون»



محققان آمریکایی می‌گویند با انجام برخی اقدامات ساده می‌توان سطح کلسترول بد خون را کاهش داد. به گزارش باشگاه خبرنگاران به نقل از اکسپرس، کلسترول بالا می‌تواند فرد را مستعد بیماری‌های مرگبار کند. در واقع کلسترول با رسوب در عروق باعث باریک شدن و از بین رفتن قابلیت ارتجاعی رگ‌ها می‌شود. همین امر نیز جریان خون در عروق را دشوار کرده و احتمال تشکیل پلاک‌های خونی را افزایش می‌دهد. تحقیقات اثبات کرده است سطح بالای کلسترول ارتباط مستقیمی با سکنه‌های مغزی مرگبار و حملات قلبی دارد. با تمام این تفاسیر، آیا راهی برای کاهش سطح کلسترول خون وجود دارد؟ انجمن سکنه مغزی انگلیس می‌گوید زیاده‌روی در مصرف چربی‌های اشباع شده مانند کره باعث افزایش سطح کلسترول خون می‌شود. کلسترول خود شامل دو نوع کلسترول بد (LDL) و کلسترول خوب (HDL) می‌شود؛ در واقع زمانی که دربرابر مضرات کلسترول برای بدن سخن می‌گوییم منظور همان LDL است.

۱- افراد بالای ۴۰ سال

۲- افرادی که از اضافه وزن و چاقی رنج می‌برند

۳- افرادی که دارای فشار خون بالا هستند

۴- افراد مبتلا به دیابت

۵- کسانی که سابقه خانوادگی مشکلات قلبی دارند

۶- کسانی که سابقه خانوادگی سطح بالای کلسترول دارند

یکی از موثرترین راهکارها برای کاهش

خود را کاهش دهند معادل ۸ درصد از سطح کلسترول بد خون آن‌ها کاسته می‌شود. کاهش نیم یا یک کیلوگرمی وزن در هفته بسیار طبیعی و برای سلامتی مفید است.

* بهترین راهکارها برای کاهش سطح کلسترول خون

تحقیقات دانشمندان همچنین نشان می‌دهد انجام ورزش بر کاستن از سطح کلسترول بد تاثیر شگرفی دارد. انجام ۲ ساعت و ۳۰ دقیقه ورزش در هفته به‌طور موثری باعث کاهش کلسترول بد خون و افزایش سطح کلسترول خوب می‌شود.

برای کاستن از سطح کلسترول بد خون نباید از توجه به رژیم غذایی غافل شد. محققان می‌گویند مصرف غذاهای حاوی فیبر به‌طور موثری باعث کاهش سطح کلسترول خون می‌شود. مواد غذایی مانند آجیل‌ها، انجیر، غلات کامل، برنج قهوه‌ای، حبوبات و سبزیجات سرشار از فیبر هستند همچنین میوه‌هایی مانند سیب از منابع غنی از فیبر محسوب می‌شوند. کاهش سطح استرول از جمله عوامل روانی است که می‌تواند در کاهش سطح کلسترول خون موثر باشد. افراد مستعد هیپروتنه دارای این چربی مخرب هستند. از دیگر روش‌های کاهش سطح کلسترول خون می‌توان به کاهش وزن اشاره کرد. دانشمندان می‌گویند کسانی که از اضافه وزن و چاقی رنج می‌برند در صورتی که تنها ۵ کیلوگرم از وزن

گیاهان دارویی

خواص اعجاب‌انگیز «گل یاسمن سفید»

هاشم، یاسمن، یاسمن بستانی، یاسمن بوا، سلاب می‌شناسند. طبیعت این گیاه گرم و خشک است.

گیاه یاسمن سفید برای رفع لکه‌های سیاه پوست و رفع چروک صورت به شکل ضماد کاربرد دارد. پویین گل آن در تسکین سردرد موثر است.

مصرف دم‌کرده گل یاسمن سفید را شادی‌آور است و دم‌کرده آن برای رفع یلغم، سودا و زرداب اثرات مفیدی دارد. فواید گیاه یاسمن سفید برای دفع کرم روده مفید است و دم‌کرده آن برای فلق، لقوه، خواب رفتن اعضا و درد مفاصل اثریش است.

ریشه یاسمن سفید به‌صورت جوشانده برای درمان بیماری‌های قارچی پوست اثریش است و برای تهیه دم‌کرده آن، از ۱ تا ۲ گرم گل در یک لیوان آب جوش استفاده می‌شود. مصرف بیش از حد یاسمن سفید ضرر بوده و باعث تشنج می‌شود.



تحقیق می‌تواند به عنوان مدرکی با اساس علمی برای اثبات رایج‌درمانی مورد توجه قرار بگیرد.

بررسی‌ها نشان می‌دهد که استشمام مولکول‌های روغن یاسمن، پیام‌هایی را به منطقه‌ای از مغز می‌فرستد که در کنترل احساسات نقش دارند. محققان معتقدند که روغن این گیاه تأثیرات شفابخش گوناگونی دارد. این رایچه در ۸۲ درصد از عطرهاي زنانه و ۲۳ درصد از عطرهاي مردانه استفاده می‌شود. یاسمن سفید را با نام‌هایی چون گل

تکنولوژی

برداشت «دی‌ان‌ای حیوانات» از هوا!



دانشمندان در روشی که می‌تواند به درک بهتر انتقال بیماری‌هایی مانند کووید-۱۹ کمک شایانی کند، برای اولین بار توانستند دی‌ان‌ای حیوانات را از هوا جمع‌آوری کنند.

به گزارش ایسنا و به نقل از آی‌ای، دانشمندان برای نخستین بار موفق به جمع‌آوری «دی‌ان‌ای محیطی» (eDNA) از هوا شدند. این عمل که هنوز در مراحل اولیه خود قرار دارد، می‌تواند انقلابی در پزشکی قانونی، انسان‌شناسی و حتی طب و داروسازی ایجاد کند. دانشمندان ابتدا نمونه‌هایی از هوا را در اتاقی که یک «موش صحرایی برهنه» در آن قرار داشت، گرفتند و نشان دادند که نمونه‌برداری دی‌ان‌ای هوایی (airDNA) می‌تواند دی‌ان‌ای موش صحرایی برهنه را با موفقیت تشخیص دهد. «موش صحرایی برهنه» با نام علمی «Hetercephalus glaber» نام یک گونه از تیره موش‌های آفریقایی است. این جونده در شرق آفریقا زندگی می‌کند. موش صحرایی برهنه در سال ۱۸۴۲ میلادی توسط «دوآرد روبل» توصیف علمی شد. وزن این گونه ۳۰ تا ۳۵ گرم است.

دانشمندان همچنین دی‌ان‌ای انسان را در نمونه‌های هوا مشاهده کردند. آنها در ابتدا حدس می‌زدند که این ممکن است به دلیل آلودگی محیط باشد. با این حال با انجام تحقیقات بیشتر به این نتیجه رسیدند که ماده زئتیکی انسان از منبع اصلی خود دور می‌شود و در هوا پخش می‌شود.

دکتر «الیزابت کلر» مدرس ارشد دانشگاه «کونین مری» لندن و نویسنده اصلی این تحقیق گفت: استفاده از دی‌ان‌ای محیطی به یکی از موضوعات مورد علاقه روزافزون جامعه علمی به ویژه برای بوم شناسان یا متخصصان حفاظات از محیط‌زیست تبدیل شده است که به دنبال روش‌های کارآمد و غیرتهاجمی برای نظارت بر محیط‌زیست هستند. در اینجا ما اولین شواهد منتشر شده را ارائه می‌دهیم که نشان می‌دهد دی‌ان‌ای محیطی (eDNA) حیوانات می‌تواند از هوا جمع‌آوری شود و فرصت‌های بیشتری برای تحقیق در مورد جوامع حیوانی در محیط‌های با دسترسی دشوار مانند غارها و گودال‌ها فراهم کند. محققان اکنون با شرکای این صنعت همکاری می‌کنند تا برخی از کاربردهای بالقوه این فناوری را زنده کنند.

«کلر» در ادامه توضیح داد که این روش می‌تواند به محققان در درک بهتر انتقال بیماری‌های قابل انتقال از طریق هوا مانند کووید-۱۹ کمک کند. وی گفت: در حال حاضر رهنمودهای رعایت فاصله اجتماعی نشان می‌دهد که ذرات ویروس کرونا می‌توانند در هوا حرکت کنند، اکنون ما با استفاده از این روش می‌توانیم از هوا نمونه‌گیری کرده و شواهد واقعی را برای حمایت از چنین دستورالعمل‌هایی جمع‌آوری کنیم.

این مطالعه در مجله (Peer) منتشر شده است.

طب ایرانی

خواص جالب کاهو و سکنجبین



یک متخصص طب ایرانی گفت: مصرف کاهو و سکنجبین با یکدیگر می‌تواند بی‌خوابی را درمان کند و دردهای مبهیم بدن را کاهش دهد. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، قدیر محمدی، دربارہ مصرف کاهو و سکنجبین و تاثیر آن بر بدن گفت: در طب سنتی مزاج کاهو سرد و تر است و سکنجبین مزاج گرم و خشک دارد به این دلیل که سکنجبین از ترکیب سرکه و عسل درست می‌شود که به اندازه معین جوشانده شده و اثرات گرم و خشکی را بر جای می‌گذارد، در واقع اثرات گرم و خشک سکنجبین با اثرات سرد و تر کاهو تا حدودی یکدیگر را خنثی می‌کنند.

وی در ادامه افزود: با توجه به اینکه کاهو خواب آور، مسکن و ضد درد است می‌تواند به همراه سکنجبین مصرف شود و عارضه‌ای نیز به همراه نداشته باشد. محمدی، تصریح کرد: اگر کاهو را به تنهایی بدون سکنجبین مصرف کنیم ممکن است رطوبت، تری و سردی آن تاثیر نامطلوبی بر روی افرادی که سن بالا دارند یا دارای مزاج بلغمی هستند بر جای بگذارد، اما اگر به همراه سکنجبین مصرف شود این عوارض را به همراه نخواهد داشت.

وی با اشاره به اینکه کاهو جزء مواد غذایی است که خاصیت دارویی دارد، گفت: معمولاً اثرات سوء کاهو را سکنجبین از بین می‌برد و از گذشته نیز در رژیم غذایی ایرانیان این دو به همراه یکدیگر مصرف شده است. این متخصص طب سنتی ادامه داد: سکنجبین نفوذ مواد را در بدن بیشتر می‌کند، بازکننده عروق بدن و مجاری است و خون بدن را تمیز می‌کند، از این جهت مصرف سکنجبین به تنهایی و یا با کاهو می‌تواند اثرات خوبی را بر بدن بر جای بگذارد و به دلیل گرم و خشک بودن سکنجبین عوارض آن نیز با کاهو دفع می‌شود، در نتیجه این دو ماده عوارض یکدیگر را خنثی می‌کنند، اما اثرات مثبت یکدیگر را خنثی نمی‌کنند.

محمدی، با بیان اینکه مصرف کاهو و سکنجبین با یکدیگر می‌تواند بیخوابی را درمان کند و دردهای مبهیم بدن را کاهش دهد، خاطرنشان کرد: سکنجبین با شکر نیز درست می‌شود، اما درست کردن آن با عسل بهتر است؛ مصرف کاهو و سکنجبین با هم برای بدن ضرری ندارد، اما همچنانکه زیاده روی آب زیاد می‌تواند برای بدن مضر باشد مصرف زیاد این ماده غذایی نیز می‌تواند آسیب‌رسان باشد.

نجوم

کشف مکان ایمن برای زندگی در کهکشان راه شیری

اگر زندگی در سطح سیاره دیگری امکان‌پذیر باشد، ممکن است بهترین مکان این سیاره نزدیک وسط کهکشان راه شیری باشد؛ فقط کافی است سیاهچاله بزرگ را هنگام رسیدن به آنجا نادیده بگیریم.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما-اگرچه ممکن است شگفت‌انگیز باشد، اما زمین نیز در مکان ایده‌آل زندگی در کهکشان راه شیری قرار گرفته است.

نتایج تحقیقات جدید نشان است که بهترین شانس برای زندگی در یک سیاره یا ماه شناور در اطراف مرکز کهکشان است که کمترین ابرنواخترها، انفجارهای اشعه گاما و دیگر هیولاهای فضایی طی ۱۱ میلیارد سال گذشته را داشته است. چون زمین در لبه قرار داشته است، احتمالاً یک انفجار خاص اشعه گاما باعث بدترین انقراض دسته‌جمعی در آن شده است.

زمین در واقع در لبه منطقه قرار دارد و حدود ۲۶هزار سال نوری از هسته کهکشان‌ی فاصله دارد و سیاهچاله مذکور در کمین آن است. مرزهای زمین در هنگام ظهور کهکشان امن‌تر بود، اما بعدها اوضاع تغییر کرد.

محقق این تحقیق، ستاره‌شناس ریکاردو اسپینلی اظهار کرد: ما سکونتگاه راه شیری (MW) را در طول تاریخ کیهانی خود در برابر رویدادهای اختزفیزیکی مخرب ناپایدار باقوه، با هدف شناسایی امن‌ترین مکان‌ها و دوره‌های تاریخی طولانی‌مدت ارزیابی می‌کنیم.

اشکال حیات فرازمینی احتمالاً بیشترین شانس زنده ماندن را در اقیانوس‌های زیر سطحی سیارات منجمد دارند که در لایه‌های تقریباً غیر قابل نفوذ سنگ و یخ پوشانده شده‌اند. هر چیزی می‌تواند به چنین سیاره‌ای برخورد کند بدون اینکه موجوداتی که در اعماق این سیاره زندگی می‌کنند حتی این برخورد را احساس کنند و ممکن است این خطر نادر بودن سیاره‌ای مانند زمین باشد، حال سیاره فرضی دیگر، در معرض پدیده‌های فضایی را تصور کنید؛ ما انفجاراشعه گاما، انجماد ابرهای مولکولی و خطر دنباله‌دارها و سیارک‌ها قرار دارد. زندگی روی زمین تقریباً چندین بار نابود شده است که البته در مقایسه با مریخ هیچ چیز نیست.

اگر موجودات زنده برای مدتی در سیارات مشابه آنچه گفته شد، قرار بگیرند همان خطرانی که کره زمین نمی‌تواند از آنها فرار کند، در آنجا نیز وجود خواهد داشت. اگر ستاره‌ای به ابرنواختر تبدیل شود، بهترین موارد از بین می‌رود و هر چرخش سیاره‌ای بی‌حاصل خواهد بود. اسپینلی و گروه وی برای یافتن چنین الگویی، نحوه تشکیل و تکامل ستاره‌های کهکشان راه شیری را کشف کردند تا بفهمند میلیاردها سال پیش در کدام مناطق مجربان تشعشع اتفاق افتاده است. از درونی‌ترین قسمت‌های کهکشان تا حدود ۲۳هزار سال نوری خارج از آن، شکل‌گیری ستاره (و تمام پلاسم و تلاطم‌های ناشی از آن) برای حیات طولانی مدت هر چیزی بسیار زیاد است.

شاید اگر ویژگی‌های سوسک‌ها را داشته باشیم، فرصتی برای زندگی بیابیم. سوسک‌ها می‌تواند به‌طور بالقوه در برابر میزان تابش تشعشعات زنده بمانند و هر چیز دیگری غیر از آنها محکوم به فنا هستند. اسپینلی گفت: کشنده بودن رویدادهای اختزفیزیکی گذرا به انرژی آزاد شده به‌عنوان تابش پرنانزی و میزان وقوع آنها در کهکشان بستگی دارد. رویدادهای قدرتمندتر می‌توانند برای یک سیاره در فواصل بزرگ‌تر کشنده باشند. همچنین میزان بالای رویدادها می‌تواند توانایی سیاره را برای بازیابی از اثرات زیست‌محیطی کاهش دهند. فضاپی در یافتند که انفجارهای طولانی مدت‌اشعه گاما (IGRB) خطرناک‌ترین رویدادها برای سیارات یا قمرهایی هستند که سعی در ادامه حیات دارند. میزان انرژی آزاد شده آنها می‌تواند کل یک سیاره را از بین ببرد. در میانه کهکشان راه شیری، بدترین دشمنان زندگی، انفجارهای پرتوی گاما و ابرنواخترهای کوتاه‌مدت هستند و بعد به نظر می‌رسد موجودی بتواند آن را تحمل کند. البته کره زمین در معرض خطر کمتر آنها قرار گرفته است و به‌تازگی نیز اعلام شد، سیارک آپوفیس (Apophis)، بزرگ‌ترین تهدیدکننده زمین، دیگر رسماً تهدیدی محسوب نمی‌شود، بنابراین مسا می‌توانیم نفس راحتی بکشیم.