info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۲۳۹
سه‌شنبه /۱۸ بهمن /۱۴۰۱
۱۶ / رجب / ۱۴۴۴
07 / February / 2023

صاحب‌امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۴۴۴۲۳-۰۲۶-فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

مکث

ایرانی؟ مگر گزینه دارید؟

رئیس فدراسیون ملی مصاحبه‌ای اعلام کرده با توجه به تحریم‌ها، امکان حضور مربی خارجی وجود ندارد و سرمربی بعدی تیم ملی «ایرانی» خواهد بود. فارغ از اینکه آیا چنین تصمیمی از نظر حرفه‌ای درست و منطقی هست یا نه، مشکل دیگر این پروژه می‌تواند فقدان مربی ایرانی کارآمد باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دنیای اقتصاد، خدا پدر کارلوس کی‌روش را بیامرزد که پست خداحافظی با تیم ملی را گذاشت و تکلیف فدراسیون فوتبال را روشن کرد. بعد از این پست بود که جناب مهدی تاج و رفقا با اخره قهمیشه مربی برتغالی رفتنی است و برای نیمکت تیم ملی باید طرحی نو درانداز ند. احتمالا اگر کی‌روش این کار را نمی‌کرد و همین طور ساکت در خلعتش می‌نشست، اینها هم منتظر می‌ماندند تا شاید بتوانند این مربی موفق (!) را بار دیگر به تیم ملی برگردانند.

حالا اما روشن شده که دیگر خبری از کارلوس نیست و باید نفر دیگری به این منظور انتخاب شود. در همین راستا رئیس فدراسیون ملی مصاحبه‌ای اعلام کرده با توجه به تحریم‌ها، امکان حضور مربی خارجی وجود ندارد و سرمربی بعدی تیم ملی «ایرانی» خواهد بود. فارغ از اینکه آیا چنین تصمیمی از نظر حرفه‌ای درست و منطقی هست یا نه، مشکل دیگر این پروژه می‌تواند فقدان مربی ایرانی کارآمد باشد. بدون تعارف هم‌آکنون گزینه ایرانی واجد الشرایط برای هدایت تیم ملی به چشم نمی‌خورد. مدت کم وقتی شرایط برخی از نامزدهای همینگی این منصب را مرور می‌کنیم، درمی‌یابیم که کار دشوار است.

علی دایی

اسمی که این سال‌ها زیاد به عنوان گزینه هدایت تیم ملی مطرح شده، علی دایی بوده است. شهریار فوتبال ایران امروز از هر زمان دیگری محبوب‌تر شده و این اواخر دو بست اینستاگرامی او بی‌دریغ رکورد لایک در فضای فارسی این پلتفرم را شکسته است. با این حال به دلایل غیر فوتبالی بعید به نظر می‌رسد اجازه حضور دایی روی نیمکت تیم ملی صادر شود و البته اگر پیشنهادی به او هم صورت بگیرد، دور از ذهن است که دایی آن را بپذیرد.

یحیی گل‌محمدی

سرمربی نسبتا موفق پرسپولیس هم معمولا در زمره گزینه‌های ایرانی هدایت تیم ملی قرار می‌گرفته است اما به نظر می‌رسد او نیز این اواخر با موافمی از جنس موانع علی دایی مواجه شده باشد. تنها کافی است مصاحبه‌یی سابقه و بسیار خشمگینانه یحیی بعد از توقف پرسپولیس برابر آلومینیوم اراک را بخوانید تا ببینید در مورد چه چیزی حرف می‌زنیم.

جواد نکونام

اصلا قرار بود همین حالا که شما در حال خواندن این مطلب هستید، نکونام هدایت تیم ملی را بر عهده داشته باشد. روزی که مهدی تاج بار دیگر رئیس فدراسیون شد و در خلالیتی شگفت‌انگیز و تاریخی کارلوس کی‌روش را به نیمکت تیم ملی برگرداند، رسما اعلام کرد بعد از جام جهانی مربی برتغالی تبدیل به مدیر فنی خواهد شد تا جواد نکونام در جام ملت‌های آسیا هدایت تیم را بر عهده داشته باشد. منتها تدابیر آقای رئیس مثل همیشه آن‌قدر دقیق پیش رفت که حالا نه خبری از کارلوس است و نه خبری از نکوا همه اینها به کنار؛ در حل حاضر شکل نتایج جواد با فولاد پرسته طوری است که انتظارات از او به بالاترین حد ممکن رسیده تیمی که برای قهرمانی بسته شده بود. عملا در زمین حرفی برای گفتن ندارد و از ۱۸ مسابقه تنها پنج بازی را برده است. به علاوه فوتبالی که نکوا با فولاد ارائه می‌دهد هم مطلوب بسیاری از کارشناسان و هواداران نیست. آنها او را بدل ایرانی کی‌روش می‌دانند و می‌پرسند وقتی نسخه اصلی به بن‌بست رسیده، کپی آن قرار است چه معجزه‌ای بکند؟ در مجموع بعید است افکار عمومی آماده پذیرش حضور سرمربی تیم هشتم جدول در تیم ملی باشد.

امیر قلعه‌نویی

سال‌هاست اسمش به عنوان گزینه هدایت تیم ملی مطرح می‌شود. اما نهایتا انتخاب دیگری صورت می‌گیرد. با وضعی که پیش آمده و عملا نمی‌توان مربی خارجی گرفت، شاید قلعه‌نویی می‌تواست بالاخره به آرزویش برسد. اما مشکل اینجاست که یک دهه از آخرین جامی که امیر لمس کرده می‌گذرد. او همین حالا در سومین فصل حضورش روی نیمکت تیم متمول گل‌گهر عملکرد فوق‌العاده‌ای نداشته و درست سر برنگاه همه را نمیبر می‌کند. قلعه‌نویی امسال به پرسپولیس و استقلال باخته و همین هفته از سپاهان ۱۰ نفره ۴ گل خورده است.

فرهاد مجیدی

با قهرمانی پارسال در استقلال، اسم او هم به عنوان گزینه تیم ملی مطرح شد. اما همان زمان همه گفتند فرهاد هنوز بسیار جوان و کم‌تجربه است. نتایج امسال مجیدی در الاتحاد کلبا در امارات هم نوسان داشته و در مجموع بخشیدن نیمکت تیم ملی به او خیلی زود به نظر می‌رسد.

الکس نوری

نام این مربی ایرانی الاصل هم گاهی بین گزینه‌ها دیده می‌شود. او صرفا یک تجربه کوتاه موفقت در وردبرمن داشته و بعد از آن از نظر فنی واقعا چیزی از الکس ندیده‌ایم. با این حال اسمش جذاب است و زیاد در رسانه‌ها مطرح می‌شود. منتها مشکل اینجاست که اگر عقد قرارداد با مربی خارجی به خاطر مسائل تحریم و تامین ارز و ... سخت باشد، طبیعتا این دشواری‌ها شامل الکس نوری هم خواهد شد. واقعا فکر می‌کنید این مربی حاضر است قرارداد ریالی ببندد؟ با این شرایط، می‌بینید که دست فدراسیون برای انتخاب سرمربی بعدی تیم ملی از بین نفرات ایرانی چندان باز نیست.

خبر ۶۰ امروز با حافظ

آن پیکِ نامور که رسید از دیار دوست
آورد حِرزِ جان ز خطِ مُشکبارِ دوست
خوش می‌دهد نشانِ جلال و جمالِ یار
خوش می‌کند حکایتِ عِزّ و وقارِ دوست

فال خوش باد وقت باد سحر گه که دم به دم مشکین کند مشام از بوی نثار دوست

ابن حسام خوسفی

فال کوچ اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۳۵	۰۷:۰۰	۱۲:۲۰	۱۷:۴۰	۱۷:۵۹

برگه

صداقت برایتان دوستان زیادی پیدا نمی‌کند ولی دوستان درستی پیدا می‌کند.

جان لنون

گزارش روز

ترفندهای عجیب وام از دواج!

مرکز پژوهش‌های مجلس رژ طولانی‌تر شدن صف انتظار برای دریافت وام ازدواج و فرزندآوری را افشا کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری، قانون می‌گوید پرداخت وام ازدواج به عروس و داماد‌های بالای ۵۰سال ممنوع است اما آمارهای رسمی بانک مرکزی نشان می‌دهد در ۸ماه امسال ۹۱۴نفر بالای ۵۰سال وام ازدواج گرفته‌اند که ۹۶۵نفر از آنها بالای ۶۰سال داشته‌اند که احتمال ازدواج صوری را تقویت می‌کند. مرکز پژوهش‌های مجلس همچنین می‌گوید: کارنامه ۸ماهه بانک‌ها در پرداخت وام ازدواج نشان می‌دهد از مجموع یک میلیون ۱۵۵هزار نفر متقاضی فقط ۴۶درصد آنها موفق به گرفتن وام شده‌اند. همچنین از مجموع یک میلیون و ۲۸۳هزار متقاضی دریافت وام فرزندآوری فقط ۴۰درصد خانواده‌ها توانسته‌اند از بانک‌ها وام بگیرند.

زنان دوبرابر مردان وام ازدواج گرفته‌اند

بازوی تحقیقاتی مجلس با نامناسب ارزیابی کردن عملکرد بانک‌ها در دادن وام ازدواج به عروس و داماد‌ها و وام فرزندآوری به پدر و مادر‌ها اعلام کرده در ۸ماه امسال به ۱۵۷هزار و ۱۴۰زن کمتر از ۳۳سال و ۹۳هزار و ۴۳۹مرد کمتر از ۲۵سال تسهیلات ازدواج ۱۵۰میلیون تومانی پرداخته‌شده که نشان می‌دهد تعداد زنان گیرنده وام ۲برابر مردان در سنین پایین‌تر بوده که بیانگر این است که نیمی از زنان دریافت‌کننده وام با مردان بیش از ۲۵سال مجموع دریافت‌کنندگان وام ازدواج در زنان بالای ۳۲سال کمتر از وام‌گیرندگان زن کمتر از ۳۳سال بوده و ۰۲درصد زنانی که وام ازدواج گرفته کمتر از ۲۲سال سن داشته‌اند در حالی که ۴۵درصد از مردان دریافت‌کننده تسهیلات بالای ۲۵سال بوده‌اند در حالی که هدف قانونگذار تشویق جوانان به ازدواج زودهنگام و بچه‌دارشدن بوده است. مرکز پژوهش‌های مجلس نتیجه‌می‌گیرد با توجه به امکان افزایش ازدواج‌های صوری یا طلاق صوری و ازدواج مجدد در گروه سنی بیش از ۵۰سال و همچنین مشروط‌بودن پرداخت تسهیلات به زوجین جوان باعث انحراف در پرداخت وام ازدواج شده است. به گونه‌ای که در ۸ماه امسال ۱۰۹میلیارد تومان وام بی‌ملاحظه باعث فشار بر بانک‌ها، شدت نقدینگی و افزایش پایه پولی شده است. این در حالی است که شورای پول و اعتبار بانک مرکزی را به جلوگیری از رشد پایه پولی برای مهار تورم مکرر داده و خواسته تا جلوی رشد ترازنامه بانک‌ها را بگیرد و اجرای این سیاست صف انتظار برای وام ازدواج و فرزندآوری را امسال طولانی‌تر کرده است.

جالش خاص مردان در دریافت وام ازدواج

جالش دیگر این است که دریافت هر گونه تسهیلات از شبکه بانکی توسط مردان مشروط به ارائه مدارکی شده که وضعیت افراد از حیث نظام وظیفه با همان سربازی را مشخص کند. مرکز پژوهش‌های مجلس می‌گوید: این شرط دردسرساز شده و از طریق هماهنگی مجلس با ستاد کل نیروهای مسلح برای حذف این محدودیت صرفا برای وام ازدواج و فرزندآوری می‌تواند قابل حل باشد.

معمای ضامن و زمان ازدواج

مانع سوم به اعمال سلیقه بانک‌ها در گرفتن ضامن و یا وثیقه بازمی‌گردد و به رغم صراحت قانونی بر گرفتن یک ضامن معتبر، اکثر بانک‌ها این ضامن را به کارمند رسمی دولت محدود می‌کنند و حتی علاوه بر آن خواهان ارائه مدارکی چون سند خانه، فیش برق و گاز، گواهی اشتغال به کار و سفته می‌شوند که این سلیقه‌گرایی متقاضیان وام ازدواج و فرزندآوری را سرگردان کرده است.

تعلق وام به ازدواج‌های ۵ساله

مانع چهارم هم به تسری دامنه پرداخت وام به ازدواج‌های ۵سال گذشته بازمی‌گردد که باعث شده بسیاری از عروس و داماد‌ها با هدف گرفتن وام ازدواج، درخواست خود را به سال‌های بعد موکول کنند. همین مسئله فشار بر بانک‌ها و طولانی‌تر شدن صف انتظار را به همراه داشته است. مرکز پژوهش‌های مجلس پیشنهاد داده که تنها به افرادی وام ازدواج به مبلغ سال آینده پرداخت شود که حداکثر زمان ثبت واقعه ازدواج‌شان ۳سال بیشتر نشده باشد تا هم نظم بیشتری بر رفتار اقتصادی عروس و داماد‌ها حاکم و هم از تجمع آنها در سال‌های آینده گرفته شود.

پرداخت ناموزون وام فرزندآوری

یافته‌های مرکز پژوهش‌های مجلس نشان می‌دهد ۶۰درصد پدر و مادرهای در صف انتظار برای گرفتن وام فرزندآوری همچنان بلاتکلیف هستند و حتی ۷۱ هزار و ۶۳۶ نفر با وجود تکمیل مدارک موفق به گرفتن وام در ۸ماه نخست امسال نشده‌اند. چالش دیگر ناموزون بودن پرداخت بین استان‌هاست تا جایی که استان ایلام کمترین تعداد افراد در صف انتظار را به خود اختصاص داده و ۸۵درصد از متقاضیان وام گرفته‌اند اما در استان خوزستان تنها ۲۷درصد موفق به گرفتن وام فرزندآوری شده‌اند و بانک‌های این استان عملکرد منفی داشته‌اند.

۴دلیل انحراف در پرداخت وام ازدواج

بر اساس این گزارش، پژوهشگران ۴دلیل را درباره انحراف و یا سختگیری در پرداخت وام ازدواج در شبکه بانکی شناسایی و اعلام کرده‌اند که کافی‌بودن منابع قرض‌الحسنه، محدودیت‌های قانون نظام وظیفه، تخلف بانک‌ها در گرفتن ضامن، تسری دامنه پرداخت وام به ازدواج‌های ۵سال گذشته به افزایش صف انتظار برای گرفتن وام منجر شده است و منتشر نشدن اسامی بانک‌هایی که کمتر از سهمیه‌شان وام داده‌اند هم بر این پیچیدگی افزوده است.

منابع قرض‌الحسنه بانک‌ها

کافی‌نبودن منابع قرض‌الحسنه بانک‌ها یکی از موانع سختگیری و مقاومت در پرداخت تسهیلات ازدواج و فرزندآوری است. در حالی که مجلس همه ساله سقف تسهیلات را بالاتر می‌برد، اما این رشد بی‌ملاحظه باعث فشار بر بانک‌ها، شدت نقدینگی و افزایش پایه پولی شده است. این در حالی است که شورای پول و اعتبار بانک مرکزی را به جلوگیری از رشد پایه پولی برای مهار تورم مکرر داده و خواسته تا جلوی رشد ترازنامه بانک‌ها را بگیرد و اجرای این سیاست صف انتظار برای وام ازدواج و فرزندآوری را امسال طولانی‌تر کرده است.

تراکم بسنی دریافت‌کنندگان وام ازدواج

مجموع دریافت‌کنندگان وام ازدواج در زنان بالای ۳۲سال کمتر از وام‌گیرندگان زن کمتر از ۳۳سال بوده و ۰۲درصد زنانی که وام ازدواج گرفته کمتر از ۲۲سال سن داشته‌اند در حالی که ۴۵درصد از مردان دریافت‌کننده تسهیلات بالای ۲۵سال بوده‌اند در حالی که هدف قانونگذار تشویق جوانان به ازدواج زودهنگام و بچه‌دارشدن بوده است. مرکز پژوهش‌های مجلس نتیجه‌می‌گیرد با توجه به امکان افزایش ازدواج‌های صوری یا طلاق صوری و ازدواج مجدد در گروه سنی بیش از ۵۰سال و همچنین مشروط‌بودن پرداخت تسهیلات به زوجین جوان باعث انحراف در پرداخت وام ازدواج شده است. به گونه‌ای که در ۸ماه امسال ۱۰۹میلیارد تومان وام پرداخت شده است. این نهاد تحقیقاتی توضیح می‌دهد که هرچند بانک مرکزی معتقد است بخش عمده‌ای از این تسهیلات به علت بازملدن برخی گروه‌های سنی از سال‌های گذشته بوده، با این حال بازنگری در پرداخت تسهیلات و رسانی‌زمایی ازدواج‌های ثبت‌شده با توجه به حجم افراد پشت نوبت انتظار ضروری است.

قابل توجه

کرونا زنگ بیداری این بیماری‌ها را نواخت

پس از شیوع کرونا تعداد موارد ابتلا به عفونت‌هایی مانند استرپتوکوک A انفلوآنزا و ویروس سین‌سیتیال تنفسی (RSV) از زمان همه‌گیری و همچنین مقاومت دارویی در باکتری‌های عامل عفونت جریان خون افزایش یافته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ویقروم، در زمان محدودیت‌های مرتبط با بیماری همه‌گیر، فقط موضوع شیوع بیماری کووید ۱۹ نبود. بسیاری از بیماری‌های عفونی نیز کاهش یافت زیرا دانش‌آموزان در خانه ماندند، مشاغل تعطیل و ملاک‌های صورت به یک منظره عمومی عادی تبدیل شد.

در حال حاضر، با کاهش محدودیت‌های دوباره جوامع، عفونت‌ها در حال افزایش است اما کاهش ارتباطات کودکان در دوره کرونا باعث کاهش ایمنی در کل جمعیت شده است.

در اینجا چهار بیماری عنوان شده است که در حال افزایش است:

به گفته مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری آمریکا (CDC)، استرپتوک A نوعی باکتری است که در گلو و روی پوست یافت می‌شود که معمولا باعث بروز تب و عفونت‌های گلو مانند گلودرد استرپتوکوکی یا مخملک می‌شود که در موارد نادر می‌تواند کشنده باشد. ویروس سین‌سیتیال تنفسی (RSV)، ویروس تنفسی رایجی است که باعث عفونت ریه‌ها و مجاری تنفسی در نوزادان زیر ۲ سال و بزرگسالان با شرایط بیماری قبلی می‌شود.

مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری ایالات متحده در این خصوص کرد: پیش‌بینی می‌شود سالانه ۶۰ تا ۱۲۰ هزار سالمند در ایالات متحده به دلیل RSV در بیمارستان بستری می‌شوند و ۶ تا ۱۰ هزار نفر نیز جان خود را از دست می‌دهند.

این مرکز تخمین می‌زند تاکنون در این فصل حداقل ۲۴ میلیون بیماری آنفلوآنزا ثبت شده که در پی آن ۲۶۰ هزار نفر در بیمارستان بستری شده و ۱۶ هزار نفر نیز جانشان را از دست داده‌اند.

گزارش سازمان بهداشت جهانی بر اساس داده‌های ۸۷ کشور در سال ۲۰۲۰ نشان داد افزایش مقاومت دارویی در باکتری‌های عامل عفونت‌های جریان خون از جمله در برابر آنتی‌بیوتیک‌ها در سال اول همه‌گیری کرونا ویروس مشاهده شد.

رویترز گزارش کرد که استفاده بیش از حد و یا نادرست از آنتی‌بیوتیک‌ها به میکروب‌ها کمک کرده تا به بسیاری از درمان‌ها مقاوم شوند.

اشاره

از کفش سفارشی تا ماسک سفارشی

امیدوارم به راهایی برای طراحی ماسک‌ها فکر کنیم و بهترین محصول را برای افراد پیدا کنیم. ما سایزهای مختلفی برای کفش داریم و حتی می‌توانید کفش‌های خود را سفارشی کنید. پس چرا نمی‌توانید ماسک خود را برای سلامتی خود و برای منافع اجتماعی شخصی‌سازی و طراحی کنید؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، در مقابل حجم گسترده مصرف ماسک، یکی از سؤالات کلیدی این است که تا چه میزان ماسک‌ها قادر به محافظت فرد در مقابل آلودگی هستند؟ موضوعی که جرقه یک اختراع شده است. یکی از تأثیرات کلان بیماری کرونا توجه به حفاظت فرد در مقابل بیماری‌های مسری و عفونی بود. این موضوع این بار به دلیل قدرت ویروسی که آدم‌ها را از پا درمی‌آورد به صورت جدی در زندگی روزمره جا خوش کرد و مصرف ماسک متداول شد. هر چند ماسک‌هایی که کادر درمان استفاده می‌کند با عموم مردم متفاوت است. این سؤال به وجود می‌آید که ماسک‌هایی که به صورت گسترده مصرف می‌شود و خود آلودگی قابل توجهی در محیط زیست رقم می‌زند، تا چه حد قادر است فرد را در مقابل دریافت ویروس و لوای آلودگی‌ها حفاظت کند؟ و آیا بوشیدن آن فایده‌ای هم دارد یا نه؟» موضوعی که گروهی از دانشمندان آم‌آی‌تی را بر آن داشت که ماسک‌ها را مطالعه، مزایا و معایب آن را سنجش و در نهایت به حسگرهایی مجهز کنند که قادر است تناسب و کارایی خود را اندازه بگیرد.

زنان بیش از مردان در معرض آلودگی

گزارشی که از این تیم پژوهشی منتشر شده نشان می‌دهد که تاکنون برخی باورها در مورد کارایی قطعی ماسک درست نبوده و همچنان بنا به کیفیت ماسک ممکن است برخی افراد آلودگی را از محیط دریافت کنند اما یک مصرف‌کننده چگونه قادر به تشخیص کارایی ماسک است و چگونه می‌تواند مشخص کند که ماسکی که استفاده می‌کند برای او مناسب است؟ این گروه معتقد است استفاده از ماسک می‌تواند به جلوگیری از انتشار ویروس‌هایی مانند کووید کمک کند اما اثربخشی ماسک به میزان مناسب‌بودن آن بستگی دارد. در حال حاضر، هیچ راه ساده‌ای برای اندازه‌گیری تناسب ماسک وجود ندارد اما حسگر جدیدی که در MIT توسعه یافته است، می‌تواند اطمینان از تناسب خوب را بسیار آسان‌تر کند. ستسوری که تماس فیزیکی بین ماسک و صورت استفاده‌کننده را اندازه‌گیری می‌کند و می‌تواند روی هر نوع ماسکی اعمال شود. محققان با استفاده از این حسگر، تناسب ماسک‌های جراحی را روی افراد مرد و زن مورد تجزیه و تحلیل قرار داده و دریافتند که در مجموع، این ماسک‌ها با صورت زنان بسیار کمتر از صورت مردان تناسب دارد. دانگیوون، پروفسور هنر و علوم رسانه‌ای MIT، می‌گوید: «آنچه ما با تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری‌شده از افراد در مطالعه متوجه شدیم این بود که ماسک‌هایی که در زندگی روزمره استفاده می‌کنیم برای شرکت‌کنندگان زن چندان مناسب نیستند.» محققان امیدوار بودند که حسگر آنها به افراد کمک کند تا ماسک‌هایی را پیدا کنند که مناسب‌تر باشد و طراحان بتوانند از آن برای ایجاد ماسک‌هایی استفاده کنند که متناسب با انواع شکل‌ها و اندازه‌های صورت باشد. در نهایت سنسوری در ماسک‌ها تعبیه شد که می‌تواند برای نظارت بر علائم حیاتی مانند سرعت تنفس و دما و همچنین شرایط محیطی مانند رطوبت مورد استفاده قرار گیرد. محققان کار روی این پروژه را قبل از رواج پوشیدن ماسک در طول همه‌گیری کووید-۱۹ آغاز کردند. هدف اصلی آنها استفاده از حسگرهای تعبیه‌شده در ماسک‌هایی برای اندازه‌گیری اثربخشی استفاده از ماسک در مناطق با سطوح بالای آلودگی هوا بود. با این حال، هنگامی که همه‌گیری شروع شد، آنها متوجه شدند که چنین حسگری می‌تواند کاربردهای گسترده‌تری داشته باشد. با وجود انواع مختلفی از ماسک‌های موجود در طول همه‌گیری، محققان فکر کردند که این نوع حسگر می‌تواند برای کمک به افراد در یافتن بهترین ماسک برای خود، مفید باشد. در حال حاضر تنها راه برای اندازه‌گیری تناسب ماسک استفاده از دستگاهی به نام ماسک فیت‌تستر است که تناسب ماسک را با مقایسه غلظت ذرات هوا در داخل و خارج ماسک ارزیابی می‌کند یا این حال، این نوع ماشین فقط در مراکز تخصصی مانند بیمارستان‌ها موجود است که از آنها برای ارزیابی مناسب‌بودن ماسک‌برای کارکنان مراقبت‌های بهداشتی استفاده می‌کنند.

الگوی تنفس مصرف‌کننده توسط ماسک اندازه‌گیری می‌شود

تیم MIT می‌خواست یک دستگاه کارپریسندتر و قابل حمل برای اندازه‌گیری تناسب ماسک ایجاد کند. در این پروژه شرایط زیست‌شناختی و محیطی مانند الگوی تنفس، دمای پوست، فعالیت‌های انسانی، دما و رطوبت داخل ماسک و موقعیت ماسک، از جمله اینکه آیا افراد بدرستی از آن استفاده می‌کنند یا خیر به طور همزمان بررسی شده است. محققان برای ادغام حسگرهای خود در ماسک‌های صورت، دستگاهی ساختند که آن را ماسک صورت سنسور چندوجهی سازگار (cMask) می‌نامند. سنسورهایی که پارامترهای مختلفی را اندازه‌گیری می‌کنند در یک قاب پلیمری انعطاف‌پذیر تعبیه شده‌اند که می‌تواند به طور برگشت‌پذیر به داخل هر ماسکی در اطراف لبه‌ها متصل شود. برای اندازه‌گیری تناسب، cMask دارای ۱۷ حسگر در اطراف لبه ماسک است که ظرفیت خازنی را اندازه‌گیری می‌کند که می‌تواند برای تعیین اینکه آیا ماسک در هر یک از آن مکان‌ها پوست را لمس می‌کند یا خیر استفاده کرد. رابط cMask همچنین دارای سنسورهایی است که دما، رطوبت و فشار هوا را اندازه‌گیری می‌کند که می‌تواند فعالیت‌هایی مانند صحبت‌کردن و سرفه را تشخیص دهد. شبانه‌سنج داخل دستگاه می‌تواند نشان دهد که پوشنده در حال حرکت است یا خیر. همه حسگرها در یک پلیمر زیست سازگار به نام پلی‌ایمید تعبیه شده‌اند که در ایمپلنت‌های پزشکی مانند استنت استفاده می‌شود. محققان رابط cMask را در یک گروه پنج مرد و پنج زن آزمایش کردهاند. همه آزمودنی‌ها از ماسک‌های جراحی استفاده می‌کردند و محققان خوانش‌های حسگرها را در حالی که شرکت‌کنندگان فعالیت‌های مختلفی مانند صحبت‌کردن، راه‌رفتن و دویدن انجام می‌دادند، زیر نظر گرفتند. آنها همچنین سنسورها را در شرایط دمایی مختلف آزمایش کردند.

ماسک‌ها شمارش‌پذیر می‌شوند

با استفاده از داده‌های به‌دست‌آمده توسط حسگرهای خازنی، محققان یک الگوریتم یادگیری ماشینی برای محاسبه کیفیت تناسب ماسک‌برای هر موضوع در مطالعه ایجاد کردند. این اندازه‌گیری‌ها نشان داد که تناسب ماسک برای زنان به طور قابل توجهی بدتر از مردان است، به دلیل تفاوت در شکل و اندازه صورت، با این حال تناسب آدام برای زنان را می‌توان با پوشیدن ماسک‌های جراحی کوچکتر بهبود بخشید. محققان همچنین دریافتند که کیفیت مناسب ماسک برای یکی از آزمودنی‌های مرد که ریش داشت پایین بود که باعث ایجاد شکاف بین ماسک و پوست شد. محققان امیدوارند که یافته‌های آنها تولید کنندگان ماسک را تشویق کند تا ماسک‌هایی را طراحی کنند که متناسب با اشکال و اندازه‌های مختلف صورت، بویژه صورت زنان باشد. آزمایشگاه دانگیوون در حال برنامه‌ریزی برای تولید انبوه و استقرار در مقیاس بزرگ رابط cMask است. دانگیوون می‌گوید: امیدوارم به راههایی برای طراحی ماسک‌ها فکر کنیم و بهترین محصول را برای افراد پیدا کنیم. ما سایزهای مختلفی برای کفش داریم و حتی می‌توانید کفش‌های خود را سفارشی کنید. پس چرا نمی‌توانید ماسک خود را برای سلامتی خود و برای منافع اجتماعی شخصی‌سازی و طراحی کنید؟ محققان همچنین امیدوارند که ایده اولیه خود برای مطالعه اثرات آلودگی هوا بر افرادی که در خارج از خانه کار می‌کنند، بازگردند.

رسانه چه خبر

تعداد قدم‌های مورد نیاز برای کاهش وزن چقدر است

مدیسون نت به گفته محققان، پاسخ به اینکه چند قدم برای کاهش وزن لازم است چندان ساده نیست. «امانداپلوچ» استادیار دپارتمان حرکت‌شناسی دانشگاه ماساچوست، می‌گوید: «در حالی که شواهد در مورد اینکه دقیقاً چند قدم در روز برای کاهش وزن نیاز است محدود است، کارشناسان می‌گویند که هر هفته حدود ۱۵۰ تا ۳۰۰ دقیقه ورزش با شدت متوسط تا شدید برای کاهش وزن مؤثر است.» به گفته پالوچ، «این میزان به طور متوسط ۲۲ دقیقه در روز در سطح پایین و ۴۵ دقیقه در سطح بالا است. و ما می‌دانیم که برای کاهش وزن و حفظ وزن، واقعاً باید به سطح بالاتر رسید.» نتایج یک مطالعه نشان داده است که ۱۰۰۰۰ قدم در روز، که حدود ۲۵۰۰ قدم از آنها به عنوان فعالیت بدنی متوسط تا شدید برای حداقل ۱۰ دقیقه باشد، با افزایش کاهش وزن در یک مداخله رفتاری همراه با یک رژیم غذایی با کالری محدود مرتبط است. مطالعه دیگری نشان داد که به ازای هر ۲۰۰۰ قدم ثبت شده توسط یک شرکت کننده در مطالعه خطر مرگ زودهنگام بین ۵ تا ۱۱ کاهش می‌یابد. محققان همچنین دریافتند که ۹۸۰۰ قدم در روز بیشترین فایده را دارد. و مطالعه‌ای که اخیراً منتشر شده است نشان می‌دهد که ۱۰۰۰۰ قدم پیاده‌روی در روز خطر ابتلا به زوال عقل، بیماری قلبی و سرطان را کاهش می‌دهد. به گفته محققان، پیاده‌روی با دویدن بیشتر برابر است با کالری سوزی بیشتر. به طور کلی، به ازای هر ۱۵ کیلومتر راه رفتن با دویدن ۱۰۰ کالری سوزانده می‌شود.

ارتباط سر و صدای ترافیک با خطر وزوز گوش

هندوستان تایمز: متخصصان دانشگاه جنوب دانمارک در بررسی‌های خود دریافتند که هرچه افراد در خانه‌های خود در معرض صدای ترافیک بیشتری باشند، احتمال ابتلای آنها به وزوز گوش بیشتر می‌شود. در این مطالعه متخصصان ارتباط بین قرار گرفتن در معرض سر و صدای ترافیک و پیامدهای مربوط به شنوایی را بررسی کردند. یکی از متخصصان این مطالعه گفت: در داده های خود بیش از ۴۰ هزار مورد ابتلا به عارضه وزوز گوش را پیدا کرده ایم و می توانیم بگوییم که به ازای هر ۱۰ دسی بل صدای بیشتر در خانه افراد، خطر ابتلا به وزوز گوش ۶ درصد افزایش می یابد. متخصصان این مطالعه اظهار کردهاند که نگران بسیاری از مشکلات سلامتی هستند که به نظر می رسد سر و صدای ترافیک باعث ایجاد آن ها می شود. آن ها همچنین اذعان کرده اند که به نظر می رسد سر و صدا خطر ابتلا به وزوز گوش، بیماری های قلبی عروقی، زوال عقل و سایر بیماری ها را افزایش می دهد. در حال حاضر مطالعات بیشتری برای تایید ارتباط بین سر و صدای ناشی از ترافیک و وزوز گوش مورد نیاز است. با این حال آنچه مشخص است این است که سر و صدای ترافیک باعث ایجاد استرس در افراد شده و بر خواب آن ها تاثیر می گذارد. همچنین زمانی که در شرایط استرس‌زا زندگی می کنیم و خوب نمی خوابیم، عارضه وزوز گوش می تواند تشدید شود.

استروژن بر احتمال سکته مغزی در زنان تأثیر دارد

هلث دی نیوز: وقتی صحبت از کاهش خطر سکته مغزی در میان زنان می شود، تحقیقات جدید نشان می دهد که هر چه یک زن در طول زندگی‌اش بیشتر در معرض استروژن قرار گیرد، بهتر است. این یافته حاصل نزدیک به یک دهه رویایی خطر سکته مغزی در میان تقریباً ۱۲۳۰۰۰ زن چینی پس از سن یائسگی است. محققان به این نتیجه رسیدند افرادی که دوره باروری نسبتاً طولانی مدتی قبل از یائسگی داشتند، با خطر کمتر سکته مغزی ایسکمیک و سکته هموراژیک مواجه هستند. سکته مغزی ایسکمیک شایع‌ترین شکل سکته مغزی است که در اثر گرفتگی جریان خون در مغز ایجاد می‌شود. سکته مغزی هموراژیک با خونریزی در مغز ایجاد می‌شود. «ییچه سونگ»، نویسنده این مطالعه از دانشگاه ژجیانگ چین، می‌گوید: «این نتایج غیرمنتظره بود و بینش جدیدی در مورد ارتباط بین عوامل باروری و خطر سکته مغزی ارائه می‌کند.» محققان برای بررسی ارتباط محافظتی احتمالی بین استروژن و خطر سکته مغزی، روی مجموعه‌ای از زنان بین ۴۰ تا ۷۹ سال تمرکز کردند. هیچ‌کدام از آنها بین سال‌های ۲۰۰۴ و ۲۰۰۸ سابقه سکته مغزی نداشتند. محققان تعداد دفعات بچه‌دار شدن، شرکت کنندگان و یائسگی آنها، رژیم‌های ضدبارداری مصرف می‌کردند یا نه (و برای چه مدت) در نظر گرفتند، زیرا هر دو معمولاً سطح استروژن را بالا می‌برند. الگوهای شیردهی که تمایل به کاهش قرار گرفتن در معرض استروژن دارند نیز مورد توجه قرار گرفتند. محققان تقریباً ۹ سال شرکت کنندگان در مطالعه را دنبال کرد و در این مدت کمی بیش از ۱۵۰۰۰ سکته مغزی رخ داد. اکثریت قریب به اتفاق دچار سکته ایسکمیک بودند. سپس شرکت‌کنندگان به چهار گروه تقسیم شدند که از کوتاه‌ترین زمان بین اولین عادت ماهانه و یائسگی (۳۱ سال) و طولانی‌ترین زمان (۳۶ سال) بود. پس از بررسی هر گروه در برابر بروز سکته مغزی، تیم دریافت که زنان در گروهی که طولانی‌ترین مدت در معرض استروژن بودند، در مقایسه با زنانی که در گروه کوتاه‌ترین مدت در معرض استروژن بودند، ۵ درصد کمتر در معرض خطر سکته مغزی ایسکمیک و ۱۳ درصد کمتر در معرض سکته مغزی قرار داشتند. این تیم به این نتیجه رسید که قرار گرفتن در معرض استروژن به کاهش خطر کلی سکته کمک می‌کند. این یافته نشان می‌دهد زنانی که مرده زایی، سقط جنین یا خاتمه بارداری بیشتری را تجربه می‌کنند، ممکن است با خطر بیشتر سکته مغزی مواجه شوند. درحالی که