

وقتی لباس تن بالای جان می‌شود!

درست است که گاهی صرفاً برای زیبایی و شیک‌پوشی لباس‌هایی را می‌پوشیم که چندان راحت نیستند اما مضرات لباس‌ها برای سلامتی ما به پا درد ناشی از یک جفت کفش تنگ محدود نمی‌شود. به سختی می‌توان باور کرد اما لباس‌های زیبا و دوست‌داشتنی کم‌لباس‌تان حتی می‌توانند شما را به کشتن دهند. در اینجا به خطراتی می‌پردازیم که لباس‌ها برای سلامتی ما دارند.

پارچه‌های سمی

پارچه‌هایی که الیاف مصنوعی دارند مانند پلی استر، نایلون، رایون و اکریلیک آغشته به رنگ و مواد شیمیایی هستند. الیاف سازنده این پارچه‌ها بالقوه سمی هستند، به ویژه پارچه‌هایی که با ویژگی‌های خاصی به هدف آسودگی یا زیبایی طراحی می‌شوند، مثل پارچه‌های ضد آتش، ضد آب، ضد عرق، ضد چروک و بسیاری موارد دیگر.

هر چه خواص پارچه بیشتر باشد، احتمال آنکه در معرض مواد شیمیایی قرار بگیرید بیشتر می‌شود. این مواد شیمیایی ممکن است از لباس جدا شده و به پوست شما بچسبند و در نهایت وارد جریان خون شما شوند. بروز ضایعات پوستی تنها یکی از عوارض احتمالی این مسئله است. محققان در لباس‌های ورزشی مواد شیمیایی ای مثل دی‌متیل‌فرما مید یافتند که می‌تواند موجب آسیب کبدی شود. لباس‌های ضدچروک هم ممکن است آغشته به یک لایه فرمالدهید باشند که ماده‌ای سرطان‌زا است. بنابراین به دنبال الیاف‌های طبیعی و اورگانیک مثل نخ، پشم، ابریشم، کتان و کنف باشید.

کفش‌های پاشنه بلند

صدمات ناشی از کفش‌های پاشنه بلند به پا درد و تاول محدود نمی‌شود. پوشیدن مداوم این کفش‌ها می‌تواند منجر به کوتاه شدن عضله ساق پا شود. وقتی هر روز کفش پاشنه بلند بپوشید، ساختار زانو تحریک شده و عضله ساق پا منقبض می‌شود. در این صورت رشته‌های عضله ساق پا سفت و قطور شده و هر زمان که کفش تخت بپوشید احساس ناراحتی خواهید کرد. در نهایت با تحلیل رفتن عضله ساق پا مجبور می‌شوید زمانی که پارهنه هستید برای جلوگیری از درد پا روی انگشتان سست پاهایتان راه بروید.

شلوارهای جین جذب

تضعیف گردش خون، ورم پاها و لخته‌های خونی از عوارض پوشیدن شلوارهای جین جذب هستند. همچنین تحقیقات نشان می‌دهد این شلوارها می‌توانند به عضلات و رشته‌های عصبی پاها صدمه وارد کنند.

شوینده‌های لباس

اگر روی پوست‌تان بی‌دلیل برآمدگی، قرمزی و راش پوستی‌ای به وجود آمده، ممکن است علت آن شوینده‌های لباس‌تان باشد. پودرها و مایع‌های لباسشویی دارای رنگ و عطر، حاوی مواد شیمیایی‌ای هستند که کار آن‌ها تمیز کردن، بوزدایی و ضدعفونی کردن لباس‌ها است. کسانی که دچار آگزما هستند یا پوست بسیار حساسی دارند، حتی کوچک‌ترین تماس با این مواد می‌تواند واکنش بدن آن‌ها را در پی داشته باشد. بنابراین از پودرهای قوی و آن‌هایی که دارای رنگ و عطر هستند دوری کنید و به دنبال شوینده‌های مایع باشید چون در مقایسه با پودرها، بعد از شست‌وشو اثر کمتری از آن‌ها روی لباس باقی می‌ماند. از حالت «آبکشی اضافه» ماشین لباسشویی استفاده کنید تا ماشین لباسشویی از پرزها، گرد و غبار و کپک‌ها پاک شود.

لباس‌هایی که کمتر شسته می‌شوند لباس‌های زمستانی‌ای مثل کلاه، شال گردن و دستکش که تنها یک بار در سال یعنی در فصل زمستان شسته می‌شوند، ملو از ویروس‌ها و باکتری‌هایی هستند که می‌توانند باعث بیماری شوند. بنابراین در زمستان باید این لباس‌ها را هفته‌ای یک بار بشوید. علاوه بر این، لباس‌های خواب هم باید به صورت روزانه شست‌وشو شوند.

کیف‌های سنگین

وقتی با یک کیف دوشی حجیم و سنگین راه می‌روید، شانه دیگر خود را بالا می‌برید تا وزن وارد را تنظیم کنید. این مسئله تعادل را در شکل حرکت کردن‌تان بر هم می‌زند. همچنین سنگین شدن کتف و انحنای پیدا کردن ستون فقرات منجر به تخریب قوس کف پا می‌شود. در نهایت این مسأله منجر به درد کتف، گردن و پشت، آرتروز، فشار به عصب‌ها، گسترش درد به سمت بازوها و بروز سندروم تونل کارپ می‌شود. بنابراین از کوله‌پشتی استفاده کنید تا وزن کیف میان هر دو شانه تقسیم شود.

منبع: روزیاتو



پول‌های گم شده

طرح: محمد طحانی

ابتکار

روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی نرسیده

به بیمارستان مهر، بلاک ۵۶ طبقه سوم، واحد ۵

تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰ - ۸۸۹۹۴۶۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰

ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی‌ها: ۰۹۱۳۳۴۰۹۶۱۴

سازمان شهرستان‌ها: ۴۴۲۵۹۱۳۹ - ۴۴۲۵۹۱۳۹

توزیع: شرکت نشرگستر امروز

چاپ: روزتاب - ۴۴۵۴۵۰۷۶

شنبه / ۲۰ مردادماه ۱۳۹۷ / شماره ۴۰۵۸

۲۸دی القعهده ۱۴۳۹ - ۱۱ آگوست ۲۰۱۸

اذان صبح: ۴:۴۲

طلوع آفتاب: ۶:۱۸

اذان ظهر: ۱۳:۱۰

غروب آفتاب: ۲۰:۰۱

اذان مغرب: ۲۰:۱۹

دیده‌ها

دهقان خُلفا کار: تهرانی‌ها به نگا کنید ببینید برج میلاد سر جاش هست یا اونم دزدیدن ..

Saman: قیمت بلیط هواپیماها بر اساس دلار ۸۵۰۰ تومانی محاسبه میشه، قیمت بلیط پروازهای خارجی ۲ برابر و بیشتر و قیمت پروازهای داخلی ۲۰ تا ۴۰ درصد افزایش داشته. دلار مسافرتی هم ۸۷۰۰ شد، عوارض خروج هم که ۳۰۰ تومنه. رسماً زندانای شدید دیگه

زویی گلشن: نوشته دلار از ۱۰۸۰۰ به ۱۰۷۳۰ برگشت. داداش این که دیگه برگشت نیست، یه لحظه داره پشت سرشو نگاه میکنه ببینه هنوز تعقیبش میکنن یا نه.

Mahdi ۰۷: روزی چند وعده قرص «به من چه» به خودتون تجویز کنید.

یگانه خدای: حالا که عراق گفته از تحریم‌های آمریکا علیه ایران تبعیت میکنه نماینده مجلس یادش افتاده عراق ۱۱۰۰ میلیارد دلار غرامت به ایران بدهکاره یا گزارش منتشر می‌شه عراق هورالعظیم رو آتیش می‌زنه تا دودش بیاد سمت خوزستان! قبلاً نمی‌شد اینا رو گفت!

Instagram



سام قربیبیان: هیچکس برای شما آرامش به ارمغان نمی‌آورد؛ خودتان باید آن را برای خودتان خلق کنید



Nasa: ready for liftoff!

جدیدترین اسلحه فراری در دنیای بی‌رحم!

ماشین بازی

فراری بی‌سر و صدا برنامه‌های خود برای رونمایی از محصول جدیدی در ۱۷ سپتامبر را اعلام کرده است. به این خاطر می‌گوئیم بی‌سر و صدا چون که این رویداد در بخش ویژه‌ای سایت فراری که تنها مختص مالکان است اعلام شده و از آنجایی که ما فعلاً خودرویی از فراری را نخریده‌ایم بنابراین اجازه دسترسی به این بخش ویژه از سایت را نداریم! اما موضوع این است که فراری یک تصویر تیزری از خودروی جدید خود با کد F۱۷۴ را منتشر کرده است.



هنوز چیز زیادی در این باره نمی‌دانیم بنابراین با اجازه شما فقط می‌توانیم گمانه‌زنی بکنیم. به نظر می‌رسد این تیزر مبهم در حال نشان دادن یک خودرو با شیشه جلوی بسیار کوچک است که به نوعی ما را به یاد دالارا استرالدال اسپیدستر می‌اندازد. گفته شده این خودرو بر پایه ۸۱۲ سوپرکست بنا شده و نام رسمی آن ۸۱۲ مونزا خواهد بود. فعلاً مشخص نیست که آیا این خودرو در مقایسه با ۸۱۲ سوپرکست قدرت بیشتری خواهد داشت یا خیر. سوپرکست از پیش‌ران ۱۲ سیلندر ۶٫۵ لیتری تنفس طبیعی با قدرت ۷۸۸ اسب بخار و گشتاور ۷۸ نیوتون متر استفاده می‌کند. این خودرو تنها به ۲٫۹ ثانیه زمان نیاز دارد تا از سکون به سرعت ۱۰۰ کیلومتر در ساعت برسد. حداکثر سرعت ۸۱۲ سوپرکست هم ۳۴۰ کیلومتر در ساعت است.

۸۱۲ مونزا یا هر نام دیگری که برای آن انتخاب شود راه مدل برجسته J۵۰ را ادامه خواهد داد. J۵۰ که در اواخر سال ۲۰۱۷ رونمایی خواهد شد بر پایه ۴۸۸ اسپایدر بنا شده بود و آخرین محصول فراری بود که به منظور گرمیادداشت حضور نیم‌قرنی این برند در ژاپن توسعه یافته و تنها به تعداد ۱۰ دستگاه تولید شده بود. این خودرو فاقد سقف بوده اما از سقف تارگاری دو تکه از جنس فیبر کربن برخوردار می‌باشد. یک مورد مشترک دیگر بین این دو خودرو شاید تولید بسیار محدود باشد. اگر ۸۱۲ مونزا هم سولد آوت شود اصلاً سورپرایز نخواهیم شد. نیازی نیست که تا ۱۷ سپتامبر منتظر محصول جدید فراری باشیم زیرا گفته شده ۴۸۸ پیستای روبات در نیمه دوم ماه جاری میلادی در رویداد پبل بیج رونمایی خواهد شد.

منبع: پدال (pedal.ir)

ربات عنکبوتی، دستیار جراحان

تازه‌های علمی

گروهی از محققان دانشگاه هاروارد و بوستون با الهام از عنکبوت رنگارنگ استرالیایی موفق به توسعه یک سیستم نرم‌افزاری رباتیک مانند عنکبوت شدند. به گزارش ایسنا و به نقل از د ویک، این ربات نرم‌افزاری با الهام از رده عنکبوتیان توسعه یافته و قادر به انجام کارهای جالب نیز است. محققان موسسه ویس و دانشکده مهندسی و علوم کاربردی دانشگاه هاروارد با همکاری محققان دانشگاه بوستون موفق به توسعه این ربات کوچک کاربردی شدند. توسعه این ربات کوچک نشان می‌دهد که ربات‌های حتی در مقیاس خیلی کوچک و اندازه‌های میکرومتری نیز می‌توانند عملکرد قدرتمند و چشمگیری داشته باشند. محققان نام این ربات را «MORPH» نهاده‌اند. محققان این مطالعه گفتند: عنکبوت طاووسی استرالیایی الهام‌بخش آنها برای توسعه این ربات بوده‌است.



عنکبوت پیکاک یا عنکبوت طاووسی عنکبوت‌هایی از سرده طاووسیان هستند که به تیره عنکبوت‌های جهنده تعلق دارند. عنکبوت پیکاک بسیار کوچک است و اندازه‌اش از چهار میلی‌متر فراتر نمی‌رود. محل زیست آن در کوئینزلند و نیوساوت ولز استرالیاست. این عنکبوت‌های رنگارنگ را به جرأت می‌توان یکی از جالب‌ترین جانوران استرالیای دانست.

ربات مذکور با استفاده از یک ماده الاستیکی قادر به حرکت دادن بدن خود است. رنگ این ربات هم تاحدودی مانند عنکبوت طاووسی است. شیلاراسو، یکی از محققان این مطالعه گفت: با توسعه یک فناوری ترکیبی جدید که سه تکنیک ساخت مختلف را ادغام می‌کند، ما یک عنکبوت رباتیک نرم‌افزاری تولید کرده‌ایم که تنها از لاستیک سیلیکون با ۱۸ درجه آزادی تشکیل شده است. دونالد اینگریب مدیر موسسه ویس گفت: در آینده نزدیک می‌توان از ربات MORPH در زمینه‌های پزشکی نیز استفاده کرد، زیرا به دلیل کوچک بودن این ربات می‌توان از آن در آندوسکوپی و جراحی میکروسکوپی نیز استفاده کرد.