

دختر پوتین واقعا می خواهد جاودانه مان کند؟

بسیاری از دانشمندان، سیاست مداران و ثروتمندان به دنبال عمر جاودانه هستند؛ علم پزشکی در این باره چه حرف هایی برای گفتن دارد؟

اکرم انتصاری | روزنامه نگار

اکسیر جوانی یا عمر جاودانه، این همان چیزی است که بشر سال هاست به دنبال آن می گردد. یکی از تازه ترین و پرسر و صداترین نمونه هایش هم به پروژه دختر پوتین مار یا برمی گردد که ادعا می شود پدرش هم در آن نقشی دارد. پروژه های که به قول خودشان با آن می خواهند عمر همه مردم جهان را جاودانه کنند. البته چند وقت قبل هم میکرو فون باز، علاقه و لادیمیر پوتین به عمر جاودانه رافاش کرد. زمانی که داشت بارئیس جمهور چین شی جین پینگ قدم می زد، گفت: «با توسعه زیست فناوری، اندام های انسانی می توانند به طور مداوم پیوند زده شوند و انسان ها می توانند جوان تر و جوان تر زندگی کنند و حتی به جاودانگی دست یابند. «اما واقعا ما چرا چیست و می توان به همین زودی راز های بدن پیچیده انسان را کشف و عمر را جاودانه کرد؟

❖ پروژه «جاودانگی» دنبال چیست؟

ماریا پوتین معروف به «ماریا پور و نتس ووا»، دختر بزرگ پوتین، متخصص برجسته در حوزه غدد درون ریز کودکان و پژوهشگر ارشد در کمزملی تحقیقات پزشکی غددوزارت بهداشت روسیه است. اما او پدرش می خواهند چه کنند؟ گزارش اختصاصی وال استریت ژورنال از یک پروژه عظیم و استراتژیک در کرملین پرده برداشته است. این گزارش می گوید: ماریا پوتین در حال صرف بودجه ای معادل ۲۶میلیارد دلار در پروژه ای با نام فناوری های نوین سلامت» است. این سرمایه گذاری سنگین برای چیست؟ هدف آن مبارزه با پیری سلولی،

دهان و دندان

سفیدی روی زبان و بوی بد دهان اغلب ناشی از تجمع باکتری ها و قارچ هاست که با رعایت بهداشت دهان و استفاده از آدامس های بدون قند قابل کنترل است. متخصصان سلامت دهان و دندان می گویند سفیدی روی زبان و بوی ناخوشایند دهان اغلب ناشی از تجمع باکتری ها، قارچ ها و پلاک های میکروبی در سطح زبان است.

یکی از راه های مؤثر برای کنترل این وضعیت، مسواک زدن سطح زبان به صورت روزانه است. همچنین مصرف آدامس های بدون قند نیز می تواند کمک کننده باشد، زیرا باعث افزایش جریان بزاق شده و از تشکیل پلاک های زبانی جلوگیری می کند. بزاق نقش مهمی در پاک سازی دهان دارد و تحریک آن از طریق جویدن آدامس، به

ترفندی برای از بین بردن بوی بد دهان

و چه بسا در پایان، غلبه بر مرگ است. با این فرض که مرگ یک نوع بیماری کلی برای بدن است که می توان آن را درمان کرد؛ در دست همان طور که مثلاً بیماری چشم یا پوست و معده را می توان درمان کرد. تیم ماریا پوتین در حال حاضر دارند این پروژه را روی خوک های مینیاتوری (مینی پیگ ها) اجرا می کنند و معتقدند اندام داخلی آن ها سازگاری زیادی با انسان هاداردومی شود از آن با پیوند بین گونه ای» به عنوان منبع بی انتهای پیوند اعضا استفاده کرد. البته کک اکسیر جاودانگی به جان خیلی از ثروتمندان و سیاست مداران دیگر در جهان هم افتاده است.

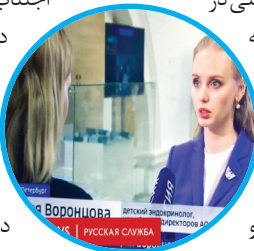
به طوری که ده ها رشته علمی و صنعتی در این باره مشغول کارند. مثلاً یک دسته دنبال توسعه پرنتر های سه بعدی زیستی و چاپ اندام های حیاتی هستند که به جای مواد صنعتی، با پاشش سلول های بنیادی فرد، برای هر کسی که بخواهد قلب و کلیه و کیدو طحال و بیضه و رحم می سازد.

❖ جاودانگی نسبی شاید تا سال ۲۰۵۰!

راست یا دروغش را نمی دانیم اما آینده پژوهان می گویند شاید حداقل طولانی کردن عمر آدم ها رویای محالی نباشد. آن ها پیش بینی

می کنند، پیشرفت های شگرف در فناوری به انسان امکان زندگی تا ۱۰۰۰ سال را خواهد داد. آن ها معتقدند که موفقیت های چشمگیر در حوزه هایی مانند هوش مصنوعی، رباتیک و انتقال دیجیتال آگاهی، می تواند تا سال ۲۰۵۰ «جاودانگی» نسبی را به واقعیت تبدیل کند. با این حال، برخی کارشناسان هشدار می دهند که این تغییرات ممکن است به دلیل مسائل پیچیده اجتماعی و اقتصادی برای همه در دسترس نباشد. برای مثال همچنین، «آبری دی گری»، متخصص پیری شناسی زیست پزشکی، معتقد است که پیری یک فرایند

اجتناب پذیر نیست، بلکه یک «بیماری قابل درمان» است. او پیش بینی می کند که تا سال ۲۰۵۰، علم پزشکی قادر به درمان پیری خواهد بود. پیش بینی ای که اگر محقق شود سوالات زیادی را به دنبال خواهد داشت. برای مثال تکلیف آن هایی که نمی توانند هزینه جاودانگی را بپردازند چه می شود؟ یا اگر انسان ها بداندند که قرن ها زندگی خواهند کرد، انگیزه و احساسات فعلی خود را از دست نخواهند داد؟ اصلا اگر امکان جاودانگی داشتیم برای پیامدهای آن آماده ایم؟



بهبود وضعیت دهانی کمک می کند. البته ممکن است آلرژی ها هم در ایجاد تغییرات دهانی، نقش داشته باشند. برای مثال در برخی موارد، واکنش بدن به آلرژن های اادار و های کنترل آلرژی می تواند باعث تغییراتی در مخاط دهان و زبان شود. این واکنش هاطبیعی هستند اما با رعایت بهداشت دهان قابل کنترل اند.

با ارزش ترین تیم های جام جهانی

در این دوره از رقابت های جام جهانی، شاهد حضور تیم هایی با ارزش بیش از یک میلیارد یورو هستیم که درصد آن ها تیم ملی فرانسه با ستارگان بی شمار خود و ارزشی بالغ بر ۱.۴۷ میلیارد یورو قرار گرفته است

شایان اله آبادی | در دنیای پرفراز و نشیب فوتبال ملی، ارزش یک

تیم فراتر از یک عدد ساده است. این ارقام بازتابی از توانایی یک ملت در پرورش استعدادها و قدرت فوتبالی آن هاست. باید توجه داشت که این رتبه بندی براساس «ارزش بازار» بازیکنان است و ربطی به دستمزد دریافتی آن ها ندارد؛ به همین دلیل است که ستاره های پا به سن گذشته ای مثل مسی یا رونالدو، با وجود بزرگی نامشان، ارزش گذاری پایین تری نسبت به استعداد های نوظهور دارند، چرا که «سن» فاکتور اصلی در این قیمت گذاری است. سلطه اروپا در این لیست انکارناپذیر است؛ به طوری که از میان ه ا تیم ارزشمند جهان، ۸ تیم اروپایی هستند و تنها برزیل و آرژانتین توانسته اند از آمریکای جنوبی خود را در این جمع جای دهند. در صدر این فهرست فرانسه با ۱.۴۷ میلیارد یورو قرار دارد و پس از آن انگلیس (۱.۳۲)، اسپانیا (۱.۲۷)، آلمان (۱.۰) و پرتغال (۹۶۵ میلیون یورو) جای گرفته اند.

پادشاهی خروس ها در قله فوتبال جهان

تیم ملی فرانسه با هدایت دیدیده دشان همچنان به عنوان کارخانه بی رقیب پرورش استعداد های سطح اول فوتبال دنیا به مسیر خود ادامه می دهد. حضور ستاره هایی نظیر امپا، دمبله، بردلی بارکولادو زیر دوتنه در ترکیب خروس ها، ارزش این تیم را به مرز ۱.۵ میلیارد یورو نزدیک کرده است. ارزش

برای باختن وحذف از آسیا دعوا می کنید؟

در شرایطی که جامعه با فشار های مختلف دست و پنجه نرم می کند، تقلا و دعوا ی تیم های داخلی (به خصوص پرسپولیس) برای کسب سهمیه آسیا عجیب و تا حدی غیر قابل درک به نظر می رسد. تیم های متمول ما اخیرا حتی مقابل رقبای نه چندان قدرتمند اردنی و اماراتی هم ناکام مانده اند. یادمان ترفته فصل پیش استقلال در یک بازی ۷ گل از تیمی نه چندان مطرح که مهره خاصی هم نداشت خورد تا سنگین ترین شکست تاریخ باشگاهش ثبت شود. نکته بعدی این است که با توجه به شرایط کشور، شاید بازیکنان خارجی دیگر تمایلی برای بازی کردن در ایران نداشته باشند؛ موضوعی که طبیعتا کار نمایندگان مادر آسیا را سخت تر می کند. این یعنی نمایندگان ما احتمالا حتی از سالیان گذشته

بیشتر بدانیم

چرا بعضی آدم ها کمتر مریض می شوند؟

همه ما کسی را می شناسیم که انگار هیچ وقت مریض نمی شود؛ در حالی که بعضی افراد با هر موج سرماخوردگی یا استرس، سریع بیمار می شوند. دانشمندان می گویند: پاسخ این تفاوت فقط در «شناس» نیست. بخشی از ماجرا به «ژنتیک» مربوط است. بعضی افراد به طور طبیعی سیستم ایمنی قوی تر یا واکنش التهابی متفاوتی دارند. اما ژن ها فقط بخشی از داستان اند.

خواب یکی از مهم ترین عوامل دفاع بدن است. در هنگام خواب، سیستم ایمنی سلول ها و پروتئین های محافظ تولید می کند. کم خوابی مداوم می تواند بدن را در برابر ویروس ها آسیب پذیرتر کند. استرس مزمن هم نقش بزرگی دارد. کورتیزول بالا در طولانی مدت می تواند عملکرد سیستم ایمنی را تضعیف کند. در سال های اخیر، دانشمندان توجه ویژه ای به «میکروبیوم روده» پیدا کرده اند؛ میلیاردها باکتری مفیدی که در روده زندگی می کنند. این میکروب ها روی التهاب، ایمنی و حتی خلق و خوی اثر می گذارند. رژیم غذایی، ورزش و تماس با طبیعت هم اهمیت دارند. افرادی که تحرک منظم دارند، غذای متنوع می خورند و سیگار نمی کشند، معمولاً مقاومت بیشتری در برابر بیماری ها نشان می دهند. پزشکان تأکید می کنند سیستم ایمنی فقط یک بخش از بدن نیست؛ بازتابی از کل سبک زندگی ماست.

فوت و فن

بهترین ظرف برای نگهداری عسل

سفال از قدیمی ترین ظروف نگهداری عسل است. گذشتگان ما به خوبی می دانستند که عسل در کوزه های سفالی به خوبی حفظ می شود. بزرگترین مزیت این ظروف این است که نور را از خود عبور نمی دهند و دمای عسل را نسبتاً ثابت نگه می دارند. البته دقت کنید که سفال حتما باید لعاب کاری شده باشد تا عسل به بدنه نفوذ نکند. همچنین ظروف چینی و سرامیک گزینه های فوق العاده ای هستند. این ظروف مانند سفال در برابر نور کاملاً مقاوم اند و به هیچ وجه با ترکیبات اسیدی عسل واکنش نمی دهند.

داده تصویری

باید و نبایدهای خوراکی در روزهای آلوده

	
مصرف میوه ها و سبزیجات زرد نارنجی مانند کدو حلواپی	پرهیز از خوردن غذاهای کنسروی و حاوی نگهدارنده
در برنامه گذاشتن سبزی های برگ سبز تیره مثل اسفناج	اجتناب از خوردن خوراکی های صنعتی و شیرین
مصرف شیر و لبنیات حداکثر دو واحد در روز	کاهش استفاده از نوشیدنی های کافئین دار و گازدار

ورزش



چهره روز

بهباندهای ژنرال شروع شد



تیم ملی فوتبال ایران درآستانه آغاز رقابت های جام جهانی ۲۰۲۶، روی کاغذ یکی از بهترین بخت های تاریخ خود را برای صعود تجربه می کند. هم گروهی با بلژیک، مصر و نیوزیلند در گروه «G»، در کنار فرمت جدید و ۴۸ تیمی شدن مسابقات، مسیری هموارتر از همیشه را برای رسیدن به مراحل حذفی پیش روی بوزهای ایرانی قرار داده است. با این حال، مصاحبه اخیر سرمربی تیم ملی نشان از نوعی فرار رو به جلودر روزهای منتهی به این تورنمنت دارد. «امیر قلعه نویی پس از دیدار تدارکاتی ونه چندان مقتدرانه مقابل تیم نصفه ونیمه و بدون ستاره گامبیا، ترجیح داد به جای پرداختن به نقاط ضعف فنی، از کمبود امکانات گلایه کند. تیم ملی در نیمه اول این دیدار نمایش ضعیفی داشت و در نیمه دوم با زحمت توانست پیروز میدان شود. با این وجود، سرمربی تیم در جمع رسانه ها از لغواردوی اسپانیا و عملی نشدن برنامه هایش صحبت کرد و جالب تر این که، گلرزی مدافع راست روی ارسال مدافع چپ را به عنوان یک دستاورد بزرگ تاکتیکی معرفی کرد! این حرف ها در حالی زده شده که وعده های بزرگ قلعه نویی هنوز در حافظه هواداران زنده است. اومدتی قبل صحبت از پروژه جوان گرایی تیم کرد، اما بانگاهی به فهرست تیم ملی می بینیم که بیش از نیمی از ترکیب اصلی را بازیکنان بالای ۳۰ سال تشکیل می دهند و ژنرال که در جام ملت های آسیا تیمش مسن ترین تیم بود قصد دارد این رکورد در جام جهانی هم به نام ایران ثبت شود. از سوی دیگر، ادعای بزرگ او و فدراسیون مبنی بر صعود دوم حله ای گذر از جمع ۳۲ تیم و رسیدن به یک هشتم نهایی (و خلق حماسه ای که منجر به «چشن ملی و تعطیلی کشور» شود، با این بهانه جویی های لحظه آخری هیچ همخوانی منطقی ندارد. به نظر می رسد سرمربی تیم ملی با پیش کشیدن مشکلات تدارکاتی در این مقطع حساس، قصد دارد حاشیه امنیتی برای ناکامی های احتمالی بسازد و فشار انتظارات را کاهش دهد. مهدی تاج پیش تر با هاروی قول صعود دو مرحله ای سرمربی مانور داده بود و حالا افکار عمومی منتظر تحقق آن رویاها هستند؛ پس زمان بهانه جویی به پایان رسیده و اکنون کادرفنی باید پای وعده های بزرگ خود بایستد؛ به خصوص این که شاید هر کدام از باشگاه های لیگ ما بودند می توانستند بدون تدارکات ویژه ای گامبیا را شکست دهند. خلاصه ژنرال عزیز این گوی واین میدان؛ حالا زمان اثبات ادعای جشن ملی است.

فشار رسانه ای کمتری می توان فصل را «قابل قبول» قالب کرد؛ حتی اگر باشگاه درگیر بحران مالی و بی ثباتی فنی باشد. حال در تازه ترین پرده از این نمایش تلخ، روز گذشته رسماً اعلام شد که باشگاه سپاهان موفق به دریافت مجوز حرفه ای نشده و نمی تواند در مسابقات لیگ قهرمانان آسیا شرکت کند. هر چند برخی مدعی هستند خود مالک سپاهانی های یعنی وزارت صمت هم چندان از این موضوع ناراحت نیست چون دیگر امکان تیم داری را ندارد. با این تفسیر، فرصت به تیم هایی چون پرسپولیس، گل گهر و چادرملو رسیده تا برای این سهمیه دندان تیز کنند. در نهایت باید پذیرفت با این اوضاع ساختاری، آسیا برای فوتبال ما فلچیزی جز یک تورنمنت تشریفاتی نیست.