

دانشمندان می گویند:

برای دیگران خرج کنید تا خوشحال تر باشید!

به نظر شما چرخا خرج کردن پول برای دیگران بیشتر از خرج کردن پول برای خودمان، احساس خوشحالی و خوشبختی بر ایمان به ارمغان می آورد؟

ساده کردیم، به همین منظور ۷۸ شرکت کننده در یک بازی مشارکت کردند و به عنوان جایزه مقداری پول برنده شدند. شرکت کنندگان می توانستند بخشی از درآمد حاصل از بازی را به امور خیریه اهدا کنند. نتایج نشان داد افرادی که پول اهدا کردند نسبت به افرادی که تمام پول را برای خود نگه داشتند خوشحال تر بودند و انتخاب های فعال آنها به طور قابل توجهی احساسات مثبت بیشتری را در مقایسه با گروه مقابل برانگیخته بود. در مقاله ای که توسط مجله آمریکایی فوربز به چاپ رسیده است، اطلاعات کامل تری از مطالعه مذکور به دست می آوریم: به عبارت دیگر زمانی که مردم

بررسی دلایل قانع کننده درباره مسئله ای جالب پرداخته است. به نظر شما چرا خرج کردن پول برای دیگران بیشتر از خرج کردن پول برای خودمان، احساس خوشحالی و خوشبختی بر ایمان به ارمغان می آورد؟ نویسندگان این پژوهش به سرپرستی Hajdi Moche از دانشگاه لیشوینگ سوئد می گویند: مطالعات قبلی نشان می دهد که خرج کردن پول برای دیگران، مردم را بیشتر از خرج کردن آن برای خودشان خوشحال می کند. سرپرست مطالعه توضیح می دهد: ما این ایده را وارد یک آزمایش میدانی



در مجموع با توجه به رابطه جدایی ناپذیری که میان پول، خرج کردن و شادی برقرار است، دانشمندان همچنان در حال بررسی همه مسیرهایی هستند که پول بر رفاه روانی ما تاثیر می گذارد.

داشته باشد. شاید متعجب شوید اما مشخص شده که خرج کردن ناشناس نیز بیشتر از هزینه های شخصی به ما احساس رضایت می دهد.

حتی افراد ناشناس - مایل هستند که از امتیازهای اقتصادی شخصی چشم پوشی کنند. این مسئله همچنین با یافته های مطالعات علوم اعصاب نیز همخوانی دارد که نشان می دهد کمک به دیگران هم مرکز پاداش در مغز را فعال می کند. دیده شده که این مرکز در پاسخ به خرج کردن برای دیگری، قویتر از صرف هزینه شخصی دستخوش فعال سازی می شود. در مجموع با توجه به رابطه جدایی ناپذیری که میان پول، خرج کردن و شادی برقرار است، دانشمندان همچنان در حال بررسی همه مسیرهایی هستند که پول بر رفاه روانی ما تاثیر می گذارد. به عنوان مثال تحقیقات نشان داده اند: - این توانایی خرج کردن پول بیشتر است که رفاه بالاتری را برای فرد ایجاد می کند و نسبت به کسب درآمد بیشتر، ارزشمندتر است. - درآمد بالاتر به رضایت کلی افراد از زندگی مرتبط است نه میزان شادی و خوشحالی لحظه به لحظه. - گزارش شده افرادی که در درآمد بالاتری دارند، شادی را بیشتر از افرادی که درآمد پایین تری دارند تجربه می کنند. اما شدت این احساس به

چای سیاه بخورید، بیشتر زنده بمانید

گروه بهداشت و سلامت - تحقیقات جدید نشان می دهد که خوردن دو یا چند فنجان چای سیاه، می تواند بر طول عمر اثر گذار باشد. شاید شما هم از آن دسته افرادی باشید که خوردن یک فنجان چای می تواند روح شما را التیام بخشد. اگر پاسخ شما مثبت است، باید به شما بگوییم یک پژوهش جدید نیز نشان می دهد چای می تواند برای سلامت شما مفید باشد. در این پژوهش، نزدیک ۵۰ هزار مرد و زن در سن بین ۴۰ تا ۶۹ سال که اطلاعات سلامتی و ژنتیکی شان در سال های ۲۰۰۶ تا ۲۰۱۰ در «بانک اطلاعات پزشکی انگلیس» به ثبت رسیده بود، مورد بررسی قرار گرفتند. طبق این تحقیقات، این داده شامل گزارش ها در خصوص عادات نوشیدن چای و تکرار آن و چیزهایی که آن ها به فنجان چای شان اضافه می کردند، می شد. طبق اعلام دکتر «ماکی اینوئی جونو» (Maki Inoue-Choi) همه گیر کانسار در «مؤسسه ملی سرطان» آمریکا و سرپرست این تحقیقات، برخی از افرادی که در این پژوهش اطلاعات شان مورد بررسی قرار گرفت، اصلاً چای نمی نوشیدند؛ اما از آنجایی که در این پژوهش داده های افراد در انگلیس مورد بررسی قرار می گرفت (و نوشیدن چای یکی از آداب مرسوم مردم انگلیس به شمار می رود) بسیاری از این افراد بطور منظم چای می نوشیدند و حتی برخی از آن ها تا ده فنجان چای در روز مصرف می کردند. محققان در این پژوهش دریافتند افرادی که روزانه دو فنجان و تا تعداد بیشتری فنجان چای می نوشند، کمتر به دلایلی نظیر بیماری های قلبی - عروقی، «یبانی ایسکمیک قلبی» و سکنه مغزی جان خود را از دست می دهند. «هوارد سسو» (Howard Sesso) دانشیار در دانشکده پزشکی هاروارد و دانشیار در زمینه همه گیر شناسی در «بیمارستان بریگام و زنان» در بوستون (که دومین بیمارستان بزرگ آموزشی متعلق به دانشگاه هاروارد به شمار می رود) گفت: این پژوهش، نگاهی هیجان انگیز به عادت نوشیدن چای داشته است؛ اما بیش از اینکه توصیه به تغییر رژیم غذایی شود، بایستی کار و تحقیقات بیشتری در این زمینه انجام شود. هوارد سسو که البته خود در این تحقیقات شرکت نداشته، در خصوص نظر شخصی اش در این باره گفت: محققان [در این پژوهش] تلاش کردند تا دیگر عوامل رژیم غذایی را کنترل کنند؛ اما آن هایی که معمولاً چای می نوشند، از افرادی که عادت به نوشیدن چای ندارند، به نوعی متفاوت هستند و احتمالاً همین مسئله نیز نتایج این تحقیقات را تضعیف می کند. ما واقعاً نیاز داریم تا آزمایش های بالینی تصادفی بیشتری را در خصوص مصرف چای مورد بررسی قرار دهیم. گفتنی است چای سیاه سرشار از آنتی اکسیدان است که همین امر نیز نوشیدن آن را با بهبود سلامت قلب، روده، مغز و کاهش سطح کولسترول بد، فشار خون و قند خون مرتبط می کند. همچنین چای سرشار از ترکیبات گیاهی سالم به نام «پلی فنول» است که برای کنترل اثرات مضر موکولول های بدن مفید باشد.



جزیره ای که اکسیر جوانی در آن نهفته است

در موش ها، محققان تغییرات را در طول زمان در سطوح پروتئین متصل شونده به لیپوپولی ساکارید (LBP) دنبال کردند. این نشانگر زیستی مبتنی بر خون با تغییرات مرتبط با سن در روده حیوانات مرتبط است. با گذشت زمان، با افزایش سن موش ها، سطح LBP افزایش می یابد که نشان دهنده تضعیف یکپارچگی روده است. با این حال، وقتی به موش ها از سن حدوداً سه ماهگی رایپاماسین داده می شود، سطح LBP در آن ها پایین می ماند، که با افزایش سن موش ها، سطح LBP افزایش می یابد که نشان دهنده اثرات بالقوه ضد پیری رایپاماسین در هر مرحله بعدی زندگی در افزایش طول عمر آنچنان موثر نیست. محققان در این مطالعه همچنین برای حفظ سطح LBP تا سن ۱۲ ماهگی کافی بود. در حیوانات بدون توجه به اینکه آن ها در تمام عمر خود رایپاماسین مصرف کرده اند یا فقط برای یک دوره زمانی بین سه تا شش ماهگی مشابه بود، گفته محققان، این یافته ها به این معنی است که داروهای ضد پیری مانند رایپاماسین زمانی که برای دوره های کوتا تر در سنین پایین تر تجویز شوند، می توانند موثر تر باشند. از آنجایی که

به همان اثرات درمان مادام العمر تجویز کنیم. اولین آزمایش ها در خصوص مگس های میوه بود که معمولاً در تحقیقات ضد پیری استفاده می شد، زیرا طول عمر کوتاه آن بیش خوبی در مورد تأثیرات بر مداخله خاص برای افزایش زندگی ارائه می دهد. یافته های قابل توجه نشان داد که دادن رایپاماسین به مگس های برای مدت کوتاهی در چند روز اول زندگی شان به اندازه مصرف مزمن مادام العمر در افزایش طول عمر مؤثر بود و به طور قابل توجهی، تحقیقات نشان داد که شروع در مان با رایپاماسین در هر مرحله بعدی زندگی در افزایش طول عمر آنچنان موثر نیست. محققان در این مطالعه همچنین برای حفظ سطح LBP تا سن ۱۲ ماهگی کافی بود. در حیوانات بدون توجه به اینکه آن ها در تمام عمر خود رایپاماسین مصرف کرده اند یا فقط برای یک دوره زمانی بین سه تا شش ماهگی مشابه بود، گفته محققان، این یافته ها به این معنی است که داروهای ضد پیری مانند رایپاماسین زمانی که برای دوره های کوتا تر در سنین پایین تر تجویز شوند، می توانند موثر تر باشند. از آنجایی که



حتی در دوزهای بسیار کم، عوارض جانبی منفی زیادی ایجاد می کند. بنابراین، پژوهش جدید، توسط تیمی در موسسه زیست شناسی پیری ماکس پلانک در آلمان، به این فکر افتاد که آیا می توان با دوره های کوتاه تر دوز در مقاطع اولیه زندگی، فوایدی برای افزایش زندگی و سوسپله رایپاماسین به دست آورد. پائولا ژورویکیک، محقق ارشد این مطالعه گفت: «در دوزهایی که با توصیه بالینی استفاده می شود، رایپاماسین می تواند عوارض جانبی نامطلوبی داشته باشد، اما برای استفاده از دارو در پیشگیری از کاهش سن، باید این عوارض وجود نداشته باشد یا به میزان حداقل باشد. بنابراین، ما می خواستیم بدانیم چه زمانی و چه مدت باید رایپاماسین را برای دستیابی

دکه مطبوعات

خانه و برای مردم ارزان تر می کنیم

مهمترین توفیق دولت امید، امید و اعتماد مردم بود.

مسئولی که به مردم می خدمت کند باید در کنار خود داشته باشد.

توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی از طریق اجرای صحیح سیاست های اقتصادی و اجتماعی است.

توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی از طریق اجرای صحیح سیاست های اقتصادی و اجتماعی است.

اقتصاد کیش

روزنامه

ارزاده و انگیزه نیست؟ یا قانون اجازه نمی دهد؟! گفتنی است که در این باره محققان تلاش کردند تا دیگر عوامل رژیم غذایی را کنترل کنند؛ اما آن هایی که معمولاً چای می نوشند، از افرادی که عادت به نوشیدن چای ندارند، به نوعی متفاوت هستند و احتمالاً همین مسئله نیز نتایج این تحقیقات را تضعیف می کند. ما واقعاً نیاز داریم تا آزمایش های بالینی تصادفی بیشتری را در خصوص مصرف چای مورد بررسی قرار دهیم. گفتنی است چای سیاه سرشار از آنتی اکسیدان است که همین امر نیز نوشیدن آن را با بهبود سلامت قلب، روده، مغز و کاهش سطح کولسترول بد، فشار خون و قند خون مرتبط می کند. همچنین چای سرشار از ترکیبات گیاهی سالم به نام «پلی فنول» است که برای کنترل اثرات مضر موکولول های بدن مفید باشد.

ایران

مأموریت ارتقای امید و اعتماد

ایران پل صلح

توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی از طریق اجرای صحیح سیاست های اقتصادی و اجتماعی است.

بازار

نزوم بسته شدن پرونده ادعاهای بی اساس در آژانس

ساخت فیلم از زندگی «مهاجر سرزمین آنتاب»

توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی از طریق اجرای صحیح سیاست های اقتصادی و اجتماعی است.

همشهری

ایران میانجی صلح اوکراین

پیروز ۳ بار از مرگ گریخت

توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی از طریق اجرای صحیح سیاست های اقتصادی و اجتماعی است.

اعتنا

جدایی راه از شهرسازی

بازار سگن آماده روبرو دگرگود

توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی از طریق اجرای صحیح سیاست های اقتصادی و اجتماعی است.

جلوگیری از پر خوری با جایگذاری ایمپلنت در مغز

در یافتن الگوهای فعالیت مغزی متمایز وجود دارد که می تواند فقط با پر خوری «از دست دادن کنترل» مرتبط باشد، نه با خوردن منظم یا رویدادهای ولع مصرف. پس از ماهه نظارت، سیگنال های خاصی شناسایی شدند، اما برای بهینه سازی ویژگی سیگنال های مغزی پر خوری در انسان به کار بیشتری نیاز است. الکساندرا پایک، محقق سلامت روان از دانشگاه یورک تأکید کرد، این دستگاه قبل از اینکه بتواند روی افراد بیشتری مورد استفاده قرار گیرد به ویژگی های قابل توجهی در نحوه عملکرد آن نیاز دارد.



گروه بهداشت و سلامت - در یک مطالعه آزمایشی، دانشمندان دستگاهی را با جراحی در مغز دو فردی که اضافه وزن داشتند و از اختلال پر خوری رنج می بردند، کاشته اند. به گفته محققان جهت جلوگیری از افزایش وزن یک دستگاه برای شناسایی و مختل کردن سیگنال های مغزی مرتبط با هوس های غذایی پر خوری طراحی شده است.

شده است، زیرا فعالیت هدفمند مغز را حس می کند. بیماران به مدت شش ماه دیگر تحت نظر قرار گرفتند. محققان نشان دادند که دستگاه ها به خوبی کار می کنند و هیچ عارضه جانبی شناسایی نشده است. هر دو بیمار کاهش قابل توجهی در دفعات پر خوری و کاهش احساس از دست دادن کنترل در مقابل غذا گزارش کردند.

این مطالعه جدید اولین شواهد از این ایده را ارائه می دهد که به طور بالقوه در انسان کار می کند. در گزارشی که Nature Medicine منتشر شده، محققان تجربیات دو بیمار انسانی را با استفاده از این نوع دستگاه تحریک مغز توصیف می کنند. دو بیمار در آزمایشی از نظر بالینی مبتلا به اختلال پر خوری تشخیص داده شده بودند و به شدت چاق بودند.

با نتایج امیدوارکننده ای که پایه های آینده را ایجاد می کند. که در آن ایمپلنت ها می توانند انواع رفتارهای تکانشی را کنترل کنند. در اواخر سال ۲۰۱۷ مطالعه جالبی منتشر شد که نشان داد فعالیت خاصی در ناحیه ای از مغز به نام هسته اکومبلس می تواند با رفتارهای تکانشی مضر مانند پر خوری مرتبط باشد.

تایید نشان می دهد که الگوی فعالیت مغزی شناسایی شده در حدود ۵۰ تا ۶۰ درصد مواقع زمانی که بیماران بیدار هستند اتفاق افتاد، نه تنها زمانی که بیماران کنترل غذا خوردن را از دست می دهند، به این معنی که شاید بیشتر از آنچه که هست تحریک می شوند.

پس از یک روش جراحی که در آن یک دستگاه تحریک مغز با الکترودهایی که هسته اکومبلس را هدف قرار می دهند، کاشته شد، این دو بیمار حدود شش ماه تحت نظر قرار گرفتند. در آن دوره مشاهده اولیه، محققان بر روی ثبت فعالیت مغزی هر بیمار تمرکز کردند. این اطلاعات گاهی شامل بیماری هایی می شد که برای آزمایش ها به آزمایشگاه ها می رفتند و در آنجا بوفه های بزرگی از غذاهای پر کالری به آن ها ارائه می شد.

این مطالعه بر روی موش ها نشان داد که چگونه یک ایمپلنت مغزی می تواند در زمان واقعی، فعالیت های مرتبط با تکانه های پر خوری را تشخیص دهد، پالس های الکتریسیته را برای مسدود کردن این سیگنال ها ارسال کند و متعاقباً حیوانات را از مصرف بیش از حد غذا منع کند. ایده تحریک عمیق مغز در انسان کاملاً جدید نیست. چندین سال است که دانشمندان از دستگاه های کاشته شده برای کمک به درمان بیماران مبتلا به بیماری هایی مانند صرع و بیماری پارکینسون استفاده می کنند.

پس از این دوره مشاهده و ثبت اولیه، محققان ایمپلنت ها را روشن کردند که هر کدام با محرک عصبی پر خوری خود بیمار گذاری شده بود. این دستگاه یک سیستم حلقه بسته است، به این معنی که برای روشن و خاموش کردن انفجارهای الکتریکی به طور مستقل طراحی

همانطور که هالپرین تأکید کرد این مطالعه آزمایشی اولیه برای تمرکز بر ایمنی و امکان سنجی طراحی شده است؛ بنابراین هنوز خیلی زود است که بگوییم آیا این نوع روش تحریک مغز واقعاً برای کنترل پر خوری مؤثر است یا خیر، اما این نشانه های اولیه نشان می دهد که دستگاه بی خطر است. به طور خاص، محققان خاطر نشان کردند که چالش هایی

اما آن دستگاه های قبلی عموماً با هدف مدیریت گسترده تر بیماران با مشکلات شدید کنترل حرکتی تکیه کرده اند. این تحقیق جدید رویکرد کاملاً متفاوتی را در پیش گرفت و به دنبال کنترل رفتارهای تکانشی با شناسایی و مسدود کردن علائم فعالیت مغزی بسیار خاص بود.

تعمیرات کلیه سیستم های برودتی

سر دآسا کیش

Sarda.asa.kish

۰۹۱۷۳۶۴۶۸۶۴

۰۹۳۴۷۶۹۷۸۴۴

۰۹۳۳۷۳۱۶۸۶۴