

اگرچه دریا آرام می باشد  
ممکن است تمساحی در زیر آب کمین کرده باشد  
آفریقایی

## گوناگون

### روش‌های ناسالمی که به کمک آن‌ها اضطراب را کاهش می‌دهیم

فرماندهی انتظامی استان فارس  
معاونت فرهنگی و اجتماعی

اداره کل مشاوره و مددکاری اجتماعی  
ملازمه‌های مشاوره ۹۶۵۸۰۸

ولخرجی

بی‌توجهی به توصیه‌های بهداشتی

برقراری روابط عاطفی ناسالم

خواب زیاد

تماشای بیش از حد سریال یا فیلم

وقت‌گذرانی به شیوه‌های مختلف و عدم انجام فعالیت سودمند

نشخوار فکری

احساس می‌کنیم قربانی هستیم و کاری از دستمان بر نمی‌آید

مصرف خود-تجویزانه قرص‌ها و داروهای آرامبخش

احساس درماندگی

مرکز مشاوره معاونت فرهنگی و اجتماعی فرماندهی انتظامی استان فارس

آدرس: نپل حمر - روبروی کلانتری ۱۱ زند

۰۷۱۳۲۲۲۷۰۰۶

### معیارهای اشتباه در انتخاب همسر

فرماندهی انتظامی استان فارس  
معاونت فرهنگی و اجتماعی

اداره کل مشاوره و مددکاری اجتماعی  
ملازمه‌های مشاوره ۹۶۵۸۰۸

نداشتن شناخت کافی

ازدواج به امید تغییر

ظواهر فریبنده و دلربا

نصب و یا قسمت

چشم و هم‌چشمی

انتخاب‌های هیجانی و سرخوشانه

بحران‌های روحی و عاطفی

احساس تنهایی

مرکز مشاوره معاونت فرهنگی و اجتماعی فرماندهی انتظامی استان فارس

آدرس: شیرازپل حر - روبروی کلانتری ۱۱ زند

۰۷۱۳۲۲۲۷۰۰۶

### رونمایی از روش جدیدی برای مطالعه مغز

پژوهشگران از روش جدید و بهبود یافته‌ای برای مطالعه مغز رونمایی کردند تا راهی پیدا کنند که بتوانند بیماری‌های مغزی را مدل‌سازی و مطالعه کنند. به گزارش ایرنا، دانشمندان دانشگاه «پنسیلوانیا» از روشی انتقالی برای مطالعه ساختارهای میکروسکوپی مغز انسان رونمایی کردند. به نقل از آی‌ای، این مطالعه که توسط پنج‌مین کریک‌مور در آزمایشگاه‌های بی‌وی-چانگ و ادوارد لی انجام شد، درک ما را از بیماری‌های مختلف مغز از جمله آلزایمر و مولتیپل اسکلروزیس (ام‌اس) افزایش می‌دهد.

**توموگرافی کرایو الکترونی در مرکز توجه**

دانشمندان به طور سنتی از میکروسکوپ الکترونی برای کشف و درک جزئیات پیچیده ساختارهای سلولی در مغز استفاده می‌کنند. با این حال، این روش مملو از چالش‌هایی مانند تغییر ساختار سلولی به دلیل افزودن مواد شیمیایی و برش فیزیکی بافت بوده است.

یک رویکرد جایگزین، توموگرافی کرایو الکترونی (cryo-ET) است که تصاویر واضح‌تری را ارائه می‌دهد، اما نیاز به انجماد دارد که فرآیندی است که مستعد تشکیل کریستال یخ است و می‌تواند آناتومی طبیعی را تغییر دهد. اکنون کریک‌مور و تیمش به طرز هوشمندانه‌ای فناوری‌های موجود را برای ایجاد یک روش جدید برای مطالعه فراساختار مغز انسان ترکیب کرده‌اند. آنها با انجماد سریع بافت مغز که از کالبد شکافی مستقیماً روی شبکه‌های ویژه با اتان مایع به دست می‌آید، موانع روش انجماد سنتی را کنار زدند.

پژوهشگران از یک پرتوی یونی متمرکز بر پلاسما زنون (FIB) برای ایجاد برش‌های نازک برای تصویربرداری بدون استفاده از تکنیک‌های متداول برش بافت استفاده کردند. متداول‌ترین راه برای حفظ بافت در زمان کالبدشکافی این است که آن را در فریزر قرار دهید و بعد از آن استفاده کنید، اما به آرامی یخ زدن و سپس گرم کردن آن و سپس انجماد مجدد بافت، آن را مختل می‌کند، چرا که غشاهای آن می‌شکنند و ساختار عادی آن دستخوش تغییر می‌شود.

شاید شگفت‌انگیزترین جنبه روش جدید آنها توانایی منجمد کردن سریع

### تأثیر رنگ چشم بر توانایی خواندن

دانشمندان می‌گویند رنگ چشمان شما در واقع می‌تواند بر توانایی خواندن شما تأثیر بگذارد.

به گزارش اسپنا، تقریباً یک نفر از هر ۱۰ نفر در سرتاسر جهان رنگ چشمی غیر از سیاه و قهوه‌ای دارند که با کمی شاعرانگی می‌توان آنها را به آسمان تابستان یا رنگ دریا تشبیه کرد. در برخی از جمعیت‌های اروپایی، این نسبت می‌تواند تا سه نفر از هر چهار نفر افزایش یابد.

به نقل از اس‌اس‌ای، صحبت‌ها درباره رنگ‌های غیر تیره چشم مدت‌هاست که جریان دارد. اکنون انسان‌شناسان در بریتانیا می‌گویند که چشم‌های آبی رنگ می‌توانند در شرایط کم‌نور دارای کمی تیزی شوند.

کیوکو یاماگوچی و شاگردش فیث ارین کین از دانشگاه جان مورز لیورپول در آزمایش اولیه خود این موضوع را در ۳۹ داوطلب بزرگسال که تحت یک آزمایش چشمی ساده ۳۰ ثانیه‌ای کاهش شدت نور قرار گرفتند، بررسی کردند.

رنگ چشم‌های آنها با استفاده از یک راهنمای طبقه‌بندی که به تازگی توسعه یافته، به عنوان دسته‌های آبی یا قهوه‌ای تأیید شدند و مشخص شد ۲۵ نفر از آنها دارای چشم‌های آبی و ۱۴ نفر دارای چشم‌های قهوه‌ای روشن یا تیره هستند.

سپس مشاهده شد که آنهایی که چشمانی به رنگ آبی روشن داشتند، می‌توانستند کدهای تصویر شده روی دیوار را در نور بسیار کمتری بخوانند که نسبت به شرکت کنندگان چشم قهوه‌ای عملکرد بهتری داشتند.

با توجه به اینکه این مطالعه مقدماتی روی افراد نسبتاً کمی انجام شده است و هنوز مورد بررسی همتا قرار نگرفته است، یافته‌های این آزمایش از این نظریه حمایت می‌کند که از دست دادن رنگدانه در عنبیه صفتی است که در برخی جمعیت‌ها برای به حداکثر رساندن دید در محیط‌های کم‌نور تکامل یافته است.

چشم‌ها به هر رنگی که باشند، با مقادیر مختلفی از پروتئین‌ها مانند ملاتین