

# ВИДЕОЗВОНКИ УТОМЛЯЮТ СИЛЬНЕЕ, чем общение вживую



Фото: © rawpixel.com / Freepik

## ДОЗИРОВАННЫЙ ОНЛАЙН-РЕЖИМ

**А**встрийские ученые в своем новом труде, посвященном мониторингу мозга, обнаружили **связь между частыми видеоконференциями и развитием хронической усталости у людей.**

В исследовании, опубликованном в журнале *Scientific Reports*, изучались физиологические признаки усталости у 35 студентов. Часть из них слушала лекцию онлайн, а часть – офлайн.

До и после лекции студенты, участвовавшие в эксперименте, прошли процедуры ЭЭГ и ЭКГ и решили несколько тестов, определяющих уровень когнитивных способностей.

Исследователи заметили, что усталость участников видеоконференций нарастала по мере продолжения видеозвонка и студентам было все труднее удерживать концентрацию. При этом участники офлайн-занятий чувствовали себя бодрее, счастливее и активнее, пишет [www.nur.kz](http://www.nur.kz).

## УШЛИ, НО ОБЕЩАЛИ ВЕРНУТЬСЯ

**Д**вух диких кошек зафиксировала фотоловушка в долине Гайльтал в Каринтии. Эти пугливые животные предъявляют высокие требования к среде обитания и предпочитают тихие и крупные леса.

Федеральное управление лесами Австрии (ÖBF) сообщило, что до недавних пор этот вид на тер-



Фото: © Lividour / Wikipedia / CC BY-SA 3.0

ритории альпийской республики считался вымершим, однако в настоящее время животные возвращаются в свой привычный ареал обитания, пишет [www.krone.at](http://www.krone.at).

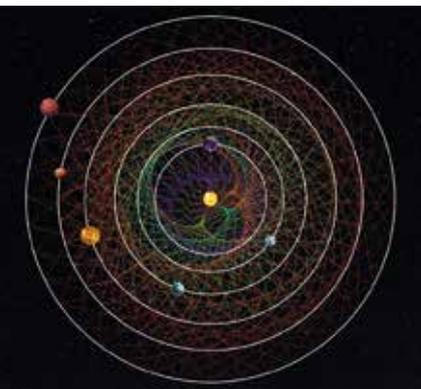


Фото: Thibaut Roger; NCCR Planets

## ТЕЛЕСКОП CHEOPS ОТЫСКАЛ РЕЗОНАНСНУЮ ЦЕПОЧКУ

**Т**елескоп CHEOPS, который был запущен в космос ракетой-носителем «Союз» 18 декабря 2018 года, **раскрыл тайны далекой планетарной системы вокруг звезды HD 110067.** Астрономы из *Австрийской академии наук* смогли определить орбиты шести планет, которые оставались почти неизменными более пяти миллиардов лет.

Исследование, опубликованное в журнале *Nature*, выявило резонансную цепочку, в которой три внешние планеты вращаются вокруг звезды в определенном соотношении. Это редкое явление предоставляет уникальную возможность для изучения долговечности планетарных систем и их эволюции. Предполагается, что такая архитектура системы сформировалась изначально, что делает ее интересным объектом для дальнейшего наблюдения, пишет [apa.at](http://apa.at).

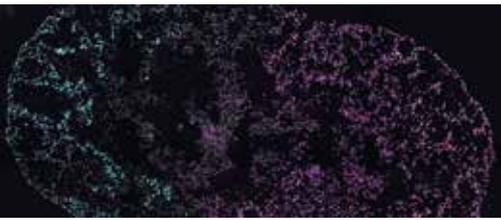


Фото: © Tobias Illmer / IMBA

## МИНИ-СЕРДЦЕ

**К**оманда ученых из Австрийской академии наук впервые создала миниатюрную модель человеческого сердца, которая имитирует развитие его частей и бьется согласованно, как у плода. Это открытие поможет в изучении и лечении сердечных заболеваний. Исследование опубликовано в журнале *Cell*, пишет [www.oeaw.ac.at](http://www.oeaw.ac.at).

## ПОДСМОТРЕЛ У ПЧЕЛ И БАБОЧЕК

**Н**очные насекомые обладают особенно острым зрением – чтобы искать пищу в темноте. Биолог из Граца Манфред Хартбауэр

использовал этот принцип для удаления шумов с фотографий. Разработанный им алгоритм уже запатентован на международном уровне. Применение алгоритма возможно, например, в медицине или



Фото: Uni Graz / Zivnopoulos

астрономии, пояснил исследователь в интервью информационному агентству АРА.

## УКРЕПЯТ ЗДОРОВЬЕ МИКРОБИОМА КИШЕЧНИКА

**У**ченые из Технологического университета Граца выяснили, что употребление овощей и фруктов оказывает положительное влияние на здоровье кишечника, поддерживая баланс его микрофлоры. Результаты исследования опубликованы в *Taylor & Francis*. Ученые стремились выяснить, как употребление растительной



Фото: © Yaroslav Shurnev / Pexels

пищи влияет на микробиоту (совокупность микроорганизмов) в кишечнике. В ходе исследования они проанализировали более двух с половиной тысяч образцов кала, взятых у добровольцев.

Оказалось, что составляющие микробиома кишечника, связанные с употреблением фруктов и овощей, выполняют потенциально полезные функции для здоровья человека. Они способствуют выработке витамина В и короткоцепочечных жирных кислот.

Также ученые подчеркнули, что употребление фруктов и овощей в младенчестве оказывает положительное влияние на развитие иммунной системы, пишет [www.gazeta.ru](http://www.gazeta.ru).

**DR. SVITLANA POKORNIK**  
**ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ**

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ  
РЕСТАВРАЦИЯ •  
КОРРЕКЦИЯ ПРИКУСА •  
ИМПЛАНТАТЫ •  
ПАРОДОНТАЛЬНОЕ  
ЛЕЧЕНИЕ • ДЕТСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ

Частная ординация:  
Rübergasse, 32/1-3  
1090 Wien  
Tel. + 43 (0699) 131 27 147  
[www.dr-pokornik.at](http://www.dr-pokornik.at)

**Др. Александра Шмидт-Трост**

**русскоговорящий**  
**ДЕТСКИЙ ВРАЧ**

10-летний стаж в неонатологии, дополнительная специализация по детской неврологии, эпилепсии и ЭЕГ. Частный кабинет (анализ крови) и визиты на дом

**Kinderpraxis Wien West**

Тел.: 0680-1339559, 14 р-н Вены, Linzerstrasse 382 / I / 5  
[www.kinderpraxis-wien-west.at](http://www.kinderpraxis-wien-west.at)

**ОА Dr.med.univ. Polina Lyatoshinskaya**  
врач-специалист акушер-гинеколог  
кандидат медицинских наук

- Планирование и ведение беременности
- Ведение родов и послеродовая реабилитация
- Лечение климактерических и сексуальных расстройств, anti-age терапия
- Генетические консультации по раку молочной железы
- Эндовидеохирургия и пластические операции (Donauspital)

PRAXIS NOVUM-MED  
Kagrner Platz 12  
1220 Wien

+43 676 76 03 706  
[www.novum-med.at/russisch/](http://www.novum-med.at/russisch/)  
[frauenarzt@novum-med.at](mailto:frauenarzt@novum-med.at)

**АНАСТАСИЯ ТУРКИНА**  
Русскоговорящий, официально  
зарегистрированный

**ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ**  
Член австрийской Ассоциации  
экзистенциального анализа и логотерапии

**При страхах, панических атаках,  
депрессии, кризисных состояниях,  
сильных и неконтролируемых эмоциях,  
проблемах в отношениях, трудностях  
при адаптации на новом месте.**

Mobil: +43 677 64 74 5863  
Eduard Sueß-Gasse 10/22  
1150 Wien

Telegram: [anastasiya\\_turkina](https://t.me/anastasiya_turkina)  
[anastasiya.turkina@existenzanalyse.at](mailto:anastasiya.turkina@existenzanalyse.at)  
<https://anastasiyaturkina.com>

**Dr.Kheyfets**  
Rachman  
für Urologie

**русскоговорящий**  
**ВРАЧ-УРОЛОГ**  
канд. мед. наук, доктор  
Олег Хейфец

- мочекаменная болезнь, детская урология, уроонкология
- операции на роботе Da Vinci, лазерная хирургия

Частный прием / Wählerarzt

Ordination Wien: 1010 Wien, Naglgasse 11/1  
Ordination Purkersdorf: 3002 Purkersdorf, Bachgasse 4  
Тел.: +43 664 411275  
[www.urologie-kheyfets.at](http://www.urologie-kheyfets.at) • [post@urologie-kheyfets.at](mailto:post@urologie-kheyfets.at)