

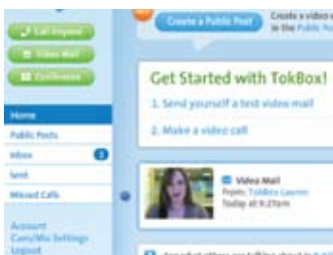
5 ỨNG DỤNG CHAT VIDEO TỐT NHẤT

Bạn sẽ sử dụng loại công cụ online nào khi muốn liên lạc với người thân, bạn bè hay đối tác làm ăn ở xa mà không thể nào gặp mặt trực tiếp được? Câu trả lời đó là các ứng dụng chat video. Nhờ các ứng dụng này, bạn có thể gặp và đối thoại trực tiếp với bất kì người nào bạn muốn. Đây chính là điểm khác biệt mà các ứng dụng chat khác không có. Dưới đây chúng tôi xin giới thiệu là danh sách 5 ứng dụng chat video tốt nhất được bình chọn trên lifehacker.com



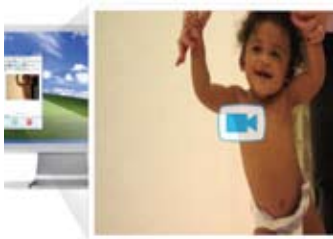
1. Google Video Chat

Google vừa phát hành Google Video Chat tích hợp trong Gmail và loại ứng dụng này đã trở thành lựa chọn số một cho việc chat video. Bạn sẽ có ngay một công cụ chat video thực sự mạnh mẽ chỉ cần một tài khoản Gmail và phải cài đặt một plugin miễn phí được cung cấp tại địa chỉ <http://mail.google.com/videochat>. Hiện tại, ứng dụng này chưa được cung cấp phổ biến trên tất cả các tài khoản của Gmail.



2. TokBox

TokBox là một ứng dụng chat dựa trên nền tảng web và có khả năng tích hợp với các dịch vụ web khác như Facebook, Meebo. Do đó, bạn có thể vào trang chủ của TokBox để tạo một tài khoản đăng nhập và mời mọi người tham gia chat, hay cài đặt add-on TokBox cho Facebook Firefox để chat với bạn bè trong Facebook.



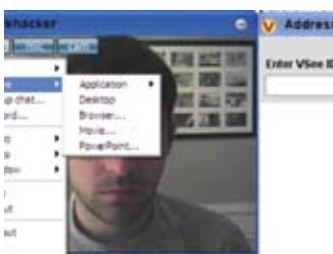
3. Skype

Skype là một ứng dụng VoIP phổ biến có khả năng thực hiện các cuộc gọi từ PC đến PC và từ PC đến điện thoại. Nếu bạn có webcam thì bất kì cuộc gọi từ PC đến PC nào cũng có thể trở thành một cuộc chat video. Với việc phát hành Skype 4.0 trên Window, việc chat video trở nên thuận tiện và nhanh chóng hơn bao giờ hết.



4. iChat

iChat là ứng dụng tin nhắn mặc định được đóng gói trong hệ điều hành Mac OS X và là ứng dụng chat video cho phép nhiều người sử dụng cùng lúc (lên đến 4 người). iChat Theater giúp chia sẻ và xem nội dung file trong suốt quá trình chat video. Đây là công cụ tuyệt vời cho những người đam mê hệ điều hành Mac.



5. Vsee

Vsee là ứng dụng đàm thoại video miễn phí trên Windows và được thiết kế như một công cụ tương tác. Do đó, bạn có thể cùng chỉnh sửa các tài liệu Photoshop với đồng sự (nếu cài đặt Photoshop) thông qua một màn hình chia sẻ và chia sẻ file trên cửa sổ chat. Vsee cho phép chat video đồng thời một lúc 4 người, trong khi phiên bản trả phí thì lên đến 8 người.

ÂM NHẠC - LIỀU THUỐC CHO TRÁI TIM

Những bản nhạc hoặc bài hát yêu thích không chỉ giúp tinh thần của con người trở nên phấn chấn, mà còn giúp các mạch máu giãn nở nhiều hơn.

Các chuyên gia tim mạch của Đại học Maryland (Mỹ) đã thử tìm hiểu tác dụng của âm nhạc đối với tim trên 10 tình nguyện viên có sức khỏe tốt và không hút thuốc lá. Họ cho các tình nguyện viên nghe những bản nhạc ưa thích trong nửa giờ đầu và những bản nhạc âm ỉ trong nửa giờ tiếp theo. Đồng thời dùng sóng siêu âm để theo dõi hoạt động của các mạch máu.

Kết quả cho thấy: theo mức trung bình, đường kính mạch máu của các tình nguyện viên tăng thêm 26% khi họ nghe bản nhạc yêu thích và giảm 6% khi nghe loại nhạc còn lại.

“Mức độ giãn nở của các mạch máu là rất lớn, giống như khi chúng ta cười hoặc dùng một số loại thuốc giảm cholesterol trong máu như statin”, tiến sĩ tim mạch Michael Miller, trưởng nhóm nghiên cứu, phát biểu.

Khi thành mạch nở rộng, máu chảy dễ dàng hơn và giảm được nguy cơ tạo cục máu - nguyên nhân gây nên đau tim và đột quỵ. Hoạt động co giãn của mạch máu cũng ngăn chặn được nguy cơ xơ cứng thành mạch.

“Dù tác động của âm nhạc đối với tim đã rõ ràng, chúng ta cũng không nên ngừng sử dụng statin hay chấm dứt tập luyện thể thao, mà nên coi nó như một biện pháp hỗ trợ nâng cao sức khỏe của tim”, Miller nói.

BÔNG CẢI XANH GIẢM NGUY CƠ UNG THƯ Ở NGƯỜI NGHIỆN THUỐC LÁ.

Theo thông tin từ tổ chức nghiên cứu bệnh ung thư Mỹ, đặc tính ngăn ngừa bệnh ung thư ở bông cải xanh và một số loại rau họ cải cũng có tác dụng với những người nghiện thuốc lá.

Giáo sư Li Tang, từ Viện nghiên cứu ung thư Roswell Park, cho biết: “Bông cải xanh không phải là loại thuốc có thể chữa bệnh, nhưng nó lại có tác động tới những người vẫn nghĩ không có cách nào cai thuốc hay đối mặt với những nguy cơ họ gặp khi hút thuốc. Còn với những người đã bỏ được thuốc thì càng có lợi hơn khi ăn các loại rau này”

Dựa trên nghiên cứu trên tất cả các loại rau họ cải, số liệu thực tế của bệnh viện về bệnh ung thư và tình trạng hút thuốc, ông Li cùng đồng nghiệp đã đưa ra tính toán về mức độ nghiện thuốc, thời gian và tần suất hút thuốc.

Theo đó, ở những người nghiện thuốc lá, khi khẩu phần ăn của họ có các loại rau cải, thì khả năng ngừa mắc ung thư sẽ từ 20% đến 55%, phụ thuộc vào loại rau họ ăn, thời gian nghiện thuốc và tần suất hút thuốc. Với những người mới nghiện, họ chỉ cần ăn sống loại rau này thì đã có thể giảm thiểu nguy cơ mắc bệnh.



GHÉP THÀNH CÔNG KHÍ QUẢN TỪ TẾ BÀO GỐC

Mới đây, người ta đã thực hiện thành công ca ghép khí quản với mô được phát triển từ chính tế bào gốc của bệnh nhân. Mở ra hi vọng chữa trị mới cho nhiều người, trong đó có trẻ em bị dị tật đường hô hấp bẩm sinh, người bị sẹo hoặc u ở khí quản, và người bị vỡ khí quản.

Ca cấy ghép được thực hiện cho Claudia Castillo, một phụ nữ 30 tuổi, người đã bị hen suyễn trong nhiều năm.

Người ta đã bỏ tất cả các tế bào trên khí quản, chỉ để lại một đường ống mô liên kết. Sau đó, dùng tế bào gốc ở tủy xương hông Castillo, phát triển ra hàng triệu tế bào mô, sụn để phủ và tạo nên ống khí quản. Rồi dùng thiết bị đưa các sụn và mô mới lên trên đường khí quản. Cuối cùng cấy ghép đường khí quản mới cho Castillo.

Cho đến nay không có dấu hiệu nào cho thấy cơ thể Castillo từ chối bộ phận mới. Cô cũng sẽ không uống bất kỳ loại thuốc khử miễn dịch nào, loại thuốc có thể gây ra những phản ứng phụ như huyết áp tăng, suy thận hoặc ung thư. Hiện Castillo đã có thể chăm sóc con cái, đi bộ với một khoảng cách vừa phải mà không bị khó thở.

AVG UPDATE LỖI LÀM TÊ LIỆT WINDOWS XP

Bản cập nhật cơ sở dữ liệu bị lỗi đã khiến phần mềm diệt virus AVG nhằm lần tiêu diệt cả những tệp tin quan trọng của Windows XP khiến PC chết đứng.

AVG Technologies cho biết đó là bản cập nhật được phát hành vào ngày 8/11. Sau khi tiến hành cập nhật, người dùng AVG Antivirus liên tục nhận được cảnh báo tệp tin “user32.dll” là một con Trojan nguy hiểm.

Nếu người dùng chọn HEAL hoặc QUARANTINE trên cảnh báo thì PC sẽ hoàn toàn ngừng hoạt động. Hệ điều hành không thể khởi động như bình thường mà thay vào đó là màn hình xanh chết chóc thông báo Windows XP không thể tìm được winsvr error c0000135.

Người phát ngôn của hãng cho biết chỉ có người dùng AVG Antivirus 8.0 và 7.5 phiên bản tiếng Hà Lan, Pháp, Italia, Bồ Đào Nha và Tây Ban Nha là bị tác động bởi bản cập nhật lần này.

Trên website trợ giúp của AVG Technologies đã đưa lên hướng dẫn đầy đủ cách sử dụng Recovery Console của Windows XP, giúp người dùng vô hiệu hóa một số dịch vụ của AVG Antivirus và khôi phục lại những tệp tin đã bị mất.

SAO HỎA CÓ NHIỀU HỒ BĂNG LỚN

Tàu thăm dò Mars Reconnaissance Orbiter vừa phát hiện nhiều hồ băng khổng lồ bên dưới những lớp đá và dãy núi trên sao Hỏa. Chúng có thể là vết tích còn lại của những vĩa băng từng bao phủ hành tinh đỏ.

Đây là những khu vực chứa nước lớn nhất bên ngoài hai cực của sao Hỏa, có đường kính vài chục km và độ sâu khoảng 800 mét, có thể cung cấp nước hoặc nhiên liệu tên lửa cho các chuyến thăm dò bằng tàu vũ trụ có người lái trên hành tinh đỏ trong tương lai.

Những hồ băng, có niên đại khoảng 200 triệu năm, có thể chôn vùi nhiều mảnh gene của những vi sinh vật từng xuất hiện sao Hỏa. Ngoài ra, bóng khí dưới đó có thể tiết lộ cấu tạo bầu khí quyển của hành tinh đỏ.

Trước đây, các nhà khoa học cho rằng những hồ băng chỉ tồn tại ở cực bắc và nam của sao Hỏa. Vì thế, sự tồn tại của những hồ băng lớn ở những vĩ độ giữa là một phát hiện đáng chú ý. “Chúng là bằng chứng về một quá trình thay đổi khí hậu quan trọng trên sao Hỏa liên quan tới những biến đổi ở đường xích đạo”, John Holt, chuyên gia về địa chất của các hành tinh, thuộc Đại học Texas (Mỹ), phát biểu.



NẤM LÀM CHẬM QUÁ TRÌNH ẤM LÊN CỦA KHÍ HẬU

Trong cuộc chiến với hiện tượng khí hậu ấm lên, chúng ta có một đồng minh không ngờ đến. Đó chính là loại nấm mọc trong những khu rừng gỗ vân sam khô tại Alaska, Canada, Scandinavia và các khu vực phía Bắc khác.

Khi đất trong những khu rừng trên ấm lên, nấm mọc trên xác thực vật khô lại và tạo ra lượng cacbon điôxit ít hơn đáng kể so với nấm ở những vùng đất ẩm ướt và mát mẻ hơn.

Steven Allison, tác giả của nghiên cứu, cho biết: “Chúng tôi không hề phát hiện thấy vòng tuần hoàn khí hậu ấm lên ở những khu rừng khô hạn phương Bắc mà thu được điều ngược lại”.

Hiểu rõ vòng tuần hoàn cacbon trong rừng là điều thiết yếu để có thể dự đoán chính xác sự ấm lên của khí hậu toàn cầu. Từ đó dẫn đường cho những chính sách hạn chế giải phóng khí nhà kính. Điều này càng quan trọng hơn nữa đối với khu vực rừng phía Bắc, nơi chứa khoảng 30% lượng cacbon trong đất, tương đương với lượng cacbon trong khí quyển trên Trái Đất.



CHỐNG LẠI HIV BẰNG RỄ CÂY HOÀNG KỲ

Giống như mọi loại tế bào khác, tế bào miễn dịch sẽ mất khả năng phân chia khi chúng “già” đi, vì một phần nhiễm sắc thể của chúng gọi là telomere cứ ngắn dần. Kết quả là tế bào bị thay đổi và khả năng chống lại các bệnh tật của chúng cũng giảm dần.

Nhưng những nghiên cứu của Viện AIDS, thuộc UCLA (ĐH California, Mỹ) cho thấy các hoá chất có trong rễ cây hoàng kỳ (Astragalus membranaceus) có thể ngăn cản hoặc làm chậm lại quá trình ngắn đi của telomere. Và đó chính là chìa khoá để giúp các tế bào miễn dịch duy trì lâu hơn chức năng chống HIV.

Những nghiên cứu trước đây chỉ ra rằng “tiêm” gen của một enzyme có tên là telomerase vào tế bào T có thể giữ cho chúng khỏi bị ngắn đi. Tuy nhiên,

phương pháp trị liệu trên chưa được áp dụng trong thực tế. Trong chữa trị lần này, người ta chỉ dùng một hoá chất chiết ra từ rễ cây hoàng kỳ, có khả năng nâng cao hoạt tính của telomerase trong các loại tế bào khác, gọi là TAT2.



PHILIPPINES: BỆNH BÙNG PHÁT DO HIỆU ỨNG NHÀ KÍNH

Theo nhận định của bộ trưởng y tế Philippines, tình trạng ấm lên toàn cầu có thể góp phần vào sự bùng phát nhiều bệnh chết người ở nước này trong thời gian gần đây.

Hôm 20/11 vừa qua, văn phòng Tổ chức Chử thập đỏ Philippines xác nhận có 3 người tử vong và 2.235 người khác phải nhập viện vì viêm dạ dày tại 3 thành phố phía nam nước này. Bộ Y tế Philippines cho rằng các nạn nhân này mắc bệnh tả, nhưng Tổ chức Chử thập đỏ khẳng định đây là bệnh viêm dạ dày đang bùng phát. Tiến sĩ Eric Tayag, người đứng đầu trung tâm kiểm soát dịch bệnh quốc gia, cũng xác nhận bệnh thương hàn đã bùng phát ở thành phố Real (đồng bắc thủ đô Manila) khiến 109 người nhập viện.

“Rõ ràng những điều mà giới khoa học dự đoán về hiệu ứng nhà kính đang xảy ra. Nhiệt độ cao khiến nhiều bệnh phát sinh. Số lượng người mắc bệnh tả, sốt xuất huyết, thương hàn, sốt rét sẽ càng ngày càng tăng”, Bộ trưởng Francisco Duque phát biểu.

PHÁT HIỆN XƯƠNG MỘT LOÀI CHIM CÁNH CỤT TUYỆT CHỦNG

Trong khi nghiên cứu một loài chim cánh cụt quý hiếm, các nhà khoa học New Zealand vô tình phát hiện một loài khác đã biến mất cách đây khoảng 500 năm.

Đối tượng mà các nhà khoa học nghiên cứu là chim cánh cụt mắt vàng - loài đang đứng trước nguy cơ tuyệt chủng. Trong khi tìm kiếm, họ phát hiện thấy một số mẫu xương của chim cánh cụt có niên đại khá lớn trong đồng tro tàn do người Maori để lại. Theo kết quả kiểm tra AND, gene từ những mẫu xương trên hoàn toàn khác so với chim cánh cụt mắt vàng hiện đại.

“Có thể nhận định những mẫu xương đó thuộc về một loài chim cánh cụt Waitaha đã tuyệt chủng cách đây vài trăm năm”, Philip Seddon, trưởng nhóm nghiên cứu, phát biểu.

Philip cho biết, niên đại của những mẫu xương cho thấy có một khoảng thời gian xen kẽ giữa sự biến mất của chim cánh cụt Waitaha và sự xuất hiện của chim cánh cụt mắt vàng.

Khoảng trống ấy khiến nhóm nghiên cứu suy đoán rằng sự biến mất của chim Waitaha tạo điều kiện cho chim cánh cụt mắt vàng sinh sôi mạnh mẽ trên các đảo của New Zealand 500 năm trước.

Rất có thể cạnh tranh lãnh thổ giữa hai loài đã ngăn cản chim cánh cụt mắt vàng tiến về phía bắc. Như vậy, chim cánh cụt Waitaha là một ví dụ tiêu biểu về một loài chim bản địa không thể thích nghi với sự xuất hiện của con người.



Chim cánh cụt mắt vàng hiện được coi là loài quý hiếm trên thế giới. Các nhà khoa học ước tính rằng số lượng của chúng chỉ còn khoảng 7.000 cá thể ở New Zealand.

HỒI SINH LOÀI RỪA TUYỆT CHỦNG

Các nhà khoa học cho biết dấu vết di truyền của loài rùa Galapagos tuyệt chủng hiện vẫn tồn tại ở con cháu chúng trong môi trường hoang dã. Phát hiện là tiền đề cho gây giống phục hồi loài này.

Khi Darwin viết về những con rùa khổng lồ trên một hòn đảo của Floreana năm 1835, người ta đã đến săn bắt và làm giảm 1/10 số lượng loài vật này. Trong vài thập kỷ, 4/15 loài rùa được biết đến đã hoàn toàn biến mất. Rùa bị giết để lấy dầu thắp đèn, làm thức ăn hoặc vật nặng để giữ thăng bằng cho tàu thuyền.

Nhưng bức tranh về nguồn gốc và tương lai của một số loài rùa đã được Gisella Caccone và Jeffrey Powell, hai giáo sư của đại học Yale, vẽ lại.

Theo lý thuyết, nhờ các mẫu vật trong bảo tàng, công nghệ phân tử hiện đại, kết hợp với nghiên cứu thực tế có thể nhân giống con lai của Galapagos. “Liên hệ quá khứ với hiện tại qua mẫu di truyền của những loài đã tuyệt chủng chính là chìa khóa”, Caccone phát biểu.

TÌM THẤY NUCLIT PHÓNG XẠ TRONG ĐẤT

Khi lò phản ứng hạt nhân Chernobyl nổ năm 1986 trên Ukraina, các nguyên tố phóng xạ được giải phóng vào không khí và phân tán khắp Liên bang Soviet, châu Âu và thậm chí một phần phía Đông Nam Mỹ.

Hơn 20 năm sau, các nhà nghiên cứu đã đến Thụy Điển và Ba Lan để tìm hiểu về nuclit phóng xạ lắng trong lòng đất bắt nguồn từ vụ nổ trên.

Giáo sư Gerald Matisoff, đại học Case Western Reserve, cùng đồng nghiệp đã kiểm tra mẫu đất ở nhiều địa điểm thuộc hai nước trên và bước đầu trả lời được một số câu hỏi.

Ví dụ sau những biến cố như thảm họa Chernobyl, nuclit phóng xạ sẽ xâm nhập vào đất như thế nào; chu kỳ nửa phân rã của nuclit; liệu các phân tử đất sét (như 137Cs và 7Be) hay hữu cơ (239, 240Pu và 210Pbxs) có hấp thụ chúng nhiều hơn; đất có thể giữ nuclit trên bề mặt, không cho phép chúng thấm xuống những tầng bên dưới không.



N g h i ê n cứu của Matisoff sẽ giúp giải quyết những vấn đề về sức khỏe cộng đồng, như vệ sinh lương thực thực phẩm, cũng như các tác động đến

địa chất. Thêm đó là tìm hiểu sự khác biệt của những nguyên tố phóng xạ và bụi phóng xạ được tạo ra sau vụ Chernobyl và thử vũ khí hạt nhân những năm 1960.

Ảnh: Túp lều nhỏ ở đồng cỏ tại Thụy Điển. Các nhà nghiên cứu phát hiện rằng nồng độ Pluton trong đất tại Thụy Điển có nguồn gốc từ vụ nổ hạt nhân Chernobyl cao hơn nhiều so với đất tại Ba Lan.

>> HUYỀN TRANG
(tổng hợp từ báo chí nước ngoài)