

# સાયન્સ સેન્ટર ન્યુઝ લેટર

વોલ્યુમ-૮, ઇશ્યુ-૧૦

જાન્યુઆરી-૨૦૨૪  
અંક-૯૪



પ્રકાશક

શાલિની અગ્રવાલ  
આઈ.એ.એસ.  
મ્યુનિસિપલ કમિશનર

સંપાદક

ડી. એમ. જરીવાલા  
એડી. સીટી ઇજનેર (સિવિલ)

સહ સંપાદક

ભામિની મહિડા  
ચીફ ક્યુરેટર

દિવ્યેશ ગામેતી  
ક્યુરેટર (સાયન્સ)

સંયોજક

ડૉ. પૃથુલ દેસાઈ  
પ્રિન્સીપાલ  
પી.ટી.સાયન્સ કૉલેજ



बहुजनहिताय बहुजनसुखाय

સાયન્સ સેન્ટર

## વિજ્ઞાનમાં નવીન ખોજ

ખેડિયા વ્યક્તિઓ પરના સંશોધન સૂચવે છે કે શાકાહારી આહાર Cardiovascular આરોગ્યને સુધારે છે.

ખેડિયા વ્યક્તિઓની ૨૨ ખેડી સાથેના અભ્યાસમાં, Stanford Medicineના સંશોધકો એ શોધી કાઢ્યું કે શાકાહારી આહાર આઠ અઠવાડિયા જેટલા સ્વાસ્થ્યનો સુધારો થાય છે. ઓછું માંસ ખાવાથી Cardiovascular (તે હૃદય અને રક્તવાહિનીઓના સ્વાસ્થ્યનો ઉલ્લેખ છે)સ્વાસ્થ્યમાં સુધારો થાય છે, ખેડે આનુવંશિક તફાવતો, ઉંચેર અને જીવનશૈલીની પસંદગીઓ દ્વારા આહાર અભ્યાસોમાં અવરોધ આવે છે.

તેમ છતાં, ખેડિયા વ્યક્તિઓના અભ્યાસ દ્વારા સંશોધકો આનુવંશિકતા નિયંત્રણ અને અન્ય પરિબલોને મર્યાદિત કરવામાં સક્ષમ થયા છે કારણ કે ખેડિયા વ્યક્તિઓ એક જ પરિવારમાં મોટા થયા હતા અને સમાન જીવનશૈલી ધરાવતા હતા.

Stanford Universityના મેડિસિન વિભાગના Professor Christopher Gardner એ જણાવ્યું કે, “પરંપરાગત સર્વભક્ષી આહાર કરતા શાકાહારી આહાર આરોગ્યપ્રદ છે એવું ભારપૂર્વક જણાવવા માટે આ અભ્યાસે ground breaking માર્ગ પૂરો પાડ્યો છે.”

સંશોધકો એ Standford Twin Registry – જેઓ સંશોધન અભ્યાસમાં ભાગ લેવા માટે સમંત થયા હોય તેવા પારસ્પરિક અને સરખા ખેડિયા વ્યક્તિઓનો ડેટાબેઝ તૈયાર કર્યો. જેમાં દરેક ખેડીમાંથી એક વ્યક્તિ શાકાહારી અને બીજો સર્વભક્ષી આહાર લેતો હતો. શાકાહારી આહાર સંપૂર્ણપણે છોડ આધારિત હતો, જેમાં માંસ



અથવા પ્રાણી ઉત્પાદનો જેમ કે, ઈંડા અથવા દૂધનો સમાવેશ થતો નહતો. સર્વભક્ષી આહારમાં માંસ, માછલી, ઈંડા, પનીર, ડેરી અને પ્રાણી આધારિત ખોરાકનો સમાવેશ થતો હતો.

તેઓના અભ્યાસના પહેલાં ચાર અઠવાડિયા દરમિયાન દર અઠવાડિયે ૨૧ વખત ભોજન પહોંચાડવામાં આવતું હતું. જેમાં સાત નાસ્તા, બપોરનું ભોજન અને રાત્રીના ભોજનનો સમાવેશ થયેલ. બાકીના ચાર અઠવાડિયા માટે participants દ્વારા પોતાનું ભોજન જાતે તૈયાર કરવામાં આવ્યું હતું. participantsને તેમના આહાર વિશે પૂછવામાં આવ્યું અને તેમણે શું ખોરાક ખાધો તેની નોંધ રાખવામાં આવી હતી.

Gardner એ જણાવ્યું કે, “અમારા અભ્યાસમાં સામાન્યીકરણ કરી શકાય તેવા આહારનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો જે કોઈપણ વ્યક્તિ માટે સુલભ છે કારણ કે ૨૨ માંથી ૨૧ વ્યક્તિ એ શાકાહારી આહારનું સેવન ચાલુ રાખ્યું. જે સૂચવે છે કે જે વ્યક્તિ એ શાકાહારી આહાર પસંદ કરે છે તે બે મહિનામાં તેમના લાંબા ગાળાના સ્વાસ્થ્યમાં સુધારો કરી શકે છે, જેમાં સૌથી વધુ ફેરફાર પહેલા મહિનામાં જોવા મળે છે.”

શાકાહારી આહારવાળા participantsમાં Low-Density Lipoprotein Cholesterolનું (LDL-C) સ્તર, ઈન્ફ્યુલિન અને શરીરનું સર્વભક્ષી participants કરતા નોંધપાત્ર રીતે ઓછું હતું જે તમામ સુદૃઢ Cardiovascular સ્વાસ્થ્ય સાથે સંકળાયેલ છે.

સૌજન્ય: લુડગ કોન્વેન્ટ હાઈસ્કૂલ

## આ માસના વૈજ્ઞાનિક

અદુસુમિલ્લી શ્રીકૃષ્ણ

અદુસુમિલ્લી શ્રીકૃષ્ણનો જન્મ ૧લી જાન્યુઆરી ૧૯૫૫ના રોજ આંધ્રપ્રદેશના ગુડીવાડામાં થયો હતો. તેમણે ઈ.સ. ૧૯૭૩માં આંધ્રપ્રદેશની નાગાર્જુન યુનિવર્સિટીની ANR (Akkineni Nageswara Rao) કોલેજમાંથી સ્નાતક અને ઈ.સ. ૧૯૭૫માં આંધ્ર યુનિવર્સિટીમાંથી અનુસ્નાતક પૂર્ણ કર્યું હતું. ડો. ગોવર્દન મહેતાના માર્ગદર્શન હેઠળ યુનિવર્સિટી ઓફ હૈદરાબાદમાં ખેડાઈને ઈ.સ. ૧૯૭૬માં કૃત્રિમ કાર્બનિક રસાયણશાસ્ત્રમાં એમ. ફિલ અને ઈ.સ. ૧૯૮૧માં પી.એચ.ડી થયા. ઈ.સ. ૧૯૮૨માં યુ.એસ (યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ) ગયા બાદ તેમણે ઈ.સ. ૧૯૮૪માં યુનિવર્સિટી ઓફ શિકાગોની Philip Eaton પ્રયોગશાળામાંથી પોસ્ટ-ડોક્ટરલ અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યો હતો. તેઓ ઈ.સ. ૧૯૮૫માં ભારત પરત ફર્યા અને કર્ણાટકના બેંગ્લોરમાં આવેલ Indian Institute of Scienceમાં Organic Chemistry (કાર્બનિક રસાયણશાસ્ત્ર) વિભાગમાં અધ્યાપક તરીકે ખેડાયા.



શ્રીકૃષ્ણે તેમના સંશોધનો કાર્બનિક સંશ્લેષણ પર કેન્દ્રિત કર્યા અને તેમના અભ્યાસો એ કુદરતી ઉત્પાદનો ખાસ કરીને આમુલ ચક્રીકરણ અને ઉદ્દોષણ આધારિત વ્યુહરચના સંશ્લેષણની સમજને વિસ્તૃત કરી.

શ્રીકૃષ્ણને ઈ.સ. ૧૯૮૭માં Indian National Science Academyનો Young Scientist Medal પ્રાપ્ત થયો હતો. Indian Chemical Society દ્વારા ઈ.સ. ૧૯૯૬માં પ્રોફેસર આર. ડી. દેસાઈનો ૮૦માં જન્મ દિવસ સ્મારક પુરસ્કાર એનાયત કર્યો હતો. Council of Scientific and Industrial Research દ્વારા તેમને ઈ.સ. ૧૯૯૭માં શાંતિ સ્વરૂપ ભટનાગર પુરસ્કાર પ્રાપ્ત થયો હતો. તેઓ ૨૦ જાન્યુઆરી ૨૦૧૩ના રોજ ૫૮ વર્ષની વયે મૃત્યુ પામ્યા હતા.

સૌજન્ય: લુડગ કોન્વેન્ટ હાઈસ્કૂલ

## સાયન્સ ફેક્ટ બાન્યુઆરી ૨૦૨૪



### સમય

મંગળવાર થી રવિવાર  
તથા  
જાહેર રજાના દિવસે  
સવારે ૯.૩૦ થી સાંજે ૪.૩૦

### સરનામું

સાયન્સ સેન્ટર સુરત  
સિટીલાઈટ રોડ,  
સુરત - ૩૯૫ ૦૦૭

### ફોન નં.

૦૨૬૧ - ૨૨૫૫૯૪૭  
+૯૧ ૯૭૨૭૭ ૪૦૮૦૭

### ફેક્સ નં.

૯૧-૨૬૧-૨૨૫૫૯૪૬

### ઇ-મેઇલ

sciencecentre@suratmunicipal.org

### વેબ સાઇટ

www.suratmunicipal.gov.in



૧ બાન્યુઆરી ૧૯૨૫	અમેરિકન ખગોળશાસ્ત્રી એડવિન હબલે આકાશગંગાની બહાર આકાશગંગાની શોધની જાહેરાત કરી.
૨ બાન્યુઆરી ૧૮૨૨	જર્મન ભૌતિકશાસ્ત્રી રૂડોલ્ફ કલોસિયસનો (જેમણે એન્ટ્રોપીનો ખ્યાલ રચ્યું હતો) જન્મ.
૪ બાન્યુઆરી ૧૬૪૩	અંગ્રેજ ગણિતશાસ્ત્રી અને કુદરતી ફિલોસોફર સર આર્થરોક ન્યુટનનો (કલાસિક મિકેનિક્સના સ્થાપક) જન્મ.
૪ બાન્યુઆરી ૧૯૪૦	વેલ્સના ભૌતિકશાસ્ત્રી પ્રાયન જોસેફસનનો (જોસેફસન અસરની તેમની સૈદ્ધાંતિક આગાહીઓ માટે ૧૯૭૩ના ભૌતિકશાસ્ત્રમાં નોબલ પારિતોષિક વિજેતા) જન્મ.
૬ બાન્યુઆરી ૧૮૩૮	સેમ્યુઅલ મોર્સે સૌ પ્રથમ વિદ્યુત ટેલિગ્રાફનું સફળતાપૂર્વક પરિક્ષણ કર્યું.
૭ બાન્યુઆરી ૧૭૧૦	ગેલિલિયો ગેલિલી એ પ્રથમ વખત ગુરૂના ચાર સૌથી મોટા ચંદ્રનું અવલોકન કર્યું.
૭ બાન્યુઆરી ૧૯૪૧	અંગ્રેજ રસાયણશાસ્ત્રી જહોન ઈ. વોકરનો (એડેનોસાઈન ટ્રાયફોસ્ફેટના સંશ્લેષણ અંતર્ગત એન્ઝાઇમટિક મિકેનિઝમના તેમના સ્પષ્ટીકરણ માટે ૧૯૯૭ના રસાયણશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૯ બાન્યુઆરી ૧૮૯૧	જર્મન ભૌતિકશાસ્ત્રી વોલ્ટર બોથનો (કોસ્મિક કિરણોત્સર્ગના અભ્યાસમાં કોઈન્સીડન્સ કાઉન્ટીંગ મેથડના વિકાસ અને તેની સાથે તેમણે કરેલી શોધોની માન્યતામાં ૧૯૫૪ના ભૌતિકશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૯ બાન્યુઆરી ૧૮૧૬	સર હમ્ફ્રી ડેવી એ હેબર્ન કોલિયરી ખાતે માર્બર્ન માટે ડેવી લેમ્પનું પરિક્ષણ કર્યું.
૧૦ બાન્યુઆરી ૧૯૩૮	અમેરિકન ભૌતિકશાસ્ત્રી અને રેડિયો એસ્ટ્રોનોમર રોબર્ટ વુડ્રો વિલ્સનનો (કોસ્મિક માર્બલોવેવ બેકગ્રાઉન્ડ રેડિયેશનની શોધ માટે ૧૯૭૮ના ભૌતિકશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૧૧ બાન્યુઆરી ૧૭૮૭	વિલિયમ હર્શલે યુરેનસના બે ચંદ્રો ટિટાનિયા અને ઓબેરોનની શોધ કરી.
૧૧ બાન્યુઆરી ૧૯૨૪	ફ્રેન્ચ ન્યુરોન્ડોલોજિસ્ટ રોબર્ટ ગ્યુલેમિનનો (મસ્તિષ્કના પેપ્ટાઇડ હોર્મોન ઉત્પાદન અંગેની તેમની શોધ માટે ૧૯૭૭ના ફીઝીયોલોજી અથવા મેડિસિનમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૧૨ બાન્યુઆરી ૧૮૯૯	સ્વીડ રસાયણશાસ્ત્રી પોલ હર્મન મુલરનો (વંતુનાશક ગુણો અને મેલેરિયા અને પીળા તાવ જેવા વેક્ટ રોગોના નિયંત્રણમાં ડીડીટીના ઉપયોગની તેમની ૧૯૩૯ની શોધ માટે ૧૯૪૮ના ફીઝીયોલોજી અથવા મેડિસિનમાં નોબેલ પારિતોષિક વિજેતા) જન્મ.
૧૩ બાન્યુઆરી ૧૮૬૪	જર્મન ભૌતિકશાસ્ત્રી વિલ્હેમ વિથેનનો (ઉષ્મા કિરણોત્સર્ગને નિયંત્રિત કરતા કાચદારો અંગેની તેમની શોધ માટે ૧૯૧૧ના ભૌતિકશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક વિજેતા) જન્મ.
૧૫ બાન્યુઆરી ૧૮૯૫	ફિનિશ રસાયણશાસ્ત્રી આર્ટી ઈલમારી વિટનિનનો (કૃષિ અને પોષણ રસાયણશાસ્ત્ર, મુખ્યત્વે તેમની ઘાસચારાની જાળવણીની પદ્ધતિમાં તેમની સંશોધન અને શોધ માટે ૧૯૪૫ના રસાયણશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક વિજેતા) જન્મ.
૧૮ બાન્યુઆરી ૧૮૯૬	એક્સ-રે મશીન પ્રથમ વખત પ્રદર્શિત કરવામાં આવ્યું.
૨૦ બાન્યુઆરી ૧૯૩૧	અમેરિકન ભૌતિકશાસ્ત્રી ડેવિડ લીનો (હિલિયમ-૩માં સુપરફ્લુઇડિટીની તેમની શોધ માટે ૧૯૯૬ના ભૌતિકશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૨૧ બાન્યુઆરી ૧૯૧૨	જર્મની જન્મેલ બાયોકેમિસ્ટ કોમરાડ એમિલ વ્લોચનો (કોલેસ્ટ્રોલ અને ફેટી એસિડના ચયાપચયના મિકેનિઝમ અને નિયમન સંબંધિત શોધ માટે ૧૯૬૪ના ફીઝીયોલોજી અથવા મેડિસિનમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૨૨ બાન્યુઆરી ૧૯૦૮	સોવિયેત ભૌતિકશાસ્ત્રી લેવ લન્ડરનો (કન્ડેન્સ મેટર, મુખ્યત્વે પ્રવાહી હિલિયમ માટેના સંશોધક સિદ્ધાંતો માટે ૧૯૬૨ના ભૌતિકશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક વિજેતા) જન્મ.
૨૨ બાન્યુઆરી ૧૯૩૬	અમેરિકન રસાયણશાસ્ત્રી એલન જે. હીગરનો (તેઓની વિદ્યુત વાહક પોલિમરની શોધ અને વિકાસ વર્ષ ૨૦૦૦ના રસાયણશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૨૩ બાન્યુઆરી ૧૮૭૬	જર્મન રસાયણશાસ્ત્રી ઓ ડાઈલ્સનો (ડાઈલ સિન્થેસિસની શોધ અને વિકાસ માટે ૧૯૫૦ના રસાયણશાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક સહ-વિજેતા) જન્મ.
૨૫ બાન્યુઆરી ૧૬૨૭	આઈરિશ રસાયણશાસ્ત્રી રોબર્ટ બોઈલનો (બોઈલના લો (કાયદા) માટે જાણીતા) જન્મ.
૩૦ બાન્યુઆરી ૧૮૯૯	દક્ષિણ આફ્રિકાના વાઈરોલોજિસ્ટ મેક્સ થીઈલરનો (પીળા તાવ વિરુદ્ધ રસી વિકસાવવા માટે ૧૯૫૧ના ફીઝીયોલોજી અથવા મેડિસિનમાં નોબેલ પારિતોષિક વિજેતા) જન્મ.

યુ. એન. : યુનાઈટેડ નેશન્સ

WHO - વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગેનાઈઝેશન

યુનેસ્કો - યુનાઈટેડ નેશન્સ એજ્યુકેશનલ સાયન્ટીફિક એન્ડ કલ્ચરલ ઓર્ગેનાઈઝેશન

જવાબો: ૧) બ, ૨) અ, ૩) અ, ૪) ક, ૫) બ, ૬) બ, ૭) અ

## સમય

“ગતિને સુરેખ દેખાવા માટે સમય વ્યાપ્યાયિત કરવામાં આવે છે.”- John Archibald Wheeler

ભૂતકાળ થી વર્તમાન અને ભવિષ્યમાં, સમય એ અસ્તિત્વ અને ઘટનાઓનો નિરંતર ક્રમ છે જે ઉલ્ટાવી શકાતો નથી. તે ઘટનાઓને ક્રમબદ્ધ કરવા, તેની અવધિ અથવા અંતરાલોની તુલના કરવા અને ભૌતિક વસ્તુવિક્રમ અથવા સમાન અનુભવમાં જથ્થાના ફેરફારના દરને માપવા માટે ઉપયોગમાં લેવાતા વિવિધ માપની એક ઘટક ગુણવત્તા છે.

“ઘડિયાળ શું બતાવે છે?” - તે ભૌતિકશાસ્ત્રમાં સમયની કાર્ય સંબંધી વ્યાખ્યા છે. અવકાશ અને સમયમાં બનતી ઘટનાઓના સંદર્ભમાં, સામાન્ય સાપેક્ષતા સમયની ભૌતિક પ્રકૃતિને સંબોધે છે. બે કણોની અથડામણ, સુપરનોવાનો વિસ્ફોટ અથવા રોકેટ જહાજનું આગમન એ ઘટનાઓના ઉદાહરણ છે. દરેક ઘટનાને તેના સમય અને સ્થાન દર્શાવવા માટે ચાર નંબરો નિયત કરી શકાય છે- ઘટનાઓના ચાર યામો. તેમ છતાં, સંખ્યાત્મક મૂલ્યો નિરીક્ષકના આધારે બદલાય છે. સામાન્ય સાપેક્ષતા અનુસાર, Michelson અને Morley એ પ્રથમ વખત બહેરમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે, અંતર અને સમય ઊંડાણપૂર્વક જોડાયેલા છે અને પ્રકાશને ચોકકસ અંતર કાપવા માટે જે સમય લાગે છે તે બધા નિરીક્ષકો માટે સમાન હોય છે.



આંતરરાષ્ટ્રીય System of Units (એકમ પ્રણાલી) (SI) અને આંતરરાષ્ટ્રીય માત્રાની પ્રણાલી બંનેમાં, સમય એ સાત (૭) મૂળભુત

સૌજન્ય: લુડ્ઝા કોન્વેન્ટ હાઈસ્કૂલ

## એકઝીબીટને ઓળખો

અવકાશમાં આરોગ્ય-સ્નાયુઓની સમસ્યારો

નિયમિત ઉપયોગ અને વ્યાયામ વગર સૂક્ષ્મ ગુરૂત્વાકર્ષણમાં મનુષ્યના સ્નાયુઓ નબળા પડે છે અને ક્ષીણ પામે છે જેને Atrophy (ક્ષીણતા) કહે છે. સંશોધનકારોએ જણાવ્યું કે લાંબા સમય સુધી વજનહિનતાની સ્થિતિમાં રહેવાને કારણે નિયમિત વ્યાયામ કરતા હોવા છતાં અવકાશયાત્રીઓ તેમના સ્નાયુની શક્તિ ૪૦ ટકાથી વધુ ગુમાવે છે. લાંબા અવકાશી સફરમાં ૩૦ થી ૫૦ વર્ષના તંદુરસ્ત અવકાશયાત્રીની શક્તિ ૮૦ વર્ષના અવકાશયાત્રી જેટલી થઈ જાય છે.

૫ થી ૧૧ દિવસ સુધી અવકાશમાં રહેતા અવકાશયાત્રીના સ્નાયુદળને ૨૦% જેટલું નુકસાન પહોંચે છે. સ્નાયુઓના દળને ગુમાવવું એ શક્તિ ગુમાવવા જેવું છે. પૃથ્વીના ગુરૂત્વાકર્ષણીય ક્ષેત્રમાં પુનઃપ્રવેશ સમયે કોઈ સખત સંકટરૂપ પ્રક્રિયામાંથી પસાર થવું પડે છે ત્યારે અવકાશયાત્રીઓ માટે સંભવતઃ ભયજનક સાબિત થાય છે.

જોકે અવકાશયાત્રીઓ પાછાં પૃથ્વી પર પરત ફરતા સ્નાયુઓ જથ્થો અને શક્તિ પાછી મેળવી શકે છે. અવકાશમાં ખાસ કરીને લાંબા અંતરના અવકાશ મિશનોમાં સ્નાયુઓને જાળવી રાખવા એ ચિંતાદાયક છે. અવકાશમાં સ્નાયુઓની ક્ષીણતાને ઓછી કરવાનો એક માત્ર ઉપાય સઘન વ્યાયામ છે જે ખાસ કરીને પર્યાપ્ત આહાર સાથે શક્તિ વધારવા માટે થતી કસરત દ્વારા થઈ શકે છે.

આ એકઝીબીટ સાયન્સ સેન્ટરના પ્રથમ માળ પર ફ્રાન્સ સાયન્સ ગેલેરી અને પાવર ઓફ પ્લે ગેલેરીની વચ્ચે આવેલ ‘એન્ટરોંગ સ્પેસ ગેલેરી’માં સ્થિત છે.



