

生命科学

甜食吃太多容易长皱纹

据美媒体报道,专家最新研究认为,长期过度摄入甜食会导致肌肤黯淡、长皱纹。

造成这一后果的原因是甘油三酯的自然分解过程,蛋白质中的糖分进入血液后会形成一种新的有害分子,即高级甘油最终产品。它会对整个蛋白质链造成多米诺骨牌式的破坏效应。其中最易受到伤害的包括:胶原质和弹性蛋白,而正是这种蛋白质纤维能使肌

肤保持紧致而有弹性;高糖饮食还会影响人体内的胶原质类型,其中III型最为稳定和持久,而甘油三酯会将体内的III型胶原质转化为较为脆弱的I型。III型胶原质减少后,肌肤摸上去不再柔软如昔;AGEs还会减少人体内自然的抗氧化酶活动,使肌肤更易受到阳光侵害。

对已被糖分损害的肌肤,有以下改善措施。第一,

减少食谱中的甜食成分;第二,每天至少补充摄入1毫克维生素B₁或B₆;第三,每天涂抹SPF30的广谱防晒霜;第四,采用内服外敷之法吸收抗氧化剂。因为抗氧化剂能抵御自由基,并阻止糖分与蛋白质结合。既可食用富含抗氧化剂成分的水果、坚果和蔬菜,也可服用专门的抗氧化剂,如绿茶、维生素C和E。

摘自《北京晚报》

人越老心脏越小

美国一项最新研究发现,随着年龄增加,人的心脏会缩小,心脏向身体各部位供血的能力也会下降。

据美国趣味科学网站日前报道,约翰斯·霍普金斯大学的研究人员利用核磁共振成像技术,对5004名年龄在45~84岁的男女的心脏结构和供血功能进行了分析,寻找微小的变化。这些人来自不同的种族,而且没有罹患心脏病的先兆。

研究者发现,人心脏

的肌肉质量平均每年减少大约0.3克,而且人的年龄每增长一岁,心脏肌肉从收缩到放松所花的时间也增加了2%至5%。研究人员说,心脏供应血液的实际数量每年减少大约9毫升。

这项研究的负责人之一苏珊·郑说:“我们的结果表明,随着人的年龄增加,心脏的功能也将退化。”这让人们对发生心脏病的风险有了更深入的了解。

据新华网

日本造出人造子宫 体外生育将成现实

据《大众科学》11月5日报道,一种培育胚胎的装置可能使体外生育成为现实——日本研究人员指出,他们研制了一种宽2毫米、高0.5毫米的塑料芯片似的孵育器,类似于人体子宫,可以像真子宫一样培育早期胚胎。这个“人造子宫”可快速使晶胚生长,使更大、生长速度更快的晶胚在母体子宫内存活概率增大。不过,这种方法至少要5年以后才能在临床上使用。

据搜狐网

地球大气中二氧化碳增速加快

新一期美国《国家科学院学报》发表的一项研究成果显示,地球大气中的二氧化碳增长速度比预计要快,而自然界吸收二氧化碳的能力在减弱。

参与研究的英国南极局的科学家在报告中说,2000年以来,大气中二氧化碳的增长速度比预计快35%,其中一半原因是由于人类对燃料的低效使用导致二氧化碳排放量不断增多,另一半原因是由于森林和海洋吸收二氧化碳能力减弱。

气候学家佩普·卡纳德利说,50年前每排放1吨二氧化碳约有600千克会被自然界吸收,2006年这一数字变成了550千克,并且还在继续减少。这项研究报告的大部分作者来自联合国政府间气候变化专门委员会,该机构刚刚因为在控制气候变化方面的努力而获得诺贝尔和平奖。

据新华网

多做点家务能有效减肥

据英国《每日邮报》11月5日报道,英国埃克塞特大学体育及运动医学教师奥多诺万带领的研究小组发现,人们每年打扫房间所走的路程超过35公里,这足够穿越英吉利海峡或环绕标准奥运会田径赛道89圈。

一些数据也许会让家庭主妇更加欣喜。如果人们通过做家务保持房屋整齐洁净,全年所消耗热量分别等同于603杯葡萄酒、192

块巧克力、369罐碳酸饮料、146个干酪汉堡包或394包薯片的卡路里含量。

研究人员对3000名英国居民进行抽样调查得出结论:相比于每周在体育馆锻炼一小时,家务劳动更加有效。奥多诺万说:“为防止体重增加,大多数成年人每天需通过锻炼消耗约400卡路里,这相当于做2小时清扫或吸尘拖地82分钟。”

摘自《新民晚报》

英研究人员提醒 慎用合成叶酸

英国食品研究所研究人员日前提醒人们慎用合成叶酸,因为未被吸收的合成叶酸如果进入血液,可能会引起一系列健康问题。

研究人员在最新出版的《英国营养学杂志》上发表论文说,研究发现绿叶蔬菜等含有的天然叶酸在人的肠道中被吸收,而合成叶酸是在肝脏内被吸收的。肝

脏吸收合成叶酸的量有限,未被吸收的过量合成叶酸会进入血液,有可能引起白血病、关节炎等疾病。

研究人员说,合成叶酸还会增加接受试管受孕的妇女怀多胞胎的可能性,这对孕妇和胎儿都有危险。未被吸收的合成叶酸对人体可能造成的有害影响需要20年才能完全显现出来。

据新华网

图知天下



德国教堂成全球最斜建筑

世界上最著名的比萨斜塔作为世上最斜的建筑纪录已被打破,它就是德国一座乡村教堂斜塔。这座位于德国北部Suurhusen的教堂尖塔已被正式列入吉尼斯纪录世界大全,成为全球倾斜度最大的建筑。它的倾斜角度为5.07度,而比萨斜塔仅有3.97度。

这座教堂建于13世纪中期,但高90英尺(约27.43米)的尖塔是在1450年加建的。尖塔由橡木建筑而成,而橡木结构与潮湿的地基使这座尖塔渐渐偏向一边。

据红网

改变世界的小发明 中国算盘居首位

英国《独立报》日前评选出101款改变世界的小发明,排在第一位的是有近2000年历史的中国算盘。以下是排行榜上的十大小发明与发明时间。

- 1.公元190年发明的算盘。
- 2.约公元前700年的阿基米德式螺旋抽水机。
- 3.1899年的阿司匹林。
- 4.1977年发明的雅达利2600游戏主机。
- 5.1873年发明的带刺铁丝网。
- 6.1973年的条形码。
- 7.1800年的电池。
- 8.1861年的自行车。
- 9.1938年的圆珠笔。
- 10.1999年的黑莓移动邮件系统。

摘自《科学时报》

5种道歉语言 效果最好

你是否发现道歉很难?这是什么原因呢?美国心理学家盖瑞·查普曼发现,造成这种结果的原因就在于,每个人都有着各自不同的情感语言。在他与詹妮弗·托马斯合著的《道歉的五种语言》中,以鲜活的案例详细阐释了道歉的5种语言。

- 一、表达歉意。在你说“对不起”时,并不指望对方说“没关系”。
- 二、承认过错。“我错了”,有时我们需要相互认错,彼此道歉。
- 三、弥补过失。在说“对不起”、“我错了”之后还要加上“我能做些什么来补偿”。
- 四、真诚悔改。“我会努力不再做这样的事”,并制定改变计划,一步步实现。
- 五、请求饶恕。当然,主动权在对方手中,你可能遭到拒绝。

摘自《北京科技报》

受教育程度低 易患老年痴呆

北欧研究人员对1400多名芬兰成年人进行20多年的跟踪调查后发现,受教育的时间越长,患各种痴呆病症的危险越小。这些发现支持了此前人们认为的教育程度与痴呆危险有关的证据。

研究人员发现,与上学不到5年的人相比,上过6年至8年学的人出现痴呆病症的可能性要小43%。受过9年以上教育的人患痴呆病的危险要小84%。

摘自《参考消息》



触感机器人一碰就会笑

对于研发机器人的科学家来说,触觉是一个非常重要的指标。

美国加州大学的莫维兰是研究触感机器人的负责人,他表示:“我们设置了一种简单的程序,当孩子碰到这个机器人时,它就会发出笑声。这改变了一切。”

据报道,研究人员为这个机器人取名为QRIO。他们将QRIO带到一个幼儿园教室里,里面都是18个月至24个月大的孩子。

研究人员让QRIO表演了各种动作,比如转动脑袋、跳舞和哈哈大笑等。孩子们起初会用手去碰机器人的脸。在熟悉一些后,他们就会经常去摸机器人的手掌和手臂,就像对待其他同龄人一样。

摘自《广州日报》



美容保健

商都招商网同步发布 www.zhaoshangcn.com

广告服务热线: 66296631 66296632
传真: 66296631 QQ: 492319088
Email: zykjgg@126.com

诚聘

本栏目因业务发展需要,现诚聘:
广告业务精英 3名
另: 诚招自由广告人加盟
待遇: 800+提成
电话: 66296631 13523593423

脚垫 鸡眼

脚垫、鸡眼难看难受,手术腐蚀痛苦不堪。 苗清是华西医科大学研制,国内首创,生物涂膜技术。清除老化角质,促进组织再生,不腐蚀、不怕水、不包裹。每天一次,轻松除茧。
咨询电话: 0371-65239150 市内免费送货
经销地址: 郑州市东大街大药房(市一分院东100米路北)

专家整形 河南省公安医院整形科

陈言汤教授: 河南整形界学科带头人,河南省整形美容医师协会会长,原郑州大学一附院整形外科主任,四十多年整形外科经验亲自主持河南公安医院整形外科,让你亲身感受权威专家一流诊疗水平,从此选择美丽新生!
经典整形项目: 面颈部整形、眼耳鼻整形再造、乳房下垂、乳头乳晕整形、唇裂整形修复、烧伤后整形瘢痕综合治疗、先天性缺换和畸形、创伤缺损和畸形、烧伤缺损和畸形、肿瘤术后整形、男性整形、女性整形、处女膜修补 专修失败整形美容手术
经典医疗美容: 韩式双眼皮、隆鼻、无痕祛眼袋、微创丰胸、抽脂、阴道紧缩、外阴整形、微创小切口面部除皱、生物除皱、无痕瘦脸、口唇整形、隆太阳穴、隆下颌

咨询电话: 66379299 68687327 最新电波拉皮祛皱仪使您的肌肤更加年轻、亮丽,特价优惠!
地址: 郑州市顺河路7号(城东路与顺河路交叉口向东60米路南)

付氏女子养发育发馆

天然植物 养发育发 止脱生发 白发变黑

所有初次来店顾客,可免费享受三次养发或育发护理

纬一路总店: 0371-65906210 丰产路店: 0371-63914226 俭学街店: 0371-63811703 未来花园店: 0371-65815637
互助路店: 0371-67938288 东明路店: 0371-65708692 东里路店: 0371-66252956 康宁中街店: 0371-66981179
兴华北街店: 0371-67778767 汝河路店: 0371-68889521 曹田路店: 0371-63792893 曼苑名家店: 0371-65823801
顺河路分店: 0371-66313988 豫冠路店: 0371-67669393 索阳万山路店: 0371-68153388

加鼎热线: 13203818183 13333813789
全国连锁 诚招加盟 www.zfushi.com(养发育发) E-mail: yangfayufa@163.com