

新锐看点

女性互倒苦水,可能越倒越苦

近日,心理学家通过研究发现,女性朋友之间苦水倒得过多的话,对于解决问题不但无益,反而有害,甚至会导致焦虑和抑郁等情绪问题的产生。美国密苏里州大学的研究人员用“共同反刍”形容过分沉迷和讨论同一个问题的行为。心理学家表示,这种行为在女性特别是年轻女孩当中非常普遍,她们经常聚在一起讨论“为什么他不打电话来?”“我该和他分手吗?”之类的情感问题。

密苏里州大学心理学副教授阿曼达·罗斯指出,“共同反刍”与“分享”在本质上截然不同,后者能促进正面的情绪和健康的友谊。女性原本就比男性容易抑郁和焦虑,而“共同反刍”会将女性困在负面的思维模式中无法自拔。据报道,目前,有关“共同反刍”的研究仅停留在其在短期内造成的负面效应上。 《广州日报》

生命健康

趁热吃最伤肠胃

“趁热吃”一向是中国人待客的客套话。不过,近日,台湾省癌症临床研究发展基金会的一项报告指出,吃得过冷过热都会有损肠道和身体机能,平时多吃和体温相近的食物,可以延缓肠胃老化,助人延年益寿。人的食道壁由黏膜组成,非常娇嫩,只能耐受50℃~60℃的食物,超过这个温度,食道黏膜就会被烫伤。过烫的食物温度在70℃~80℃,很容易烫伤食道壁。如果经常吃烫的食物,黏膜损伤尚未修复又受到烫伤,可形成浅表溃疡。反复烫伤、修复,就会引起黏膜质的变化,进一步发展变成肿瘤。因此,用嘴唇感觉有一点温,不烫口,就是最合适的温度。 《生命时报》

中年男性应多喝柠檬水

据美国健康日网站报道,美国芝加哥洛约拉大学一项新研究发现,为降低肾结石风险,男人40岁后应多喝柠檬水,少喝凉茶水。芝加哥洛约拉大学医学院泌尿学系约翰·米尔纳表示,草酸盐是肾结石形成的主要化学物质,它在放凉了的茶水中浓度较高,所以肾结石高危人群不应喝凉茶水。柠檬水或柠檬汁就成了最好的选择,因为柠檬所含的柠檬酸盐可以抑制肾结石的形成。不过,柠檬水最好是新鲜柠檬榨成,尽量不要选择人工的柠檬粉冲调。由于男性患肾结石的危险是女性的4倍,而且40岁之后这种风险直线上升,所以专家建议,中年男性应特别注意。 光明网

男性不吃早餐容易发脾气

最新研究显示,男性不吃早餐,容易发脾气,记忆力也会变差。德国乌尔姆大学的穆勒博士,在美国医学杂志《儿科》9月号上发表文章称,不吃早餐,男性情绪和视觉空间记忆变差,女性却没有这种明显变化。为了检验吃早餐对学生的影响,穆勒的研究小组观察了104名13~20岁的学生。半数学生吃统一标准的早餐,半数不吃早餐,随后两组学生进行一些认知和情绪测试。一周后,吃早餐的一组不再吃早餐并进行测试,而没吃早餐的一组开始吃早餐并测试。穆勒博士说,是否吃早餐对学生保持注意力集中影响不大,但男生说,吃早餐后他们情绪更好,记性更好;而不吃早餐时记性不好,脾气也变坏了。 《青年参考》

吃素容易导致脑萎缩

科学家最新发现,吃素可能对大脑不利,那些不吃肉的人患脑萎缩的概率是吃肉的人的6倍。吃素的人最有可能出现维生素B12摄入不足,因为维生素的最佳来源是肉类,肝、牛奶和鱼类中维生素B12含量丰富。维生素B12缺乏还可能导致贫血和神经系统炎症,而能够给素食者提供营养的理想食品并不多。《印度时报》9月16日报道,吃素和大脑萎缩之间的这种联系是牛津大学的科学家发现的,他们使用记忆测试、体检和大脑扫描检测了61岁到87岁的107人。5年后,再次对这些志愿者进行检查后,科学家发现,维生素B12水平低的人最可能患上脑萎缩。这项研究也证实了大脑萎缩和维生素B12确实存在关系。 《北京晚报》

家有5岁以下孩子,大扫除不能太频繁

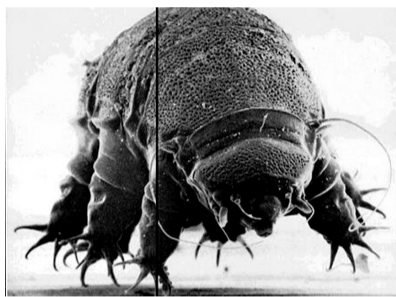
一些家长认为,给孩子一个干净的环境有助于孩子健康,于是,就时不时地给家里进行大扫除。然而,美国研究人员提醒说,如果家中有5岁以下的孩子,大扫除就不能太频繁。美国一研究中心对美国748个家庭作的一项调查表明,在经常大扫除的家庭中,孩子患腹痛、腹泻等肠道疾病的风险比其他家庭高出38%。这是因为,在大扫除中难免要洗洗涮涮,一般在擦完一件物品后,不清洗抹布就会擦第二件,直到把该擦的东西都擦完才会彻底清洗一遍。而这时,抹布上就会聚集大肠杆菌、沙门氏菌等各种细菌。在调查中,一个家庭主妇使用的抹布上藏有高达上百万个细菌。而抹布所经之处,如沙发、床头等,也是最“危险”的地方,特别是两岁以下的孩子,总喜欢在这里爬来爬去,实验表明,这一时期的孩子伸手入口的频率达到每小时80次以上,这就意味着孩子很容易受到任何一种细菌的感染。因此,有孩子的家庭,建议2到3周做一次深度清洁;像桌子、床头等孩子最容易接触到的地方,应该用消毒后的抹布清洁。 《生活日报》



先锋图库

可移动的未来城市

总部位于北京的MAD马岩松建筑事务所的设计师提出一个令人难以置信的未来城市新概念。这种被称做“超级明星”的未来城市完全可以自给自足,它通过循环利用所有垃圾,产生所需的所有能量和食品。“超级明星”可容纳1.5万人,还能在全球移动,它每到达一座城市,都会与那里的人交流中国文化。它的第一个目的地将是罗马郊区。 新浪网



能在太空生活的动物

《美国科学报》9月8日报道,近日,欧洲科学家发现了一种可以在太空真空环境中生存的动物——缓步类,也被称做水熊。这是人类迄今为止发现的唯一一种可以在双重严酷条件下存活的动物。人类、大猩猩和犬类都能在太空生存,但仅仅是几分钟。缓步类动物体形很小,在显微镜下才可以看到,幼虫的身体只有0.5毫米长,成熟后也只有1.5毫米。《重庆晚报》

科普生活

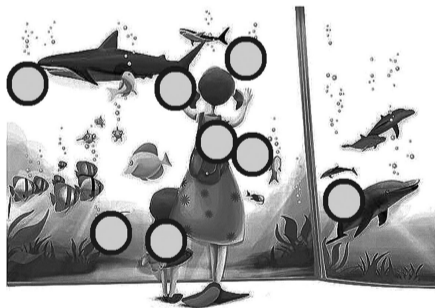
父母外貌影响子女择偶

父母的外貌和性格会在长时期内影响子女对配偶的选择,这就是弗洛伊德有关俄狄浦斯情结的理论。现在一个来自匈牙利佩奇大学的研究小组对此深表赞同。佩奇大学普通心理学系主任陶马什·拜赖茨凯伊带领研究人员进行了研究。他们收集了很多人的照片进行了测试。在测试过程中,志愿者需要将相似的面容配对。志愿者并不知道照片上人们的亲缘关系,但在多数情况下能将一对夫妻和配偶的父母联系起来。拜赖茨凯伊认为,子女在幼年时期将父母的形象“刻画”在脑中,长大成人后以此标准来选择配偶。但拜赖茨凯伊也表示,这并不意味着男性认为和母亲相似的面孔就更加美丽,“选择配偶是一个复杂的过程,也与智商和性格等有关。” 新华网

儿童上魔术课有助提升自信

英国《每日邮报》9月12日报道,英国赫特福德郡大学心理学家、前专业魔术师理查德·怀斯曼教授等人开展一项魔术课效果研究后,得出儿童上魔术课有助提升自信的结论。怀斯曼等人从赫特福德郡两所小学中选取60名学生,把他们均分成两组。一组学生在一所“魔术学校”上1小时魔术课程;另一组学生上传统的个人健康和社会教育课程。研究人员在课前、课后和课后两周时间分别通过问卷形式对这60名学生展开调查。结果显示,虽然两种课程都提升了孩子的自信心和社交能力,但魔术课远比传统课程有效,而且,自信度最低的害羞孩子从魔术课程中受益最大。研究人员解释说,要想成功上演“戏法”,孩子们必须反复练习,这能提升他们的自律力和注意力。学习如何向同学展示“绝活”的过程中,孩子们的自信度能得到提高。而孩子们必须思考观众将如何观看他们的表演,如何避免露馅,这能让他们换位思考,社交技能得以提升。 新华网

本期《大家来找茬儿》答案



扑克麻将绝技

超级扑克变牌器:可将普通扑克(0.01秒)随意而变,如9变10,J变A,2,3,5变同花顺等,洗牌时,潇洒自然,无论多少人玩牌绝无破绽。变牌后,不多不少无重牌,非常适合玩二张、三张、五张、牌九等玩法。麻将绝技:无论新旧,机洗或手洗麻将,玩几圈可快速洗牌,起手听牌,自摸、暗杠等,推饼、牌九绝技,来九点或一对认牌、变牌等。(仅供娱乐,严禁赌博) 售可控一体麻将机,免遥控,手指触摸,感应控制,单人操作,任坐何方都能得心应手。抓牌、包赢,保自摸批零各种眼镜、透视扑克、麻将、骰子等各种娱乐产品。 电话:0371-61782150 13733870763 王老师 地址:郑州市西大街179号市三中对面

Advertisement for '尚朋堂' (Shangpengtang) induction cookers. It features the brand logo, a product image, and text describing the benefits of their 'dual-core' technology. Contact information for Zhengzhou branches is provided.

Advertisement for 'Totoyou' (通通有) services, including website promotion and customer service contact numbers.

A collection of small advertisements for various services: '写字间·楼' (Office space), '防水治漏' (Waterproofing), '个人征婚' (Personal dating), '房产房介' (Real estate), and '网站建设' (Website construction).