

即日起至7月31日,凡固话尾号、手机尾号、车牌尾号、身份证尾号为61或8的读者,144元订一份全年《郑州晚报》,将可能获得订报款61倍或8倍的大奖和惊喜

创刊·改版季 每年五、六、七
创刊61年 改版8年

郑州晚报
C07
新知

2010年6月25日 星期五 主编 李枚 编辑 崔迎 校对 大利 版式 陈媛媛

先锋图库

摄影爱好者拍到罕见“飞碟云”和“爆炸蘑菇云”



当我们仰望天空时,或许会被某些形状怪异的云朵吓到。比如说“UFO”漂浮在屋顶上空时,人们会以为真的有外星生物即将对地球发动攻击,看到“爆炸蘑菇云”时会认为地球的某个地方发生了核爆炸等。而这些仅仅是云朵在大气运动的作用下形成的奇异外形而已。

居住在英国佩思郡克里夫市的布莱恩·威尔逊和伊莎贝尔夫妇近日拍摄到了这张“飞碟”照片。布莱恩称:“在夕阳的照射下‘飞碟’云朵仍给人以强烈的视觉冲击。”另一张“爆炸蘑菇云”照片由摄影爱好者近期拍摄于希腊米克诺斯岛。 海澜

摄影师抓拍翠鸟父母哺育幼鸟罕见照片



英国摄影师成功抓拍到一组翠鸟巢穴内的罕见照片,为我们展示了翠鸟父母像人类一样辛苦喂养孩子的温馨情景。

照片的拍摄者,摄影师和翠鸟爱好者查理·詹姆斯将拍摄翠鸟作为自己的事业,却一直没能捕捉到翠鸟给幼鸟喂食的镜头。近日他突发奇想,在河边的泥地上挖了一个人工鸟巢,把照相机藏在了鸟巢深处。这幸福一家子的温馨互动被隐藏的照相机忠实记录下来,留下一个个精彩瞬间。 一文

科技新知

亲友间快乐易传染 恐惧通过汗液传染

美国一项研究发现,快乐情绪可以“传染”,尤其在亲属和朋友中间更为明显。快乐传播过程可以持续一段时间、跨越多个交际圈,甚至“波及”与“快乐源头”素不相识者。传播范围和效率可能受距离、社会关系属性等因素影响。这项研究由哈佛大学教授尼古拉斯·克里斯塔基斯和加利福尼亚大学圣迭戈分校教授詹姆斯·福勒共同完成。克里斯塔基斯和福勒发现,快乐情绪能够感染亲友、邻居和室友等人。他们估算,一个人如果感到快乐,朋友和兄弟姐妹感到快乐的可能性分别增加9%和14%,室友和邻居这一可能性分别增加8%和34%。同时,快乐通过人际传播,最多能持续传播1年、影响

3个社会圈子成员。也就是说,一个人的快乐情绪可能感染到“朋友的朋友的朋友”。美国一项研究发现,人在恐惧时产生的汗液会散发一种化学信号。周围其他人会下意识地接收这种信号,从而同样产生恐惧感。研究人员分析,这是因为人在受到惊吓时会散发出一种“信息素”荷尔蒙,它会在不知不觉中诱发脑部相应区域作出连锁反应。不过,大脑的这种连锁反应是否真的会让人感到恐惧仍然存在疑问。但是,这一发现也许可以用来解释那些通常不会恐惧飞行的人会因为周围人害怕,从而也产生恐惧感。 郝健

湿热时不宜用牛奶做早餐

很多白领丽人一早就喝蔬果汁,虽说可以吸收蔬果中直接的营养及清理体内废物,但大家忽略了一个最关键的地方,那就是人的体内永远喜欢温暖的环境,身体温暖,微循环才会正常,氧气、营养及废物等的运送才会顺畅。

所以吃早餐时,千万不要先喝蔬果汁、冰咖啡、冰果汁、冰红茶、绿豆沙、冰牛奶等,短时间内也许您不觉得身体有什么不舒服,事实上长久之后会让您身体日渐衰弱。这是为什么呢?

吃早餐应该吃热食,才能保护胃气。中医学说的胃气,其实是广义的,并不单纯指胃这个器官,其中包含了脾胃的消化吸收能力、后天的免疫力、肌肉的功能等。

因为早晨的时候,夜间的阴气未除,大地温度尚未回升,体内的肌肉、神经及血管

都还呈现收缩的状态,假如这时候你再吃冰冷的食物,必定使体内各个系统更加挛缩,血流更加不顺。也许刚开始吃喝冰冷食物时,你不觉得胃肠有什么不舒服,但日子一久或年龄渐长,你会发现怎么吸收不到食物精华,好像老是吃不结实,或是大便老是稀稀的,或是皮肤越来越差,或是喉咙老是隐隐有痰不清爽,时常感冒,小毛病不断,这就是伤了胃气,伤了身体的抵抗力。

因此早上第一样食物,应该是享用热稀饭、热燕麦片、热羊乳、热豆腐花、热豆浆、芝麻糊、山药粥或广东粥等,然后再配着吃蔬菜、面包、三明治、水果、点心等。

因为牛奶容易生痰、产生过敏,因此喝牛奶较不适合气管、肠胃、皮肤差的人及潮湿气候地区的人。 杨静

健康新知

“苦夏”时的自我保健

炎炎夏日,有些老人常感到烦躁,疲乏无力,食欲减退,甚至头晕、胸闷、恶心等,这些症状,中医讲是“暑伤气”,民间则说是“苦夏”。其实,摆脱“苦夏”的最好方法是自我调理与保健。

心理调节 在炎热的夏季,大约有16%的人会出现情绪和行为异常,特别是中老年人。医学上称之为“夏季情感障碍”,其表现为:情绪烦躁,爱发脾气,心境不佳,行为古怪。现代医学研究表明,其发生与气温、出汗、睡眠时间和饮食不足有密切关系。环境温度超过30℃,日照时间超过12小时,情感障碍发生概率明显增高。古代夏季养生学倡导:“调息静心,常如冰雪在心。”人们常说的心静自然凉是有科学道理的。

饮食调理 夏天天气高,人体消化液分泌减少,胃酸降低,食欲神经受到抑制,饮食营养的调理和水分的补充至关重要。膳食应多样化。专家也指出,从营养学观点出发,煮沸后自然冷却的凉开水最容易透过细胞膜促进新陈代谢,增加血液中血红蛋白含量,促进机体免疫功能。习惯于喝白开水的人,体内脱氢酶活性高,肌肉内乳酸堆积少,不易产生疲劳。此外,夏天喝绿豆汤可以解热毒、止烦渴。茶叶水防癌,荷叶粥、薄荷粥、百合粥、菊花粥等对风热感冒者、高血压患者及患有眼科炎症者均较适宜。另外,一些新鲜凉拌菜,加些蒜泥、姜末、醋及辛辣调味品,既可增进食欲,又能防肠道传染病。

睡眠要充足 夏季昼长夜短,又因燥热,一般睡得晚,因而可用午睡补充。午睡有利健康,有助提高工作效率。研究者发现,午睡可使体内激素分泌平衡,使心肌梗塞等发病率减少30%左右。睡眠的质量,对解除“苦夏”十分重要,劝中老年人注重提高睡眠质量。 楠楠

盗号木马变身游戏外挂 十万玩家遭遇陷阱

瑞星反病毒反木马一周播报: (2010.06.28-2010.07.04)

据瑞星“云安全”系统统计,本周瑞星共截获了63万个挂马网址。瑞星反病毒专家介绍,“云安全”系统收到十余万用户上传网游外挂样本,经过分析发现,近期大量游戏下载站、外挂网站提供的知名网游外挂捆绑了盗号木马病毒。如果玩家习惯使用游戏外挂,那么在游戏时,其账号密码等有价值信息将被木马洗劫一空。

本周关注的被挂马网站: “广州信息港”、“中国护士网”、“上海热线”等网站的部分页面曾被黑客挂马,黑客利用微软IE最新漏洞和服务器不安全设置进行入侵。用户访问这些页面后,可能会感染恶性“后门”。

本周关注病毒: “外挂盗号木马(Trojan.PSW.Win32.GameOnlineX.h1)”警惕程度★★★

病毒主要通过捆绑网络游戏外挂进行传播。用户运行游戏外挂后,病毒自动执行。首先病毒会关闭杀毒软件对系统文件的保护,顺利将与游戏有关的系统文件替换或病毒,当游戏启动后,病毒就会随之运行进行盗号,而且不会被杀毒软件发现。最终此木马会将盗取的游戏账号密码信息上传至黑客服务器。

防范方法: 1.使用“瑞星全能安全软件2010”,有效阻挡通过网页挂马方式传播的病毒;2.安装卡卡上网安全助手6.2自动修复漏洞;3.同时可拨打客服热线400-660-8866咨询,访问客户服务中心网站(http://cscrising.com.cn)寻求帮助,使用在线专家门诊获得即时支持。

Advertisement for moving services (搬家) featuring various companies like 吉祥搬家, 大顺, 利民, 如意, 川页利, 绿城, 平安, 大众搬家, and 金燕. Includes phone numbers and addresses.