

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61倍或8倍的惊喜。咨询电话:67659999

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7月30日 星期五 主编 李枚 编辑 韩娟 校对 大利 版式 陈媛媛

健康新知

多受教育益处多 上大学可减缓老年痴呆

最新的研究发现,努力学习并最终取得大学文凭的人可以减缓痴呆症状的发生。研究者认为,教育为大脑提供一个“保护层”,减缓老年痴呆的发展过程。受教育者出现记忆力减退、意识模糊和情绪波动的年限要比一般人晚得多。过去的研究发现,学习时间每延长一年,患痴呆的风险将降低11%。然而这项新研究指出,教育不能预防痴呆,它只能帮助大脑抵御受到的损伤。

剑桥大学的科研人员检测了872名志愿者的脑部,并详细调查了他们的受教育状况。在这些志愿者死亡时,只有56%的人患上各种形式的痴呆症。不过研究人员发现,受教育时间越长的人,痴呆的发展速度将越慢。
洗雪明

赶快站起来活动吧 久坐不动确易折寿

美国研究人员一项最新研究称,久坐不动易折寿。这项研究是由美国癌症协会等机构研究人员完成的。研究人员对12万多美国人填写的健康问卷调查表进行了分析,然后对被调查对象进行了长达14年的跟踪研究。研究证实久坐不动的人要比经常活动的人更容易折寿。

具体来说,与每天坐3小时的女性相比,每天坐6小时的女性更早死于各种疾病的风险要高37%;而对男性来说,这一风险要高17%。

研究报告主要撰稿人、美国癌症协会流行病学专家帕特尔说,由于久坐不动,人们消耗能量少,易导致体重增加或罹患肥胖症,由此会影响代谢功能,容易引发多种疾病。她进一步解释说,当人们久坐不动时,两腿僵硬的肌肉会促进或抑制各种身体激素的分泌,由此对体内甘油三酯、胆固醇等影响健康的物质含量产生影响。
李永红

科技新知

孤独危害有多大 如同日吸15支烟

负面的情绪。不过作者认为积极的人际关系带来的健康效果会更明显。

美国龙史塔德博士表示,健康专家一般认为吸烟、酗酒和锻炼等生活方式会影响健康。然而这其中还应该加一个“社会关系”因素。即使考虑到性别、初始健康水平、死亡原因等方面,社会交往在影响寿命方面的作用也是显而易见的。龙史塔德博士认为,朋友和家人的关爱助人找到生活的目的,提供一股强大的安慰力量。“生活目的感”会促使人“好好照料自己,少冒风险”。
林子又

想预防眼病 多吃玉米吧

大家都知道,人老后可能出现各种眼病,其实这种眼病可以通过改善饮食予以避免。

美国塔夫斯大学营养和视力研究中心的研究人员,在分析了4000名55-80岁的中老年人的日常饮食和其他数据后发现,定期吃些不易导致血糖升高,且能护眼食物,就能够起到预防老年眼病的作用。这些简单的改变,不仅可以减少医疗费用,还能防止因这些眼疾引发的生活质量下降。

一般来说,预防老年人眼病效果最佳的

营养物质包括:维生素C、维生素E、锌、叶黄素、玉米黄质和欧米伽-3脂肪酸。维生素C可以通过吃新鲜蔬菜水果摄入;维生素E主要存在于绿叶植物中;锌多存在于牡蛎、动物肝脏、花生及肉等食物中;叶黄素又称胡萝卜素,它和玉米黄质多存在于玉米中;欧米伽-3属于人体必需的脂肪酸,体内无法自行合成,需要通过吃鱼肉、鱼油及亚麻油等植物油来摄入。
周周

太阳伞有用吗?其实防晒效果很有限

大街上,经常有人撑着太阳伞抵御紫外线。然而这种做法的防晒伤效果有限。尽管太阳伞能阻挡直接的光线,但是光会发生散射,通过各个方向到达人的皮肤。西班牙巴西利亚大学的研究员马丁内斯-洛萨诺博士在沙滩太阳伞下放了一块紫外线传感器。尽管帆布能有效阻挡直接的光照,但是仍有5%的辐射会到达太阳伞下的传感器。一部分偷偷溜进去的紫外线虽然强度不高,但是仍然能够造成晒伤。
王丽娜

马丁内斯-洛萨诺博士说:“太阳伞并不能够提供完全的防护,只能算作一种辅助的物理防晒设备。涂抹防晒霜也十分必要。”

当然,必要的光照也有其优点,它能为人体补充维生素D。维生素D对于骨骼健康、钙质吸收、预防老年痴呆症均有一定效果。近期的研究同时发现,补充维生素D对前列腺癌的治疗有一定益处。儿童服用维生素D补剂可以预防80%的多发性硬化症。
王丽娜

女孩想知道将来体重如何 看看妈妈就知道

想知道你的女朋友将来变成什么样子吗?看看你的丈母娘就知道了。英国一项最新研究表明,女儿会越长越像母亲,尤其是身材比例方面。英国伦敦大学的研究人员调查了4000多个家庭。结果表明,母女之间的体重联系最紧密。妈妈肥胖,女儿的肥胖概率增加10倍;父亲肥胖,儿子的肥胖概率增加6倍。

斯德哥尔摩国际肥胖会议上研究指出,母亲的体重对孩子影响更大。除了遗传因素,母亲怀孕时的饮食和体重也会对孩子造成影响。
李佳玲

先锋图库

看看未来机器警察啥样



天才艺术家贾米尔·马丁近日设计了一款未来机器警察,这个漂亮的机器人名叫C.R.A.B.,通过它,我们可以展望到未来的警务。它是不是会成为下一代巡警、武装警卫,甚至警察巡逻车的替代者?这种机器会使警务的特性发生彻底改变。它集警车和警员的角色于一身,采用先进的机械人和人工智能技术。现在它只是天才艺术家贾米尔·马丁利用3D软件设计的一个概念,但这是一个卓越的理念。除了概念以外,贾米尔还赋予这个机器人相应的内涵。因此这不只是一个普通作品。看一看这个创新性高质量产品的照片吧,它一定会给你留下非常深刻的印象。
孝文

野生斑马爱上驴 产下罕见斑驴



近日,美国乔治亚州切斯塔提野生动物自然保护区出生了一头罕见的斑驴。这头小斑驴是一匹斑马与一头驴自然杂交而生。

这头小斑驴的4条腿和脸上都带有明显的黑色条纹,可以明显看出它的斑马血统,而它细长的面部和四肢形状又更像是驴子。该保护区负责人介绍说,斑驴的母亲是一头驴,但斑驴的各种本能习性更像斑马。“通常,一头小驴驹会半躺着晒太阳。但是,这头小斑驴却一直保持着站立姿势,而且时时保持高度警惕,防止食肉动物的攻击。因此,它仍然带有许多野性的本能。”

尽管斑马和驴子之间的交配很罕见,但此种情形也并非首次听说。早在2005年,巴巴多斯岛上的一匹斑马也生下了一头小斑驴。在更早的20世纪70年代,欧洲一家动物园的一头母驴曾经产下了3头小斑驴。
彬彬

瑞星反病毒反木马一周播报: 微软 Oday 漏洞遭利用 数十万用户受感染

(20100802 - 20100808)

据瑞星“云安全”系统统计,本周瑞星共截获了40万个挂马网址。瑞星安全工程师介绍,微软曝出的快捷方式Oday漏洞已被黑客利用,一类利用该漏洞传播的Lnk蠕虫病毒正在互联网上疯狂肆虐,截止目前感染该病毒的用户已达数十万人,用户只要插入U盘看到Lnk病毒文件后就会中招,导致电脑无法正常工作,甚至个人信息、账号密码失窃。

本周关注的被挂马网站:

“烟台旅游政务网”、“小刀在线”、“温州网”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:

“Lnk蠕虫病毒”警惕程度★★★★

该病毒利用近期微软曝出的快捷方式漏洞,借助U盘进行疯狂传播。病毒由黑客恶意构造的Lnk文件和一个病毒dll文件两部分构成。当用户打开U盘的时候,不点击任何程序,仅查看该Lnk文件,病毒就会成功运行起来,从而使电脑系统和个人信息受到严重威胁。

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。

郑州最大的医疗药品资讯互动平台; 24小时广告刊登热线:63399000 67655128

胸腔镜微创手术——漏斗胸的最佳治疗

胸腔镜微创技术治疗漏斗胸,即在侧胸壁上打2个(≈1cm)小孔,不切断胸骨和肋骨。手术适应年龄范围在3岁到40岁间不等的漏斗胸患者,以及采用传统手术治疗失败患者,是目前最好的微创漏斗胸治疗矫正方法。

漏斗胸的最佳矫正时机是在2到14岁,胸腔镜下两孔手术治疗漏斗胸充分的体现了它“微创”的特色:手术创伤小、术后疼痛轻、术后恢复快、手术费用低、不用输血、并发症极低等。暑期特别优惠进行中,国内超低价。同时微创治疗各种类型心脏病。

张建卿 主任医师,博士,硕士研究生导师。其微创手术经胸腔镜微创及双瓣置入术,包括小切口及胸腔镜小切口,非体外循环下全腔肺动脉连接术等技术处于国内领先水平。专长:心脏移植,各种微创小切口心脏外科手术,终末期心脏病外科综合治疗及血管病变的治疗、冠脉搭桥、主动脉疾病、大动脉转位、主动脉炎、颈动脉狭窄的治疗等。动脉疾病及各种血管病变的治疗等。完全胸腔镜下心脏手术。

专家热线: 65662511 13598077265

老年人医疗生活护理的好去处

郑州市第二按摩医院(郑州市老年病护理医院)是政府投资的一家集医疗、护理、康复、临终关爱为一体的公益医疗机构,已开展老年关爱护理十二年,长期收治子女无暇照顾、生活不能自理或半自理、因病致残、长期卧床的老年病人,医院的医生、护士、护工24小时为老年人提供医疗护理、生活护理、康复等全方位关爱服务。

医院地址:郑州市工人路31号(工人路与伊河路交叉口,嵩山饭店西50米)
咨询电话: 67713680 67713611 67449669

特价矫正镶牙

(豫)医广[2010]第06-29-224号
(7月10号-8月10号止)
省市医保 定点单位

1精镶西德烤瓷牙原200元/颗 现价150元/颗	7全口瓷牙原400元/口 现价300元/口
2精镶钛合金烤瓷牙原400元/颗 现价260元/颗	8快速矫正畸形牙原1000元/单颌 现价500元/单颌
3精镶钛普通固定牙原50元/颗 现价30元/颗	9全口树脂牙原360元/口 现价260元/口
4精镶进口固定牙原100元/颗 现价60元/颗	10超声波洗牙原80元/口 现价40元/口
5生物烤瓷牙原800元/颗 现价400元/颗	
6进口活动牙原80元/颗 现价40元/颗	

诚聘 口腔医师
电话:0371-67877433

地址:郑州市伏牛路61号郑州市康复医院二樓口腔科乘102、103、52、83路车到伏牛路颍河路口站下车路东即到

轻松一抹 痔疮常年不犯

一夜智乐是美国联邦科学院的李建功院士,历经7年研发的新一代痔疮药。它独有的“限泥粉末”可以将痔疮的毒根吸出,并把它其它痔疮药无法排出的血水、垃圾,顺利运出体外。在医学上有三大突破:一抖、一吸、一留。一抖,瞬间抖开痔核里的静脉血管团;一吸,迅速吸出痔核中的血垃圾;一留,疗效成分留在体内,让痔疮终身不再犯。国家新药一夜智乐,吸出痔根,排出痔核。

电话: 66600062 陕卫消宣字(2009)第0057号
地址:同禧堂大药房(市第五人民医院对面)