

地球上哪个地方能看到最多的星星？



市民张先生问:现在城市的环境越来越差,晚上有时望着天空星星只有寥寥几颗,那么现在地球上哪个地方能看到最多的星星呢?

网友“smile”回答:能看到星星最多的地方是赤道,在北半球不可能把南部天空看全。因此,距中国最近的赤道城市是印度尼西亚的隆吉兰。如果你不能出国去看星星,在中国最靠近赤道的地方是南海的曾母暗沙;如果你不能去南海,可以去海南三亚,这是在中国能看到星星最多的城市。当然你不应该在热闹的市场看星星,要到郊区去找一个不受灯光干扰视野开阔的地方。

网友“随风影舞”回答:

星星其实都差不多的,但要是追求看到星星多,应该去乡下或者野外,因为在城市里,地面晚上灯光很足,严重增加你观察星星的难度,还有城市一般灰尘雾气也很多,也影响观看星星,所以最好是去乡下或者野外,选择那些干净,雾气少,干扰光源少的地方随风影。

网友“叶一”回答:可以从天文台的选择看出来。选择位置主要是跟天气跟地理有关,一般会建在高海拔,少云,降雨量少的地方,方便观察。跟纬度的关系最重要的应该体现在观察范围,南北半球能看到的天空是不一样的,而相对来说南半球的天文望远镜比北半球少多了。

为什么睡觉的时候会突然抖一下身子呢？是正常生理现象吗？



网友“思思”问:为什么我睡觉的时候身体会突然抖一下?而且经常这样,有时候抖的动作幅度大还会把自己吓醒。有的时候是快要睡着时抽了一下。

市民李先生回答:我认为这是正常的生理现象,不用担心。我们四肢主要是受大脑皮层的控制,当进入睡眠状态时,大脑皮层就会抑制四肢肌肉的活动,但是这个时候肌肉神经会有一些自发的运动,加上睡眠状态时,人体内的血液循环较慢,小小的肌肉神经运动会表现得更加明显。睡觉状态下忽然的抖动是神经系统发现你忽然陷入睡眠,很久没有活动,它以为你死了,所以它就动动想试试你死了没有。在入睡时,大部分人

可能会不由自主地“抖动”一下,这种现象称为“入睡抽动”,是一种不受意志控制的全身肌肉性抽搐。

正常人一天内可能会感觉到一至两次入睡抽动,而更多的不强烈的抽动不会被睡梦中的我们觉察到。压力过大或者睡眠不规律会导致更多入睡抽动的发生,但是作为一种无害的正常生理现象,多抽动几次也问题不大。但是如果是持续每二十到四十秒抽动一次的话,就不再是入睡抽动,而是一种叫做周期性肢体运动紊乱的睡眠障碍了。

网友“阿干”回答:入睡迅速并且睡的很深,大脑告诉身体自己还活着,并没有死。跟人冷的时候肌肉会自动发抖来产生热量保持体温是一个道理。

这些问题瞧瞧小伙伴们怎么答

地球上哪个地方能看到最多的星星？

减肥时经常被人提及的『午后不食』真的有道理吗？

减肥时经常被人提及的“午后不食”真的 有道理吗？

市民娄女士问:女生最怕问到体重,一入冬我的体重就直线上升,也听身边的许多朋友讲减肥最好的方法就是不吃或少吃,最近一段时间基本上吃过午饭晚上的那一顿能不吃就不吃,但不知道这个方法到底有道理没有?

网友“黄圣乐”回答:我猜最重要还是基因的问题吧,对食物的吸收能力应该是在根本上影响一个人的体重变化。我感觉其实只要减少食量,比做什么运动都好,这也是这群人能成功减肥的原因。当然这样的减肥很容易反弹,一段时间的克制之后就受不了食物的诱惑,或者生活的压力让他们重新选择了吃东西来减压的习惯。

所以我想对减肥的人说一句话,就是:你们都有潜力变苗条,但一个好的饮食习惯必须先养成,有人说一个习惯30天养成,那么我希望你们坚持一个好的饮食习惯30天。

在百度知道中网友“闯档05p 蔚”回答:首先要明确一点,进食前和进食后身体的代谢率是不一样的,进食后身体基础代谢率会提高,这就是吃完东西后身体变暖的原因。饥饿时身体会自动降低代谢率以减少能量消耗。

如果保持运动量不变,食量不变,分成多次摄入,即少吃多餐是可以减肥的。因为身体时刻保持在高代谢率的状态。但随着身体慢慢变瘦,维持一天活动所需要的能量也会逐渐减少,所以让食量呈阶梯状慢慢减小,如每隔半个月让饭量减小一点,体重就会持续减少。而



且过了一段时间你会发现你的胃口没有以前那么大了,很容易吃饱。

这种减肥方法速度不快,要几个月才能看出效果,因为我们一直在缓慢的调节代谢,从而让身体消耗的总能量不至于一下子降低到让你不适的程度。好处是体重减少后只要控制好胃口,不把胃再次撑到从前的大小,体重就不会增加,因为吃掉的很快就代谢完了。

过午不食法减肥迅速,有效,但难以保持,身体习惯了过午不食的代谢方式,如果突然恢复晚餐肯定会变胖。而且如果你晚上有脑力(如学生)或体力活动时 would 感到力不从心,因为代谢率低,没有多余的能量供应其他的活动。亲身实践过过午不食法,晚上血糖过低,自习时很难集中注意力,且记忆效果不好。

如果晚上的活动很轻松,你可以尝试这种方法。如果能忍得住午饭到睡觉这段时间不吃东西,你的体重会保持在让你满意的数字上。

睡前不要吃东西,吃了代谢不掉自然长胖。最后:胃不好的童鞋不要尝试饥饿时间过长的减肥方法。

·开水烫伤了抹牙膏有用吗？



市民王先生问:小的时候烫伤手奶奶总是用酱油或牙膏抹抹就行了,这种方式真的对吗?

网友“蓝色月光”回答:我认为烫伤发生后,用牙膏来涂抹这种做法是不科学的,对于一度及浅二度烫伤来说,由于只伤及表皮,出现红、肿、痛现象或起水泡,涂抹牙膏可以起到一定的

收敛和消炎作用,但对于伤及真皮层的深二度及三度烫伤就没有意义了。而且,由于伤口的热气受到牙膏等物质的遮盖,只得往皮下组织深部扩散,还可能造成更深一层的烫伤。

遇烫伤后最佳的急救方式是冷水冲淋,其他不科学的方法反而会使伤情更严重。

烫伤后创面由于受损,其屏蔽的能力也会同步下降,假如用面粉、盐等刺激,会增加感染的几率;同时,常见的酱油、醋、牙膏等也不是急救材料,用它们会增加伤口清创的难度,而且会影响医生对伤情的判定。我觉得如果的烫伤应急时就医最好。

参与方式

- 1.拨打《郑州晚报》热线电话 96678,通过电话传递你的问题。
- 2.将问题或答案直接发送邮件至邮箱(niwenwoda1949@163.com),请标清楚是哪一个问题的答案。