

通宵上班更容易得癌

世卫报告称,这可能是由生物钟打乱影响抗癌物分泌所致

如同紫外线、汽车尾气、吸烟等,通宵上班隐藏着使人患癌症的潜在风险。美联社11月29日报道,世界卫生组织下属国际癌症研究机构下月将把通宵夜班列入“可能致癌因素”。

通宵夜班工发病率

据美联社报道,总部设在法国里昂的国际癌症研究机构下月将把通宵夜班列为“可能致癌因素”。

国际癌症研究机构采纳这一说法是因为研究显示,通宵上班的女性和男性中,乳腺癌和前列腺癌的发病率高于日常上班人群。

报道说,相对较高的癌症发病率并不能证明通宵上班“引发”癌症,但科学家怀疑,通宵上班存在健康风险,因为它打乱了人体生物钟,而人体内能抑制肿瘤产生的褪黑激素一般在夜间分泌。

美联社说,现阶段,上述研究的对象主要是经常需要上夜班的护士和空乘人员,为确认或推翻这一发现,需要针对更广泛夜班人群的研究。鉴于这一发现尚有存疑,国际癌症研究机构用“可能致癌因素”的标签,以示谨慎。

20%的工作者主要上夜班

报道说,如果这一因果关系得到确认,全世界范围将有数以百万计的人群受到影响。专家推算,在发达国家



昼伏夜出,健康大忌

中,大约有20%的工作者主要上夜班。

美国康涅狄格大学健康中心癌症流行病学专家理查德·史蒂文斯是最早关注通宵夜班与癌症关系的科学家之一。1987年,史蒂文斯发表一篇论文,认为夜间的光线与乳腺癌发病有关联。

此前,史蒂文斯注意到,上世纪30年代以来,在工业化社会,乳腺癌的发病率突然飙升。那个时代,夜班工作被视为工业发展的标志之一。

史蒂文斯的这一推断当时令大多数科学家感到不可思议。而近些年来,一些研究发现,常年上夜班的女性确实更容易患上乳腺癌。动物实验也显示,日夜颠倒使动物更容易出现肿瘤,更容易早死。一

些研究还显示,通宵上夜班的男性群体中,前列腺癌的发病率相对较高。

国际癌症研究机构关于夜班与癌症的分析报告将发表在12月号的《柳叶刀肿瘤》杂志上。

交替上白班夜班更糟糕

国际癌症研究机构致病物分类部门负责人文森特·科利亚诺说,有足够样本显示,夜班人群的癌症发病在增加,但我们不能排除其他可能(致癌)因素”。

科学家相信,褪黑激素水平过低会增加癌症发病风险。而对于夜班人群来说,灯光会抑制褪黑激素分泌。褪黑激素可以从体外补充,但专家并不建议长期这么做,

因为这有可能损害人体的自然分泌能力。

夜班人群的睡眠障碍是癌症风险增高的另一可能因素。睡眠不足将使人体免疫系统更容易受到侵害,抗击潜在癌细胞的能力下降。此外,生物钟紊乱还会影响细胞分裂、脱氧核糖核酸(DNA)修复等人体必要机能。比通宵夜班更糟糕的是交替上白班夜班。美国国家癌症研究所的阿伦·布莱尔说:“问题是如何调整你的生物钟。如果你一直上夜班,反而比经常倒班要少点(生物钟)紊乱。”

在足够黑暗的房间睡觉

癌症流行病学专家史蒂文斯说,除了夜班人群,那些经常昼夜颠倒的人群,如长途旅行者、失眠者,面临同样的风险。

史蒂文斯建议,夜班人群下班后应该在足够黑暗的房间睡觉,对你的身体来说,黑与亮的平衡非常重要,应该在黑暗中睡觉。”

美联社说,科学家们正在探索减少夜班人群患癌风险的方法。一些公司正在尝试不同灯光,以找到不影响褪黑激素分泌的灯光类型。

迄今,对褪黑激素分泌影响最小的是红色灯光,不过,恐怕很少有人愿意在这种灯光下工作。

冯武勇(新华社供本报特稿)

宜家创办人开旧车,“股神”巴菲特住50年老屋 世界顶级富豪不少“大抠门”



“股神”巴菲特

据美国广播公司(ABC)报道,在一般人心目中,身价上亿美元的世界顶级富豪们一定喝着陈酿名酒,住着宫殿般的房子,购物必进奢华名店,出行必坐私人飞机。然而最新一期的美国《福布斯》杂志却选出一批“抠门富豪”,他们生活节俭、处事低调,开旧车住旧屋,有的甚至骑单车上班,自己动手理发。

富豪骑车上上班自己理发

以开修车厂起家的美国电信富豪约翰·高德威尔虽然目前财产净值高达22亿美元,却每天骑脚踏车14英里上班。由于认为到理发店是浪费时间,他宁愿自己理发,并且经常在中等价位的英资玛莎百货公司购买衣服。

高德威尔告诉《福布斯》杂志:“我不需要名牌时装。昂贵的葡萄酒也是浪费。我并不需要用花钱来支撑自尊。”当然高德威尔也有自己

钟爱的东西,他有两辆名车,一辆法拉利和一辆宾利,因为这是他的兴趣所在。

印度“盖茨”纸盘盛食物

沃尔玛超市创办人萨姆·沃尔顿最小的儿子吉姆·沃尔顿坐拥164亿美元资产,却喜欢小卡车而非跑车,平常开的是用了15年的道奇皮卡车。瑞典宜家家居公司创办人英瓦尔·坎普拉德白手起家,创造了330亿美元家产,开的却是一辆车龄15年的老爷车,搭机只坐经济舱,吃饭常在普通小餐馆。

印度软件巨擘Wipro董事长、人称“印度比尔·盖茨”的阿兹姆·普兰吉拥有171亿美元资产,出门只开丰田花冠,出远门时只坐经济舱,下榻于公司宾馆而非五星级饭店。在他儿子的婚宴上,他甚至“小气”到只用纸盘盛食物招待亲友。

“股神”老屋一住50年

无论做生意还是慈善



沃尔玛创办人的儿子吉姆



宜家创办人英瓦尔·坎普拉德

捐款,身价高达570亿美元的投资大师、“股神”沃伦·巴菲特出手决不手软,但他却从没有一般人飞黄腾达后挥霍挥霍的习惯。传媒镜头下的巴菲特开着2006年的凯迪拉克DTS,住在大约50前3.15万美元买下的老房子里。邻居们经常看到他亲自将一箱箱可口可乐搬回家中,生活甚至比不少美国中产人士更平淡更节俭。

美国斯坦福大学教授戴维·契利顿因把Google创办人拉里·佩吉和谢尔盖·布林介绍给风险投资者,从而赚到价值逾亿美元的Google股票。然而,他却常在住处附近骑脚踏车,驾驶老旧的福特厢型车或本田轿车。而在穿着上,他平时只喜欢穿牛仔裤,从不追求名牌衣服。就连喝茶的茶包,他也是在重复使用后才扔掉,为了省时省钱,他还经常自己理发。

综合

怪人:一人长有5个肾

每个人通常只有2个肾,但新西兰一名男子却长了5个肾,而且它们都在正常独立工作,并没给这位“五肾人”带来什么负担。

该男子名叫彼利汉姆·诺德斯洛姆,现年28岁,是一名法律系学生。上周,他因为一个肾脏感染而来卡托托医院进行检查。医生为他进行了X光扫描,但结果却令医生感到难以置信——他的身体一侧长着一个相连的双重肾,另一侧则是一个相连的三重肾,看起来就像是5个肾。

这种“双侧重复肾”的情况在医学上也曾有先例,但诺德斯洛姆的罕见和独特之处在于,他的5个肾脏各有一条输尿管与膀胱相连,相当于都在起作用,也可以说,他的5个肾是名副其实的。

诺德斯洛姆表示,尽管他的肾脏数目惊人,但是在过去的27年多时间里,他从没感觉到有任何异样。医生将为他再次进行核磁共振成像扫描,以便作出最终判断。泌尿学专家认为,从诺德斯洛姆的情况来看,他的健康不会受影响。

诺德斯洛姆的妻子雷安娜



“五肾人”和妻女在一起

说,她的丈夫没有捐赠任何多余肾的打算。他非常健康,但是他不会考虑捐赠问题,也没有人要求他这么做。医生说,任何手术都会出现并发症。”

“双侧重复肾”的病例此前多有报道,在中国、也门、拉脱维亚、塞尔维亚和欧洲都发现过“多肾人”,但这些患者最多只有4个肾,而且并非每个肾都能“分配”到一条输尿管,有的还出现了肾结石症状。

“双侧重复肾”的发生概率约为5/10万,如果没有明显症状很难被发现。

康娟 中国日报

怪病:脚心着地就跌倒

英国西约克郡格拉斯·休顿市6岁女童艾米莉·贝特患有一种医生至今无法诊断的罕见怪病,艾米莉从出生以来就无法正常走路,因为她的脚心只要一着地,人就会虚脱摔倒。不过让医生深感惊讶的是,艾米莉后来却学会了踮着脚尖走路,就像演员在跳芭蕾舞一样。不过,由于靠脚趾走路非常劳累,艾米莉每次最多只能踮着脚尖走上10分钟的路,其他时候只能坐在轮椅中被推着走。

据35岁的父亲戴斯和32岁的母亲莉安称,当艾米莉还是个婴儿时,她就无法正常坐直或爬行,更不用说站立了。

尽管医生对艾米莉进行了大量的医学测试,但他们却压根弄不清楚艾米莉为何无法用脚心站立走路的原因。艾米莉接受了一系列的测试,包括大脑核磁共振成像扫描或腰椎穿刺,但医生始终无法查出艾米莉的怪病起因。母亲莉安说:“没有一名医生知道艾米莉身上到底出了什么毛病,他们怀疑艾米莉的大脑神经连接有问题。她能静静地靠脚心站立起来,但突然间,她就会毫无原因地虚脱摔倒在地。”

不过让英国医学专家们深感惊讶和困惑的是,当艾米莉两岁时,她突然学会了一种特殊的走路方法——踮着脚尖走路。由于走路时她的脚心不会着地,所以艾米莉就很少再虚脱摔倒过。

为了治疗艾米莉的怪病,英国医学专家可以说绞尽了



踮脚尖走路;腿上绑石膏

脑汁。他们给她的脚裹上夹板,让她穿一种特殊的靴子。去年,为了能让艾米莉的腿正常直立,艾米莉的腿上又绑了两个礼拜的石膏。母亲莉安说:“由于她走路的方式,她的脚底开始起水泡,所以我们最后不得不拆除了石膏。”

莉安称,艾米莉靠脚尖走路,并不感到太多的痛苦,这让她稍稍感到了一些安慰。

艾米莉同时还具有语音障碍,难以说清楚一些特殊的单词,所以医生怀疑,她的语音问题和“脚心问题”可能都和神经毛病有关。然而,英国谢菲尔德市儿童医院的医学专家们却至今无法给出一个明确的定论。综合

怪事:悬赏1万美元寻鸚鵡

家住纽约的莱夫·安·弗兰克林精心饲养了一只18岁的非洲鸚鵡“弗兰克林”,不想后者日前在某宠物寄宿中心寄养时离奇被盗,下落不明。据悉,善解人意的它曾经帮助莱夫摆脱自杀阴影,其语言能力相当于5岁儿童,被主人全家视如珍宝。为了早日找回这只“救命爱鸟”,莱夫登报悬赏1万美元!

弗兰克林自从2岁时被家住纽约上东区的女主人莱夫领养后,彼此相依相伴了16个春秋。与其他非洲鸚鵡一样,它聪明绝顶,其语言能力相当于5岁儿童。每天清晨它都会向女主人问候道:“你好,妈咪。”除此之外,它还会模仿多种手机铃声,甚至会模仿微波炉转动和卡车倒退的声音。

莱夫现年52岁,是位健身

教练,几年前由于离婚不幸患上了精神抑郁症,甚至濒临自杀的边缘。正是在它的爱心陪伴之下,她才得以慢慢走出了心理阴影。为此,莱夫将它视如己出,甚至将它看作自己的“救命恩人”。

几周前,莱夫一家离开纽约前往佛罗里达州探亲。临行之前,她将它委托给纽约市的一家宠物寄宿中心——“萨顿鸟舍”临时寄养。然而,当莱夫于29日返回纽约时,“萨顿鸟舍”工作人员却遗憾地告诉她,它28日早晨最后一次进食后,便从鸟舍中失踪,很可能是被神秘窃贼偷走了。近乎歇斯底里的莱夫表示:“它是我活下去的理由,我曾经打算与它共度余生。可是现在,这个可爱的小家伙就这么不辞而别。”综合



手机电池起火原因未明