

食物医生 啤酒可减轻辐射危害

日本放射线医学综合研究所与东京理科大学公布的一项实验结果显示,啤酒中所含的“假尿嘧啶”和“褪黑素”、“甜菜碱”等成分,能在一定程度上减轻辐射对人体所产生的危害。专家指出,人体经由放射线照射后,会使体内的基因受到一定的

伤害,细胞染色体产生变异。但这一实验在含酒精啤酒、无酒精啤酒和酒精之间进行比较后证明:无酒精啤酒对抑制染色体的变异毫无作用;酒精能起到一点作用;含有酒精的啤酒作用最大,最多可使变异的血液细胞染色体减少34%。

辨别识非 爱集邮的孩子长大后成功几率高

集邮是很多人的爱好。英国研究人员发现,爱集邮的孩子长大后成功几率更高。

英国皇家邮政集团研究人员进行的一项全国性调查显示,那些有集邮爱好的孩子,长大后74%都受过高等教育。

有接近半数集邮者的年收入高于3万英镑,这差不多要比英国的人均收入高出大约7000英镑。3/4的集邮者目前住在拥有3间以上卧室的大房子里,而在其他人当中这一比例只有1/3。结果还显示,62%的集邮者每年至少外出度假两次。

“从小喜欢搜集邮票的人长大后的确更有可能获得相对成功的人生。”儿童行为专家艾琳·海耶斯表示:“一个人从小集邮,会使他日后在其他领域发展时获益良多。”海耶斯分析,集邮者需要具备一些重要性格特征,如决心、注重细节及耐心等待进一步发展等,而这些特征是一个成功人士所必备的,喜爱集邮的孩子从小培养这些性格,会对他们日后在学习、工作及生活方面的成功大有裨益。



健康新语

如果您有健康的身体,那么您已经比世界上许多人都快乐了!如果您经常阅读《健识》,那么您将会在快乐中变得更健康!本报告诉您的,听上去也许匪夷所思,但一定对您的健康有利!如果您有什么意见或建议,请发至 kbfkb@163.com

人体秘密 吃多却不胖是微生物在作怪

有人饱享美食,却从来不变胖;有人拼命节食,却依然苗条不了。美国华盛顿大学的研究人员发现,肠内微生物的组成可能会影响我们的体重,使得有些人总是吃不胖。

研究人员指出,人体里就有一个巨大但不断变化的微生物群体,它们大多数生活在肠道,其他大部分存在于口腔、食管、胃和上呼吸道。研究人员在3个健康人的肠道里发现了至少395种微生物,这些微生物也会参与消化,产生能量。“有些人肠道中的微生物提供能量的效率比另一些人的强,他们就更容易长胖。”这项



研究的负责人认为,食品中的能量成分并不是一个固定值。一杯含110千卡的饮

料,其能量可能受到肠道内微生物的影响,有些人会全部吸收,另一些人吸收的可能少一些。如果人们每天吸收的与消耗的热量相差25千卡,那一年就可能增加或者减少2磅多。

这项工作表明,设法改变肠内微生物的组成,可能是改变体重的一种办法。“有一天,人们能利用益生菌或者其他控制微生物的战略,来降低肠内微生物提供能量的效率,帮助人们减肥。”类似的研究还可以帮助全球千百万每天吃不饱的人或者因癌症、心脏病而体重减少的人。

似非而是 唱歌跑调也是病

无论卡拉OK歌厅还是居民楼,常常会传出跑调的歌声,歌者如痴如醉,听者却双耳遭罪。近日,澳大利亚研究人员指出,唱歌找不着调也是一种病,被称为“失歌症”。

澳大利亚研究者对失歌症进行的一项新研究表明,

有4%的人患有这种唱歌不着调的毛病。此外,失歌症患者可能还存在沟通障碍,如辨别不出对方语言中传达的表示生气、害怕或讽刺等情绪。他们经常会遗漏对方通过语调表达的“弦外之音”。但他们仍可以感受到讲话者大喜大悲等明显情感。

研究者表示,音乐通过音量、速度或音质的改变而传达情感,这与讲话时通过语音语调交流情感的方式不谋而合。语调可以改变句子的意思,但失歌症患者不能辨别语调,而只能依靠情景或肢体语言识别说话者想要表达的意思。

男女有别 再生能力强使女人更长寿

众所周知,女人比男人更长寿。过去,科学家在解释这一差别时,常常摆出两条理由,一是男性生活环境更具危险性,不利于身体健康;二是高水平的雌激素可以保护神经元免受损伤,从而延长寿命。而最近研究人员发现了女性比男性长寿的新证据。

从2000年开始,丹麦研究人员对4万名中风患者进行了跟踪调查,并考察了性别对中风后存活几率的影响。结果发现,女性中风后存活几率比男性高25%。研究同时显示,在严重疾病、车祸及外伤的恢复过程中,女性表现出更快更强的康复和再生能力。另外,在危急情况下,女性的生存欲望天生强于男性,正因为如此,女性才更加长寿。

研究者指出,现代社会中,男女生活环境大体相当,男性寿命受环境的影响完全可以忽略不计;同时,研究过程中,大多数女性都已处于绝经期,所以雌激素不可能发挥什么有益作用。“我们给出的解释是,女性是凭借遗传优势才比男性活得更长;从人类进化发展的角度来看,女性必须照顾小孩,为了孩子,女性才不会轻易被疾病击垮。”

生活直通车

- 家政 ●疏通
- 家电维修 ●装潢
- 电脑维修 ●搬家
- 开锁服务 ●老年公寓

家政

家旺 专业高素质熟练工保洁、粉刷、满意付款、机器打蜡、地毯、门头、沙发。52307973、52312091

乐万家 保洁、油烟机、地毯。84800900

家顺 专业新装保洁1元,纯抹布0.8元,新抹布、工具全、素质高、满意付款。52253007、52253092

诚心 正规保洁、专业粉刷、打蜡、地毯、沙发、玻璃、石材、大型油机。86530821

正点 外墙、保洁、地毯、石材。52303469

旺晨 外墙、保洁、石材、油机。84686711

国荣 大型正规保洁。86564685

金寓 保洁0.8。52249292

洁利 保洁,打蜡、沙发、地毯、粉刷、石材、同性价比质量。86458362、86458905

月亮 正规保洁,专业,地毯。86504930

凤凰 社区、保姆。86556435

陵惠 点工、保洁。83314756

唐大姐 保洁、粉刷、油机、玻璃。52634051

亮洁 大型专业保洁清洗。84876011

荣乐 地毯、保洁。58837842

大方巷 保姆、保洁。86635142

白房保洁·省青年文明号 地毯、打蜡。84496071

凤西 保点。86652282

民英 保洁,满意为止。52253039

社区 清洗、保洁、点工。86290445

红房保洁 室内外办工厂房、粉刷、石材、门头广告、沙发、大型油烟机等。86074119

家电维修

宁联空调 专业移机,精修。质保一年,有车运(一级单位)。86656893(鼓楼、建邺)、84495582(白下、玄武)、83402083(下关、栖霞)、52607465(江宁、秦淮、雨花)

苏宇空调 专业移机、快修。86559502(新街口、鼓楼)、86603520(上海路、河西)、52635517(光华门、南湖)、83377267(中央路、和燕路)、86559501(虎距路、升州路)

千佳空调 专业移+氟+修+运=88(一级单位)。86656732、江宁:81618309

金陵便民网 空调移装、精修、彩电、冰箱、热水器、洗衣机、微波炉、灶具、水电。城中83806522、城北85525652、河西86391311、城南52975886

春兰美的格力海尔 空调移+洗+修=50,装30,收;52306506(老城南);86558320(新河西);83826990(中山路)

永乐空调专业移快修 有车运,一级资质质保二年 86558732(鼓楼、建邺);86509163(白下、玄武);85888924(下关、栖霞);85222503(江宁、秦淮、雨花)

五星便民网 移、修、空调、彩电、洗衣机、热水器、微波炉。52238892,58501519

云飞 空调移、修、收(免费运)。86452766

精修彩电空调微波炉 音响、灶具、洗衣机、热水器、冰箱、电脑。(白、玄)84491262、(鼓)83490005、(建、秦)86473563、(下)58770520

南京商厦 修彩电、音响、小家电。85659875

永杰 空调移、修(包运),收、售。86453738

服务网空调移机快修 86603520(新街口、河西);86506705(建邺、秦淮);85109801(鼓楼、下关);85696673(中央路、晓庄);86610643(玄武、白下);81522570(江宁、雨花)

明确 修彩电、DVD、微波炉。84465200

苏发 修热水器。51677801

五洲便民网 空调快修、移机、回收。修:冰箱、彩电、洗衣机、太阳能移、修、换。52626367(秦淮、白下、建邺);84024018(鼓楼、玄武、下关);52014668(雨花、江宁)

现代 空调移机、维修、包1年。85364144

联盛 空调移、修、收。84618982

力天 空调移、修、氟、50。84412374

电脑维修

忠和 修电脑、彩显。85316971(迈皋桥)、66865597(白下路)、83900420(水西门)、85299587(中华门、江宁)

科发 快修电脑(收、年保) 52300676(升州路)、83157337(珠江路)、85966730(南湖、河西)、51577450(草场门)、85973680(光华门)、58822456(三牌楼、大桥)、85292730(五塘村、迈皋桥)、66891067(江宁、雨花)、81787795(瑞金路)

帮手 电脑医院。81706248(新街口)、85170385(鼓楼、龙江)、51624158(南湖、河西)

乐天 修电脑(收)。86551852(桥北)、83918445(珠江路)

宏图便民网 电脑软硬件精修。51736442

星级30元 修电脑。86681497(水西门)、85176546(瑞金路)、81626703(长乐路)、83026206(草场门)、83927395(热河路)、83921163(三牌楼)、82800084(和燕路)、51745477(雨花、江宁)

疏通

白下疏通。84619536

迈皋桥疏通。85422376

白下疏通。84586327

下关通改。85623979

全城修、马桶、水、电、治漏。52062222

秦淮疏通。52205396

河西通、改、水。83933327

玄武专疏通、水电。83320773

鼓楼通、水电(钻孔)。83831699

白下通、改。84599772

建邺疏通、专改水。86565809

雨花通、改。54223139

秦淮通、钻孔、水电。52300730

江宁疏通。52106471

鼓楼通改、治暗漏。83350802

建邺通改。86656224

鼓楼疏通。83608129

白下通改。84592946(低价)

白下通改、水、钻孔。84606359

鼓楼疏通、改、水电。83355306

江宁水、疏通、改、孔。84048690

装潢

欧德 家装、店装、工装,价优。85886164

为民瓦、木、水、电、漆。84509660

白房报修·省青年文明号 110联动,维修房屋、水、电、治漏、装潢。84483224

君炫 专业厂房、店面装修、水电、拆除。52463259

通广 老房改造专家。86901458

社区装修、水、电、漆。84418492

喜庆 好半价。85436939

喜顺 83433888 琴、厢、长途、优惠 86032988 厢,51549888 优

金福 栖霞、下关。85512201 厢 喜临门 厢。85332169 包满意

喜顺 搬家,免楼层。81746888 喜庆 搬家、厂、大型起重。85329990

喜临门 厢,8.8元/车。85500246

双喜 厢。52435563

双喜 搬家,长途优。85981758

喜顺 免楼层,人多。86278226

双喜 28元起,移空调。66896955

福临门 厢、优、市通。85632123

喜临门 厢,包满意。85331784

喜顺 搬家,免楼层。86279827

喜顺 搬家,服务好。86303255

双喜 搬家,专业长途。86660173 厢

双喜 专业、满意。84230972 厢

金福来 家、厂、起重。85692283

喜顺 搬家,免楼层。86475563

富贵 半价。52611082 厢

喜顺 专业满意。84461508 厢

双喜搬家 86505482

喜庆专业、家、厂。84235348 厢

喜顺搬家 83434208,86279339

双喜搬家。84233316 移空调

福临门 厢。84230982 服务好

喜顺 厢。86055378

喜顺 厢,半价。52622577,86608954

喜临门 家、厂、长途。84231142

双喜 厢。84436548

下关家、货。58826678

迈皋桥 厢。85331216 特低

迈尧 85336757 厢

双喜 家。85330335

双喜搬家,长、短途。84234669

双喜 江宁、家、厂,起重。52101606 备6米

富贵 搬家、厂。86417119 河西

秦淮 搬家。52458576

喜顺 搬家,免楼层。86618448

福临门 厢。83419602 移空调

富贵 河西、厢。86412246 半价

龙江家。86271704

福喜家。85333823

惠好家、厂、长途,5米。52646718

双喜家、厂、起重、吊装部。52152585

秦淮家、厂、长短途。83722888

双喜 搬家琴、长途。66853100

白房搬家·省青年文明号 84619699 移空调

宏运 5米,家、厂、长途。52607572

下关搬家。58811712

惠好 5米,厂、家、长途。52646315

富贵 半价,厢。52635440

江宁家、厂。52624751

双喜家、厂、移、吊、起重。52146520 低

双喜家。86618130

下关 搬家。58824089

喜顺 专业搬家,厢。83426651

双喜 搬家,厢。52140195 江宁 喜庆家、厂,起重。52357117 低下关家、货、人多。58817553

喜顺搬家 52603028 价优

喜临门搬家 18元。85314458

福临门起重厂家 85629290

白下搬家。84860076

下关 搬家。58826201

双喜 优,免楼层。86058866

富贵 84809352 厢,半价。

喜顺 搬家,免楼层。86660692

雨花家。52435526

江宁家。52126610

双喜 搬家,免楼层。86609735

益民 专业搬家,琴。86669485

福临门 厢,6.6元/车。85512638

双喜 配载长途=全国。85570815

喜顺 家,特优。86302926