

生活报道 Reports



现在,约上好友到KTV里高歌一曲已经成为流行的消遣方式。如果你觉得自己五音不全,不好意思张口,那你就亏大了,因为科学家发现,K歌具有很大的健康价值——除了让人精神愉悦外,它还能增强身体的免疫能力。

嗨! K歌去吧

释放荷尔蒙

研究人员证明,人们在唱歌时,大脑中会释放出一种名为催产素的荷尔蒙。刚生下孩子的妈妈在给宝宝喂奶时大脑里也会释放出这种荷尔蒙,夫妻在做爱时或恋人含情脉脉地相互凝视时,他们的大脑中也会释放出这种荷尔蒙。这种荷尔蒙能使人们之间增进感情。

研究人员还发现,一个人在青春期时大脑中释放的催产素是最多的,也许正是因为这个原因,许多人对自己在青春期听过或唱过的歌印象特别深刻。

这种荷尔蒙的释放也能解释一些音乐爱好者为什么喜欢组成乐队。美国俄亥俄州州立大学的音乐研究专家大卫·休

伦表示:“当我们在一起唱歌、跳舞时,大家的情感是同步的。”军队无疑也深知这一点,因此他们总是让士兵们一起有节奏地高唱进行曲。

增强免疫功能

除了让人精神愉快之外,唱歌还能增强人体的免疫功能。美国加州大学的研究人员发现,唱诗班的成员在每次排练后,他们体内一种名为IgA的免疫球蛋白含量增加了150%,而在一次公开演出后,这种免疫球蛋白更是增加了240%。

受到这些研究的启发,乔治·华盛顿大学衰老、健康和人文研究中心的研究人员对两组年龄在65岁以上、积极参加社交活动的老人进行了对比,其中一组老人每周都在专业指挥的指

导下唱歌,另一组老人仍然积极参加平时的各种活动,不过并不参加唱诗班。经过一年之后,第一组老人的健康指数要比第二组老人高出许多。坚持唱歌的老人去医院看病和吃药的次数更少,也更容易摔倒。

训练神经通路

美国国家艺术基金会前主席约翰·弗罗曼耶认为,艺术和学习之间是有联系的。他说:“音乐使用右脑,而语言则使用左脑,两者之间的神经通路是很强的。几乎每一首唱过的歌,我都能记住它的歌词。对于孩子来说,对艺术的学习能够训练他们的神经通路,这些神经通路对学习其他领域的知识具有非常重要的意义。”环球网

健康新知 New Health

久穿高跟鞋可能会厌食



日本的研究指出,不要让孩子穿大小太紧的鞋,否则有碍孩子周身的血液循环和新陈代谢,影响孩子食欲。其实,成年人如果鞋子穿得不合适,一样会影响到食欲。如果你发现自己胃口最近不太好,最好先检查一下自己脚上的鞋子是不是合适。

年轻女性喜欢穿后跟较高或瘦型鞋,脚趾容易受到挤压,脚的血液循环不畅,严重时会导致脑部血液循环不畅,进一步使摄食中枢的下丘脑外侧区供血不足,从而引起厌食。

同时,穿这样的鞋时间长了会引起脚底疼痛,导致人体内神经递质乙酰胆碱分泌大大减少,通过摄食的神生化机制,使食欲大大下降。

足骨的发育成熟大约在15~16岁。鞋的大小直接影响足骨的生长。过早地穿高跟鞋会使足骨按照高跟鞋的角度完成骨化过程,容易发生跖趾关节变形、跖骨骨折及其他足病,这些病都会引起足部疼痛,严重时可能影响行走、活动及出现厌食。 刀立

手机对人体毒害远超香烟

英国一名癌症研究专家得出惊人结论:因使用手机致死的人数将超过吸烟受害者。这是迄今为止关于手机有害健康的最新警告。

据英国报道,英国神经外科专家维尼·库拉纳奉劝人们尽量避免使用手机,并敦促政府部门和手机行业立即采取措施,减少手机产生的辐射。

在过去16年间获得14个奖项的库拉纳对100多项关于手机影响健康的报告进行了研究。他表示,去年10月的一个报告指出,使用手机10年以上的人,患癌症的危险增大一倍。库拉纳担心,如果手机制造业



和政府不立即采取决定性举措,今后10年就将看到恶性脑瘤疾病在世界范围内的增加。

有统计显示,全世界手机用户已达吸烟人数的3倍。因此,库拉纳认为,手机的危害将比香烟更严重。目前全球每年有500万人因吸烟导致疾病而死亡。 函小

性·情 Decoding Disposition

人们越来越有娱乐精神了,即使在只有两个人的场合也忍不住会犯一种叫作“我们爱演戏”的毛病。这种毛病发作时容易入戏太深,与自编自导自演的角色合二为一起来,直到……被现实唤醒。

比如,MISS钟最爱扮演的角色是“遇到猛扑过来的男人时不知所措的纯情少女”。当男友开始亲她时,她会害羞地低下头,然后当男友开始动手动脚时,她会躲来闪去,嘴里还会叫着“不要啦,别闹了……”之

入戏太深

类的。有时候入戏太深常常很难把握,比如有一次看到男友袭击过来,她本能地用手一挡说:“不要嘛……”结果用力过猛,不小心攻进了男友两腿之间。就听到一声惨叫,男友捂着裤裆跳到一边,继而哀号着摔门而去,留下她一人。她看着那

只充当“道具”的右手,又看看捏着套套的左手,哭笑不得。有时候两个人很爱演,那么卧室里就是情景剧最好的舞台。MISS黄很爱演女王,她的男友就很爱演各类配合女王的

树上春

角色。有次他们活灵活现地演起“挑剔的女顾客和新理发师的故事”,MISS黄色唇内挂:“你怎么把我的头发剪成这样!快把衣服脱了让我看看你到底哪儿不灵活……”男友立刻开始脱衣服,大概是太急切了,毛衣衬衫一起脱,结果纽扣少解一颗,头卡在里面出不来又回不去,大喊“救命”。但MISS黄已经在旁边笑得直不起腰来。有着幽闭恐惧症的男友惊恐万状,拼命撕扯,直到衬衫所有扣子全部扯烂,这才把自己救了

出来。结果当晚女王独守空床。至于MISS李,爱演的角色是“其实我真的没那么爱做”。每次男友求欢时,她都一副老大不情愿的样子,等着男友要尽百宝来央求自己。时间一长,入戏太深,她好像真的越来越冷淡了。后来有一天,演够了央求戏码的男友转身扑向了另一个喜欢演“我最爱投怀送抱”的女人怀里。

唉,谁叫她们演得太棒!只是那些自愿退出“演艺圈”的男人们,恐怕再也不敢回来了。

信息快递

每字三元

- 教育咨询 ●健康保健 ●IT通讯 ●法律咨询



招生

国家表彰名校江苏现代推拿、按摩师学校 106 期针灸、推拿、足疗、修脚班招生,包分配。52411809

家教

名校 校办、教方法、包成绩。83845999

南师贫困生 8元/时起

细心负责,备课订计划,包成绩(含江宁、雨花)。86520963

南师附中 老师上门,初、高各科,备教案,包提高! 83306105 南大南师 小、初、高,包提高。83319139

名师上门一对一辅导 重方法,备课教学,包提高。86668326

语数英物 名师上门。83362190

南师优秀女生 80元/月起 细心负责,备课订计划,包成绩。(含浦口、江宁)85414685

南师附中老师上门 备教案,确保提高成绩。86519261

金陵中学 老师上门:初、高、数、物、化、英。重方法,提高快。52992228 美术冲刺 13645164612

浪潮辅导永创第一 师资管理出成绩。优秀教师1对1。小、初、高。84500001

研究生 签约包教。86503674 语文老师。83221422

健康保健

红唇 按摩。51522238 晓雪推拿。81966077 海媚 丝足。85122160 佳丽 推油。83826900

网站建设

阿搜拉 专业建站。52954207 箭鱼 建站,100起。83151515

夏恒 建站(百度收录)。83932823

律师咨询

胜诉付费律师 13218031828 律师胜诉收费。13914768080 魏律师 经济、婚姻、刑事。13951976789 刑事、婚姻、交通。13914757228

社会调查

智多星 调查。86621500 真相 调查。83221007 邓氏 尖端技术调查。84590587 浩政追债 律师带队,快捷合法,成功付费。52267066 天使 女子专业调查、婚外情拆散。81612181

南京女子 专业调查组。52962110

霸王花 专业调查、修复、整蛊。52038812

女子侦探社 专业调查。51569190

快易捷 情感修复、寻人、清债。52988377

亚保联 原刑侦处长。84299998 www.yabaolian.com

律帮 专业婚外情取证、快速清债。52204128

三江 专业婚调、行踪。81966007

东征 婚调专家,合法取证,阳光清债,客户免费,成功付费。13401979230

高端女子 调查,整蛊,支招。85110100

五岳峰 科技调查、婚情、追债。86649718

杰出 调查:成功付款。86481808

必成 调查、话单、取证、寻人。83370339

权威 话单、取证、跟踪。83200050

立成 婚外情、清债、话单、QQ、监控工程。52625652

南京正德 高科技寻人、婚调、话单。84500949 (24小时) www.zddcoo7.cn

娱乐休闲物品

王牌 租4元/天,500起售。83201083

台州雀友 全配上海友谊1600。68687168

君王 租机4元起。83425886

奥雀 四口机,1560元/台。84645620

汽车广场

友情提醒 本刊仅为信息提供和使用的双方搭桥,客户交易前请查验相关证明文件和手续。



车辆信息

越嘉 陪驾 86417537 开车不喝酒,喝酒找代驾。15295553633

车辆租赁

新大都 租赁。86533222 龙江 轿车、商务、大客、婚车。86220856 状元 款多价优。52211379 红龙 租赁。84526833 珠江路 帕萨特、伊兰特、桑。57911280 啸天 车新,款多,价优。83737439

高楼门 租赁、挂靠。83377799

虹桥 君威、帕萨特。83725573

赢时通 车多价优,龙蟠中路店。84580995

江宁 租车。13952082855 出租 普桑100,现代。81683477

顺浩 款多价优。52268203 出租 普桑100,现代。81683477

华越 景程、天籁。83208832

求购汽车

单位急购 货车1辆。13245208500

急购 3-9米货车。13372008532

物流 购 3-9米车。13276618192

急购 3-9米货车。13951738308

急购(家用)微面。13770759465

求购 面包、轿车、(缺费、事故可)。15150659712

阿龙 购轿车、货车、面包。15952056676

自购 面包、轿车(报废可)。13905193534

买菜急购货车。13160065775

高购 轿车,面包车。13813886986

急购 4米左右货车。13338611216

求购 面包车(自用)。13057640098

本人高价求购一辆9.6前四后八平板货车一辆。13585121239

求购摩托车

急购 宁、外摩、助(自)。81619524

高购 宁、外摩、助(自)。51540999

转让汽车

转让 05年厦门金旅考斯特,单位自备车,27座,车况新,公里少。电话:13951633950

转让 06皖牌6吨解放货车(有危险品证)。13770824366

转让 斯太尔王自卸车,大厢。13913835817

转让

因发展转项目,现转让新大客,包固定长期业务,手续全,有市际包车营运证。83985188

转让 02年金龙客车。15950590369

转让 出租车(外佳)。15951827362

转让 2千松花江。15295520169

低转 公司08福田之星1吨。15951888772

急转 福田农用车210,可以帮过户12.5万。15077823233

急转 04长安5档空调,车好,1.18万。13182821076

急转 04,11吉利,车好,1.3万。15950538298

转让 免费东南得利卡。18913037277

转让 04康明斯散装水泥罐车,车况佳。13951868455

转让 00年解放9米6平板后8轮。13585196145

转让 02(家用)宝来。13222053313

低转 07长安之星。15850502328

低转 02年红旗,车况佳,3万。13062569030

转让 06年奥迪A6L 2.0T,高配28万。13814057664

转让 96年2000,电喷,况佳,价面议。13770922737

转让 南京黄牌跃进自卸车。13770562998

低转 03佳宝(特好)。15805196731

转让 单位行驶中01年7月48座金陵大客,2000年11月33座牡丹大客。13851632898

转让 01长安之星车好1.3万。13585107098

低转 04长安,佳,1.15万。13951964392

低转 04吉利,佳,1.13万。13512537445

转让 01年别克赛欧2.6万,切勿扰。13245891917

转让 01帕萨特车好,7万。13921431937

转让 出租车。13584061709

转让工程机械

转让 装载机、压路机。13905186821