

生活报道 Reports

光鲜外表下,可能暗藏健康危机



油亮的头发,光洁的皮肤,匀称的身材,很多名人看上去很健康。但是,在他们光鲜的表面之下,他们的健康状况可能恰恰相反。

专家警告判断健康不要过度“以貌取人”。他们表示,我们依据人们的外貌评判他们的健康,常常会忽略隐藏的更重要的因素,如血压、吸烟习惯和胆固醇水平。此外,昂贵的美容产品可能会使得甚至是最柔软的头发和最黯的肌肤呈现“健康”的光泽,而吸脂手术能减去暴饮暴食导致的脂肪堆积。

这项研究结论来自对2500多名男人和女人进行的一项调查,研究人员让这些受试者看2

个人的照片,问他们认为其中谁最健康。一张照片显示的是一个身材曼妙、古铜肤色的金发美女,另一张照片是一个相貌普通的男子,男子较胖,肤色较白,穿着一身邋遢的衣服。近三分之二的受试者(62%)选择照片上的美女。但是,当两人接受包括葡萄糖和胆固醇含量、血压和饮酒及吸烟习惯在内一系列简单体检之后,他们发现最健康的是那名男子。十分之六的人认为光洁的皮肤和浓密而有光泽的头发是健康的标志——虽然这两者均可能是使用化学产品的结果。

有些健康隐患从照片上根本看不出。例如高血压,它困扰

着三分之一的成年人,而且导致心脏病和中风的风险加倍。但是,高血压通常到晚期才显示症状。执行这项研究的英国Nuffield Health慈善机构指出,它说明健康更在于内在。Nuffield Health的医学指导安迪·琼斯博士说:“人们一直认为美丽等同于健康。美容行业开发了一些神奇的美容产品,使用这些产品能让人们看起来很健康。光泽的头发和润泽的皮肤可通过化学产品实现,让我们看起来年轻有活力,但是,有美丽的外表不见得有一个健康身体。事实上,很多更为重要的健康标志不在于外表。”

健康新知 New Health

长期吸烟者 动脉硬化速度加倍



日本研究人员发现,长期吸烟者动脉硬化的速度大约比不吸烟者快一倍,而严重的动脉硬化还会形成动脉阻塞,进而引发心脏病、中风等其他疾病。这一研究结果将让人们更加清楚地认识到吸烟引发心血管疾病的真正原因。同时,专家称,及时戒烟可能会使这种损害痊愈。

常吃坚果可改善头发枯黄

夏天来了阳光灿烂,秀发在灿烂的阳光中散发乌黑亮泽,特别能吸引人的目光。让干枯的头发变得有光泽,这可不是护发精华素的功劳,你的饮食也能成为头发的美感加分。

微量元素中以铜、铁及锌对头发健康特别有帮助。缺乏铜会影响头发的颜色,令头发枯黄,你应该多吃含丰富铜的食物包括鸡蛋、海产及坚果类食物。还有的人总抱怨头发生长速度慢,这也许跟缺锌有点关系,锌的摄取不足使蛋白质的合成受损,从而减慢头发的生长速度。

性·情 Decoding Disposition

患难与共,然后呢?

□ 娜拉

认识一个小萝莉,娇娇怯怯的煞是可爱。喝着咖啡聊天,才知道小萝莉都已经结婚四五年,而且一直过着在当今这物质世界里可谓清贫的生活。

萝莉之前一直都被老公视为稀世珍宝,难得有一个如此美丽娇媚的姑娘愿意跟着自己吃苦受累,不求回报,所以虽然至今也是那种收入微薄的生活,他还甚是满足。

萝莉很担忧地告诉我:“我不

想这一辈子与他患难与共啊!”她的老公很是纳闷,问我为什么从来没有物质要求的娇妻,何以时至今日突然向往花花世界,面对那些往常对她来说不屑一顾的东西,把持不住自己。

男人说的时候相当义愤,觉得这个世界上最美好的公主也背叛了纯洁。我听了之后颇有些恍惚——倒不是因为小萝莉的“变节”,而是一个男人不愿意在这个社会里摸爬滚打,却一定

要找一个支持自己的女人来陪着咽糠嚼菜。对于这种男人的生存原理,始终有点儿不解。

大多数男人有这样的共性,当他们自己不愿意改变的时候,一定要要求老婆保持与自己同样的懒惰与胆怯。他们善于把自己当成原点,要求自己的妻子无论进退与自己保持高度一致,但凡有不同声音响起,毫不犹豫地定个死罪——你是想翻天吗?

要么就是不敢面对现实,要

么就是不念旧情,其实男人们想的还是三从四德的女人——当然,还是一定要该妖娆且且妖娆,能风骚时尽风骚。

昨天晚上闲来无事在网上看电影,看到一幕婚礼仪式,神父颇有威严地在问那句“你是否愿意”,女人梨花带雨那般地“I do”一出,花球上天深吻到底。我突然不寒而栗——难道真的就不可以问一句,患难与共,然后呢?

台湾原装血糖仪 超级特惠 99元

订一台少一台 (市场售价: 598元/套) 快抢 400-651-0018 (免长途费)

台湾原装血糖仪

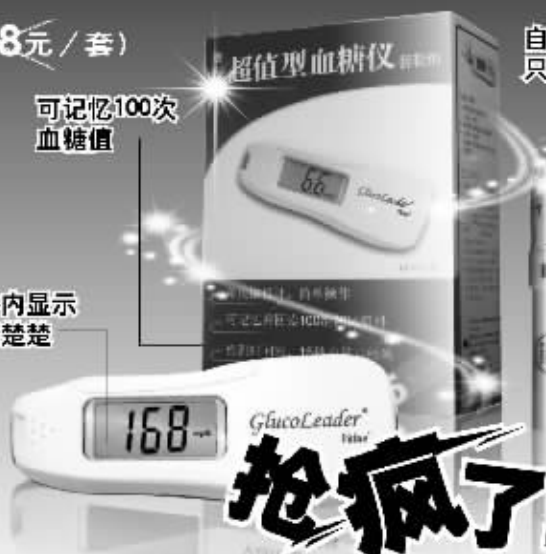
原装: 原装血糖仪, 测值更准确
吸血试纸: 试片反应区内置, 可以用手触摸
用量更少: 在1.5微升以下
测量更快: 测量时间少于15秒
记忆更多: 能存储100笔记录
温度补偿: 内置温度传感器, 自动补偿温度

全国联保 五年免费维修终身维护!

东医械广审(文)第2009030265号

可记忆100次 血糖值

15秒内显示 清清楚楚



自动虹吸式 只需一小滴血

安全 准确 便捷

再送

台湾原装电子试纸一盒

(每人仅限1盒)

立刻拨打电话 400-651-0018订购



请仔细阅读产品说明书或在医务人员指导下购买和使用, 禁忌内容或注意事项详见说明书

请在医生指导下使用

2010升级版新增: 7组记忆功能, 自动储存测量结果! Haier电子血压计(2010升级版) 升级不加价 特惠299元 (市场售价: 480元/台) 今日仅限300台 订一台少一台 枕式包装壳 方便测血压 携带方便 海尔售后体系保障 真诚到永远 海尔专线 400-651-0018抢订!

今年全球流行燃脂瘦身 新西兰原装进口 左旋肉碱 南京2000瓶 限量活动开始! 买2送1 零售价: 288元 减肥热线: 400-651-0018