

# 醉人的吻



你看,两只鸽子的爱情,左边的那只鸽子眼睛紧闭,非常投入。摄于中山植物园(作者陆汉希获30元话费)



## 女强人

大姐,就凭这一点,你让多少男士汗颜啊。摄于福建路  
(作者徐跃华获30元话费)



## 超级奶爸

双胞胎一个哭一个笑,这位奶爸,你有麻烦喽。7月13日摄于环湖路  
(作者陆如硕获30元话费)



## 遮风挡雨

真的男人,敢于在下雨天脱下衣服为老婆孩子挡雨。  
(作者陈坚获30元话费)

有啥好照片 发给快报瞅瞅 有啥好想法 说给快报听听  
支持原创图片,谢绝一稿多投

### 互动方式

投稿请注明拍摄时间、地点、作者姓名及手机号码

- 移动用户发送短信或彩信到 1065830096060
- 电信用户发送短信到 10659396060
- 联通用户发送短信到 1065596060
- 你也可以直接投稿到信箱 dajiaxiu@126.com

## 问吧

生活百科、寻人寻物、困难求助...  
不管问题大小,我们都帮你问到底。  
当然在这里,我们更希望的是你帮我,我帮你、大家帮大家。  
你可以直接拨打 96060 或将问题发送到信箱 kuaiibaowenba@126.com

# 睡觉时突然抖一下怎么回事?

### 问到底

市民张女士:有时候睡觉会突然不自觉地浑身抖一下,这是什么原因?最近热播的美剧《豪斯医生》中有这么一个令人感到诡异的解释:睡觉抽搐现象叫做“肌抽跃”,睡觉时呼吸频率低,大脑会认为身体快要死亡了,所以它会发送一个脉冲使身体觉醒。这种解释让很多人感到惶恐:“原来我的大脑经常认为我的身体死亡了。”真的是这样吗?

## 入睡抽搐的两种假说

国内知名的科学网站果壳网的科学达人们也解释了什么是“肌抽跃”,是一种急速的肌肉不自主地抽动,类似触电一样的动作。虽然在情况较为严重时,肌抽跃症是一种会影响人正常生活的躯体病症,但生理性肌抽跃(比如打嗝、入睡抽搐,以及疲劳或紧张时出现的肌肉抽搐)在正常人的日常生活中也经常出现。

记者在果壳网站上也看到,虽然导致入睡抽动的现象早在1890年就已经被记录,但人们至今对它知之甚少。关于它的成因,现在比较流行的假说有如下两种:

第一种假说认为这是一种特殊的神经活动。人从清醒到睡眠需要经历一系列的从清醒到睡眠状态的切换,在这个切换过程中,网状激活系统起到了重要的作用,肌肉在入睡时也会发生状态的切换,如果切换时网状激活系统不慎“走火”,就会刺激神经引发抽搐。

而最近的研究结果更倾向于支持第二种观点,即认为这是大脑工作中的一个小故障。入睡抽搐可能是来源于皮层下的活动,入睡时,全身的肌肉开始放

松,因为缺失一个反馈信号,导致大脑误以为这种肌肉放松是身体下落的危险信息,因而调动运动系统以保护自己,从而产生肌肉抽搐。

## 专家:正常的生理现象

大部分人睡觉时,可能会不由自主地“抖动”一下,这一现象,究竟是什么原因造成的?

东南大学附属中大医院精神科主任袁勇贵告诉记者,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。而《豪斯医生》上所认为的抽搐是大脑会认为身体快要死亡的解释是没有根据的。

袁勇贵进一步解释说,人在焦虑的情绪下也会抽搐,缺氧也会抽搐,这和眼皮跳动是一个道理,是正常的生理现象。白天,人也会抽搐,只不过人在白天处于“运动”状态,不太能关注到。有证据表明,压力过大或者睡眠不规律会导致更多人入睡抽动的发生,但是作为一种无害的正常生理现象,多抽动几次问题不大。  
快报记者 安莹



现代快报便民网  
WWW.WONENGW.COM

  
空调维修

  
液晶维修

  
洗衣机维修

  
热水器维修

  
保洁服务

  
水电疏通

  
电脑维修

  
节水改造

  
保姆月嫂

  
搬家开锁

  
家庭装修

  
更多服务

## 生活管家 企业助理

  
一站式服务

  
随叫随到

  
媒体监督

  
全城覆盖

现代快报 Modern Express 我丝网

即日起上网预约服务将享受更多优惠  
www.wonengw.com  
郑重声明:96060是快报便民网惟一24小时服务热线