

# 张嘴睡觉会越长越丑? 专家:别闹了!

“小心!张嘴睡觉会越长越丑!”最近,朋友圈里疯传的这则网帖,让不少网友有点担忧:“越长越丑,竟然是嘴巴惹的祸?”这是真的吗?网帖在罗列完几组“张嘴睡觉变丑”的对比图之后,又将话题转到“用口呼吸的危害”。张着嘴睡觉,就是在用口呼吸吗?



漫画 雷小露

现代快报记者 刘静妍

## 张嘴睡觉会变丑?别闹了

网帖中分析道,长期用口呼吸,气流会冲击硬腭,使之变形,久而久之面部的发育也会受到影响,出现上唇短厚翘起、牙龈因为长期开口干燥而色素沉着、牙齿排列不整齐、咬合不良、上切牙突出形成龅牙,缺乏表情。

“听起来好可怕!”“在这个看脸的时代,这是病,得治啊!”网友纷纷留言调侃。也有人表示有点担忧:“我有时候睡觉的时候就是张着嘴的,需要矫正吗?”

“张着嘴睡觉会变丑”,真的是这样吗?记者采访了明基医院呼吸内科医生汪诚和南京市胸科医院呼吸内科主任医师李田。他们都表示,这种说法没有科学根据。

“要改变面容,需要有面部肌肉活动。张着嘴睡觉,并没有动面部肌肉,不会影响面容的。”李田说,睡觉的时候嘴巴微微张开,不一定是在用嘴呼吸,可能只是不经意的一个小动作而已,不会让人变丑,也不会影响健康。

吸起一些辅助作用。长期用嘴呼吸,很有可能是一些鼻腔疾病引起的,比如鼻腔肿胀、狭窄、鼻中隔偏曲等。

## 用口呼吸是病,得治

“如果患者长期张嘴呼吸,就应及时到医院检查和治疗了。”医生说,如果长期在睡觉的时候张着嘴呼吸,这是处于呼吸衰竭状态,很可能是得了睡眠呼吸暂停综合征,会引起晨起高血压、冠心病、糖尿病等疾病。

# 房产咨询

- 房产代理
- 旺铺出租/招租
- 门面转让
- 房屋出租
- 办公室招租/出租
- 转让旺铺
- 房屋出售
- 饭店转让/承包招租
- 转让

广告刊登热线:  
66069071  
66069072  
QQ:2724050545

## 旺铺出租 / 招租

### 招租

清凉门大街果色花香菜场部分商铺。13338626338

招租 老菜场摊位。18051984060

出租 江宁托乐嘉乐尚天地旺铺。18136656455

招租 菜场各品种摊位,包间。86405344

出租 湖南路正街旺铺300平米,紧临地铁口。13770519990

招租 湖南路临街旺铺84㎡,价面议。13770687838

招租 菜场摊位,水产、蔬菜等。15261418886

## 房屋转让

### 山水农庄苗木房地果园

转让。13851508988

## 农庄转让

转让农庄:六合江北新区一座集餐饮、住宿、垂钓、娱乐休闲、生态农业于一体的大型农庄,现需资金进行扩建升级。本人愿转让部分股权,每年有红利分配,另赠送别墅一套。联系人:王先生13813815988

## 房屋出租

出租 鼓楼转盘商铺 600 ㎡。15951777952

出租 8室,商住两用 15105178762

## 门面出租 / 招租

招租 新街口黄金地段门面120㎡,负一楼800㎡,中央商场旁,价面议。18652008093

招租 山西路军人俱乐部对面紧邻中央商场320㎡,580㎡。13148488756

出租 天润城好门面。13951916039

招租 大桥南路家乐福对面门面,面积170㎡,免小吃。15105198286

出租 大学旁门面。13770769390

出租 好门面80平米。13805178573

出租 地铁站内门面,可季、年租。15896454007

出租 中央北路门面200㎡,可餐饮。13805162739

出租 广州路门面 100-560 ㎡。13337816615

出租 中山南路219号茶社,适网吧、足疗、美容、教育。餐免。13805191231

出租 龙蟠中路门面,650㎡,价面议。15380903177

出租 地铁口二楼门面800平米,适简餐、网吧、养生馆、办公、培训等。13675181426

招租 珠江路竺桥8号300㎡门面。电话:15996486607

出租 闹市门面,可餐,可分。13815423586

出租 天润城菜场连家店。13913878404

出租 锁金村地铁口,好市口,大小门面各1间。15295521518

出租 门面,湖南路马台街。13057524846

出租 转让军区总医院附近70㎡门面,餐免。13151065339

出租 门面新街口40㎡;虎踞南路70㎡。13585146139

招租 虎踞南路 100 ㎡门面。13770935333

出租 门面江宁东新南路314㎡;秣陵路100㎡。15996299939

## 房屋招租

招租 虹桥北四卫头50-600㎡迎街房,可分割,另招宾馆收银员。13901589662

## 办公房招租 / 出租

### 高品质办公房招租

主城核心区位高端办公房,花园联排,500-1500㎡,自由组合,免物业、公摊费用,配大金空调。83721109

### 招租

镇江丹徒黄金十字路口,3-5楼(1楼有独立厅、电梯直达),2600㎡,3700㎡,适合开宾馆等。17712886270

出租 凤凰和睿大厦办公房,470㎡和120㎡。高档精装修,附带全新办公家具。朝向好,得房率高,物管一流。租期2年以上。18094234969

## 厂房仓库招租 / 出租

招租 仓储鼓楼幕府东路中段5000平米分租整租均可。13390929806

招租 江北高新花旗104国道边厂房5000㎡,有行车,可分割。电话:13305191399

招租 仓储,黄山路1100㎡、600㎡,签三年。13405872579

出租 江宁镇厂房2千平米,适合办公、宿舍60间、宾馆、工厂。13813082088

招租 西善桥仓库1000㎡,大车出入方便,可分割,代保管。13675126056

出租 厂房,仙林宝华开发区2000㎡,可分割。13805150628

出租 栖霞燕子矶新城有厂房仓库,另晓庄有大量公寓房出租,可作单位职工宿舍。联系电话:13505151637

### 修理厂房招租

电话:13182859850

## 出租

江宁铜山金肯金城学院旁标准厂房、办公楼1万㎡,另有多层厂房、场地。可分割。18651614171,13951937049

## 门面转让

转租 门面。13913359999

转让 门面30㎡。15005145855

转让 红花地上佳门面(八一医院旁边)。13405856447

转让 新街口小火瓦巷门面房。13047556482

转让 低价,下浮桥新装修餐饮门面,接手即可营业,价格面议。蔡总13057600007

转让 环北旁门面。13813855916

低转 夫子庙门面。13921434608

转让 小菜场门面。13851761472

急转 门面。18914730907

转让 铁心桥菜场对面门面,转让费13万5千(一百平米),另有迈皋桥门面,转让费3万8千(20平米),另加15平米阁楼。栖霞主房和租。电话:17721531319

## 转让旺铺

转让 新街口菜迪负一楼美食城旺铺。13915968923

转让 三山街 600 ㎡旺铺。18751958088

转让 晓庄胜利村公交站旁苏果隔壁旺铺。15366921938

转让 河西奥体美食城旺铺,价优。13451899525

## 房屋出售

### 双拼墅急售

江宁爱涛别墅420平米,售15000元/㎡。电话18013390239

## 饭店转让 / 承包 / 招租

### 诚招合作经营商或转让

地处大光路香格里拉东苑旁,面积1300㎡,装修豪华,适合各类餐饮经营,现诚招合作经营商或转让。有意者请联系:025-84555155 吉小姐

### 食堂窗口招租

南京后宰门西村40号,江苏省青年管理干部学院学生食堂招租,共三个,麻辣烫、鸭血粉丝、木桶饭、小炒、盖浇饭、麻辣香锅、砂锅、米线等,所有窗口无转让费。13813946606,范经理

转让 板桥梅山9424饭店,面积450平米,精装修,非诚勿扰。13062587222

出租 食堂窗口。13851541918

急转 西善桥盈利中饭店200平米市口佳。13776658137

转让 川菜馆低价。13951918802

转让 股巷饭店600㎡。15380799716

转让 河西万达广场 120 ㎡饭店。15050569919

转让 江宁咖啡西餐厅。18652098227

转让 饭店,西善桥营业中饭店250㎡,高档装潢。18752023538

**雨花板桥稀缺公寓 精装交付,总价 18万-35万**  
**超高性价比是您投资自住的理想选择**  
**抢到即得 联系热线:83113778**

**浦口西 多层电梯花园洋房**  
**总价 19.5 万起**  
 二期多层现房持续热销  
 三期电梯洋房火爆认筹  
**联系人:15950453339/13814004001 周三、周六、周日**

急转 饭店江宁。13921400797  
免费转让 夫子庙某商场特色餐饮。18020139123

转让 饭店,房租低。13851402581

### 转让火锅店

自助火锅烧烤店,全新装潢,接手可营业。13512519527

转让 营业中饭店300平米,好停车,也可开办诊所、办公等。13705192348

转让 迈皋桥 100 平米饭店。13002590464

转让或承租 饭店,大光路360㎡接手即干。13905187915

转让 奥体饭店。13813899984

招租 大学食堂特色小吃窗口零房租。1381388487

转让 新街口附近饭店,60㎡。15850565451

急转 龙圆中路餐厅。15950572785

转让 江宁580㎡旺铺饭店,接手可盈利,(可分租)。15996469215

转让 铁心桥饭店700㎡,紧邻软件园,高档小区,旅游景区。13913827264

出租 新街口黄金地段饭店,面积200㎡,另有大学对面上佳小吃门面一间出租。15896452984

转让 江宁大学城食堂窗口。13813828305

转让 上佳地铁口生意火爆饭店400㎡房租低股东分歧。13901590257

转让 银城花园营业中饭店。15385550007

招租 学校食堂盖浇饭窗口。13115000044

招租或转让 江宁殷巷精装修饭店。有意者面谈13951780707

出租 银龙花园 100 ㎡饭店。13912988212

转让 大厂新装修饭店1500平米,房租低生意好,另有浦口大华180平米火锅店转让,非诚勿扰。电话:17714197779 朱

急转 饭店 500 ㎡,非诚勿扰。13852291003

转让 夹岗大排档,生意好,6.5万。13776559864

转让 饭店,油坊桥地铁莲花出口180㎡。电话:18651800518

转让 150 平米营业中面馆。13601588543

转让 盈利饭店280㎡。13301582880

转让 或出租应天大街791号餐饮店,50㎡,适各行。18205172157

转让 桥北明发商业街94㎡饭店,适合:烧烤龙虾小吃。13851508165

转让 好市口240㎡饭店,接受即干!15861815273

转让 万寿饭店300㎡。15952012009

转让 迈皋桥 80 平米饭店。13505196447

招租 大学食堂窗口,早点,特色饭类。13814129156

转让 南方花园400㎡饭店,设施全,租金低,客稳。13951004203

转让 淳化 150 平米饭店。18114013961

转让 中式快餐店。电话13382403909

### 急转饭店

新街口华侨路300㎡旺市酒楼。13073473158

转让 桥北万江共和新城装修齐全100㎡饭店7万,无任何限制,适各种经营。13851838392

## 转 让

转让 营业中咖啡店。13002565432

急转 大学城超市。13605181891

### 江宁大学城水果超市转让

另有门面招租。13338626338

急转 营业中足疗店。18551754809

### 转 让

足疗spa430㎡房租29万可改造多行。18013891070

急转 江宁烟酒店。13921400797

转让 棋牌室:鼓楼区经营中1000平方米大型棋牌室,可多种经营,客源稳定,现整体转让。有实力者电联,非诚勿扰。17768105840(15:00后联系)

### 承 包

现有湖南路附近大型娱乐休闲会所寻求承包合作,具体面议。13770596090 赵

急转 夫子庙足疗店。13813877179

### 转 让 / 合 作

雨花大型电玩城,联系人:王先生。联系电话:18913044574,非诚勿扰

转让 超市带烟草证。18100617666

转让 承包 汉中门大街大型棋牌室,有意者面谈。13813847878 赵

转让 营业中宾馆。13701462702