



健康新知

婴儿长时间哭泣或损害大脑健康

英国育儿专家佩内洛普·莉赫博士实施的最新研究显示, 婴儿长时间哭泣可能会损害大脑健康, 这一爆炸性结论或引发如何对婴儿哭泣做出反应的大讨论。

莉赫博士认为, 任由婴儿哭泣不利于他们的健康, 以后出现各种问题的风险更大。她宣称, 这项研究证明长时间哭泣可能会损害发育中的大脑, 导致以后出现认知障碍。她认为婴幼儿并不具备“学习”在适当时间入睡的成熟心智, 长时间啼哭的婴儿最终会停下来, 但不是因为他掌握了独自酣然入睡的诀窍, 而是因为他已筋疲力尽, 不再对获得帮助抱有希望。

据莉赫介绍, 继续哭泣会导致应激激素皮质醇分泌增多, 长时间哭泣产生大量皮质醇, 以致可能会伤害婴儿大脑。这并不是说, 婴儿永远不应该哭, 或是婴儿哭时父母应该担心。不过, 这项研究与澳大利亚默多克儿童研究中心上月发表的一项研究结论相矛盾。该中心的研究人员对 225 名在婴儿时期接受过睡眠干预的六岁儿童进行了研究, 结果发现“可控哭泣”(即允许婴儿长时间哭泣)没有对他们的情绪和行为发育产生任何不利影响。大量研究表明, 约 50% 的父母在如何让婴儿形成良好睡眠模式上束手无策, 常常导致夫妻间的关系出现矛盾。 尹姗姗

男孩 14 岁易冲动

英国科学家进行的一项最新研究发现, 青少年最容易出现打架、叛逆、学坏的年龄是 14 岁, 此时他们内心充满要“玩火”的冲动和欲望。科学家表示, 与其他年龄段的人相比, 14 岁的男孩更有可能沉湎于冒险行为, 尤其是在做错事没有受到惩罚的时候。

研究者对 9 岁-35 岁的男性参与者进行了调查记录, 受试者被要求玩电脑游戏。游戏中, 他们要选择作出何种决定以赢得赌注, 通过记录参与者对游戏结果的满意或者失望程度, 科学家对他们每一个人的情绪反应进行了分析。结果发现, 青少年更热衷于能够让他们感到刺激的冒险行为, 其中 14 岁的少年最为突出。 戴小西

新技术

西班牙完成世界首例

完整面部移植手术

由 30 位西班牙医生组成的一个医疗小组表示, 他们已经成功进行了世界首例完整面部移植手术。这项史无前例的手术是上个月为一名面部在事故中严重受损的年轻男患者进行的。

虽然过去全球一直在进行面部移植手术, 但是它们都是局部移植。进行这项手术的西班牙巴塞罗纳医生表示, 这是世界上首例完整面部移植手术。

巴塞罗纳 Vall d'Hebron 大学医院展示的部分图解。(右图)

除了皮肤组织以外, 这名患者还接受了新颧骨、面部肌肉、牙齿、上腭、皮肤、鼻子、嘴唇和

下巴的移植。这项手术是在 3 月 20 日进行的, 整个手术用了 24 小时。 杨孝文



午饭吃太快 工作效率低

吃完午饭回到办公室, 你是否会变得烦躁、困倦、对工作失去耐心? 这可能是中午吃饭快所带来的负面影响。加拿大的研究者发现, 中午吃饭太快会影响下午的工作效率。

加拿大多伦多大学罗特曼管理学院的研究人员通过对写字楼里的上班族进行调查, 发现午餐用的时间越少, 下午的情绪状况越差。为了节省时间, 大部分上班

族中午会选择在快餐店就餐, 那里的环境会增加人们的吃饭速度, 让人在不知不觉中变得不耐烦、紧张。研究者表示, 快餐的初衷是为了让人们加快吃饭速度, 腾出更多时间工作。但事实证明, 节省午餐时间并不意味着提高了工作效率。

据此, 研究人员建议人们放慢午餐时间, 最好找个安静点的环境, 细嚼慢咽。

张世豪

笑得灿烂增寿 7 年

常言道“笑一笑, 十年少”。美国《心理科学》杂志在线版最新刊登一项最新研究发现, 微笑还是长寿的一大秘密, 简单的微笑即可使寿命延长 7 岁, 而且笑得越灿烂, 笑起来眼周皱纹越深, 长寿几率就越大。

美国底特律市韦恩州立大学研究人员对美国大联盟退役棒球运动员调查发现, 真心笑的人比不笑或假笑的

人寿命更长。研究人员调查了自从 1950 年就开始打棒球的 230 名运动员, 其中 184 人已经去世。研究人员将 230 张照片中各运动员的笑容分成从“面无表情”“假笑”和“大笑”三个“笑级”, 并将“笑级”与年龄进行了对比研究。

研究结果发现, 笑得最灿烂的人比不笑或假笑的人活得更长久。 徐澄

闻海滩气味 心情变好

众所周知, 在海滩, 海水的波涛、清新的海风和翱翔的海鸥所发出的声音, 以及周围迷人的景色, 可使人旷神怡、情绪放松。

英国沃里克大学心理学

家发现, 海滩的气味同样可使患有严重抑郁症的人心情趋于平静, 病情得到减轻。因此, 建议抑郁症患者不妨利用假期到海滨旅游, 并常去海边走走。 萧山

喝苹果汁减少哮喘发作

英国研究人员最新发现, 每天喝苹果汁, 会有助于减少哮喘发作。

研究小组分析了 2640 名 5 至 10 岁的儿童吃水果和发生哮喘的情况。调查发现, 每天至少喝一次浓缩苹果汁的孩子, 比每月喝不到一次的孩子发生哮喘的风险要少 47%。同时, 另一研究发现, 只要每周吃两个苹果, 就可以把患哮喘病的几率降低 22%-32%。研究人员猜想, 可能是水果里的抗氧化剂抵消了环境污染中有害的氧化作用, 发炎减轻了, 所以减少了哮喘发作。研究人员还说, 苹果里的抗氧化剂含量特别高, 对于增强人体免疫力, 预防其他许多疾病的发生都有一定帮助。 李泽阳



性格内向 成功几率大

内向的人也许结交不是很广泛, 但他们在工作上却有着外向人无法企及的长处。美国一项最新研究发现, 内向害羞大多与生俱来, 而且, 内向的人在工作中更容易成功。

研究发现, 大约 1/5 的人拥有内向害羞的人格特征, 表现为行为拘谨, 甚至有点神经质, 从儿时起, 这些人就表现为慢热、爱哭、喜欢提不同寻常的问题、酷爱深思等。

负责该研究的专家发现, 与外向的人相比, 内向害羞的人在处理视觉信息的时候, 其大脑某些区域更加活跃, 因此他们显得更注重细节。同时, 在做决策时, 他们愿意花大量时间思考, 不喜欢闲扯其他的话题, 更能专心致志地奔着一个目标努力, 因此他们成功的几率也相应增大。

研究者还指出, 内向害羞的人还应该克服一些自身的弱点, 例如太敏感, 容易受到外界影响等, 从而更有利于工作的开展。 陈宗伦

“接吻病”对女生影响大

英国一项针对俗称“接吻病”的传染性单核细胞增多症的最新调查发现, 在学校中, 女生受这一疾病的影响要比男生大得多。这一发现或将有助于探索治疗这种疾病的方法。

传染性单核细胞增多症由一种通过唾液传播的病毒引起, 因此俗称“接吻病”。这种疾病会引起咳嗽、发烧、疲惫等类似感冒的症状, 大多数人可在数周内自愈, 但也有一些患者的症状会持续数月。

英国爱丁堡大学日前发布公报说, 患上这种类似感冒的疾病会严重影响学生的生活。患者平均每天要多睡 3 个小时, 学习时间则相应减少。该校研究人员进行的调查显示, 女生受的影响更为严重, 因病缺课的时间是男生的 5 倍多, 同时因病感到严重疲惫的时间长达 4 个月, 是男生的两倍。

参与研究的麦克斯温博士说, 这是一项很有趣的发现, 它显示“接吻病”的影响有明显的性别差异。研究人员希望相关发现能帮助开发这种疾病的新疗法。 黄翔

中国地区 3859 个城镇可办理送药上门 药到付款

## 18 年的糖尿病在这里康复了

国家专项财政补贴 如 3 疗程未治愈患者可免费指导治疗 直至痊愈

研发背景: 由国际糖尿病研究联盟与我国最权威的中医科学院强强联手, 运用世界最先进的纳米萃取技术从深海动物胰脏和数百种纯天然名贵中草药中提出高效生物活性酶和天然活胰素, 成功研制出最新一代能治愈糖尿病的特效药“胰康降糖宁”。

经数万名患者临床验证, 该药具有以下特点: 1. 药物直接进入人体胰岛组织, 快速修复胰岛功能, 激活胰岛细胞再生, 使其正常分泌胰岛素, 达到自身降糖、停药不反弹的目的; 2. 对糖尿病引起的肾病、冠心病、高血压、高血脂、手足麻木、刺痛、瘙痒、浮肿、多饮多食、多尿、消瘦乏力、视网膜病变、便秘、盗汗、性功能减退等症有显著疗效; 3. 均衡恢复空腹血糖和餐后血糖, 对轻微患者不会发生低血糖, 对顽固性高血糖患者可平稳降至正常水平; 4. 可立即停用西药和胰岛素, 不需忌口, 一般服药 7 天有明显疗效, 3 疗程即可康复停药。

“胰康降糖宁”的研制成功, 结束了糖尿病不能根治的历史, 2008 年获国际医学金奖, 该药通过了国家卫生部 GMP 认证, 被世界卫生组织确认为根治糖尿病的特效绿色药。央视《健康之路》等媒体争先报道, 称“胰康降糖宁”给糖尿病患者带来了福音!

喜讯: 服用“胰康降糖宁”康复的患者已突破 500 万! 为了让更多的患者早日康复, 国家专项财政拨款, 救助千万糖尿病患者康复工程全面启动, 活动期间, 药费优惠 50%, 原价 680 元/月, 现价 340 元/月, 另一次性购买 2 疗程赠价值 600 元高级电子测糖仪一台, 购 3 疗程者送测糖仪及免费治疗金卡。活动时间为 5 月 8 日止。 京药广审(文)第 2009005235 号

郑重承诺: 1. 服药 15 天无效者, 可无条件原款退回; 2. 3 疗程未治愈者或愈后 20 年内偶有复发者凭金卡可享受免费指导治疗直至康复。(注: 本品由太平洋保险公司承保)

特别提示: 该药由中国质量协会、中国消费者协会提供防伪标识, 确保药品质量!

咨询热线: 010-63003166 (共 8 线)  
010-51290773 (共 8 线)

中国地区技术指导及诊疗机构: 中国中医科学院糖尿病康复中心(北京市昌平区科技园 168 号)  
官方网址: www.zhtnb120.net(也可网上办理)

北京附属医科大学精神障碍康复中心联合美国、英国、德国、加拿大等 50 多位国际精神障碍疾病研究专家, 历经 20 年, 耗资 10 亿美元, 依托国际上最尖端的二氧化碳超临界活性萃取技术精制浓缩而成的新一代纯天然的绿色植物药—奥舒肽胶囊、格瑞莱胶囊。

## 60 天告别失眠 抑郁 精神分裂症

用疗效说话 用健康保证 口服心服 药到付款 免费送货

已在全球 83 个国家同步上市, 目前已成功治愈 400 多万例患者, 具有以下显著特点:

1. 快速穿透血脑屏障, 直达病灶, 清除脑毒, 全面修复脑垂体, 分泌功能, 使大脑信号传递正常。
2. 药物中的活性物质能疏通大脑紊乱的神经系统, 恢复良好的自我调控能力, 让大脑皮层迅速进入松弛状态而自然入睡, 恢复人体神经细胞的运转功能;
3. 迅速摆脱依赖性, 成瘾性, 疗程短, 见效快, 确保患者能在短期内一次性治愈;
4. 原装进口绿色植物药, 天然, 不含激素, 测不出 MLD, LP50 等毒理学参数, 符合世界卫生组织(WHO)倡导环保标准。

奥舒肽胶囊、格瑞莱胶囊经国家权威部门严格检测、认证, 安全可靠, 无毒副作用, 临床用于治疗失眠、入睡困难, 多梦、浅睡易醒、头痛、偏头痛、全头痛, 间歇性头痛, 持续性头痛、抑郁症、情绪低落, 心情压抑、多疑、心烦、焦虑、幻听幻觉、精神分裂症、打人毁物、狂躁不安、恐惧、胡言乱语等症。

郑重承诺: 为确保疗效, 服药 5-7 天无效无条件全额退货退款; 60 天完全康复, 治愈 10 年的偶有复发者可免费指导治疗, 直到康复停药。(国家 3·15 防伪标志, 密码查询真伪, 谨防假冒) 京药广审(文)第 200900210 号

惊喜! 我院联合卫生部特举办大型优惠活动, 即日起至 5 月 15 日, 药费优惠 40%, 并为患者建立个人档案, 统一发放疗效合同书, 正规发票。康复机构: 北京附属医科大学精神障碍康复中心 地址: 北京市房山区拥军大道 236 号 官方网站: www.xxa988.com

康复热线: 010-51665781  
全国免费电话 400-888-3599