

过敏闹心,竟是电子产品惹的祸



常用电脑易患“电子过敏症”

专家介绍,“电子过敏症”也称电磁波过敏症,是手机、计算机、无线网络等电子产品产生的电磁波造成的过敏,过敏者会出现头晕、潮热、瘙痒、恶心、心悸、头痛等症状。目前已知这是因为持续暴露在电磁场中而导致的一种过敏类疾病。电子过敏症患者主要病源是电脑。开机状态下的电脑屏幕有电磁辐射作用,会导致瘙痒、红疹、红斑等过敏性皮炎,眼部疼痛等结膜炎病症。

其次,电脑屏幕周围会形成一个静电

秋季是个容易过敏的季节,提到皮肤过敏,通常大家都会想到粉尘、食物之类。你知道吗?电子产品也是过敏原。电脑、手机等电子产品也可能会导致各种皮肤问题。

场,吸附大量悬浮灰尘,导致尘螨过敏。此外,电脑开机后,会散发一种为三基磷酸盐的气体,属于致敏物质。而且电脑越新,释放出的致敏气体就越多。

专家提醒,患“电子过敏症”跟个人工作压力及不良生活方式导致免疫力下降有关,平时要做好防护措施。注意皮肤保洁,用温水将静电吸附在面部的污垢洗净;注意室内通风,工作1小时至少休息一次;多喝水、多补充维生素及蛋白质。对于常用电脑的上班族,无法远离电脑,就要做好电脑和个人皮肤的清洁工作,同时还要勤锻炼,提高免疫力。

沉迷上网要警惕神经性皮炎

有些人可能上班时并不会常用电脑,但在工作之余喜欢上网来解压。殊不知,过分沉迷网络使得生活不规律,导致内分泌失调,从而可能引发神经性皮炎。专家介绍,神经性皮炎与精神因素有关,熬夜上网,打乱了生活规

律,容易导致内分泌失调。上网解压会导致抑郁、社交恐惧,令人心理压力越来越大,反而适得其反。建议上班族尝试运动解压,运动时大脑放空,加上人体分泌名为“腓肽”的激素,可愉悦神经,带来心理上的放松。

药物+电脑或致光敏性皮炎

有时候,一个疾病的发作不是某一个单一因素造成的。过敏性皮炎不一定是接触过敏原,也有可能是药物和光源的共同作用诱发的。服用属于光敏性反应药物后再接触光源,很容易引起过敏反应。如果长时间对着电脑的荧光屏,光源直接照在脸上,因此引起了皮肤发红、发痒等光敏性皮炎。

专家提醒,服用利尿药、镇静药、抗组胺药、抗菌药等光敏性反应药物期间一定要注意避光,比如日光、荧光灯、电视及电脑都要少接触。

百家

冷知识

“辣”其实不是一种味道

你喜爱吃辣吗?你会怎么形容“辣”的滋味呢?不过,科学家研究发现辣并不是一种味道,为什么这么说呢?

辣,是许多美味佳肴的特色之一。如果辣得恰到好处,食客们吃得畅快淋漓的同时,常会赞美技艺高超的厨师充分满足了他们的味觉。如果这时候有人冒出一句:“辣不是一种味道……”恐怕没人会相信,但这确实是现代科学的普遍看法。

味觉是检测物质化学成分的感觉,起始于分布在舌表面等处的基本功能单位——味蕾。味觉是进食时进行自我保护的最后一道屏障,告诉我们哪些东西具有营养,哪些东西摄入后于健康不利。科学家证实,“味道”虽然千姿百态,但归根到底,可按所代表的化学刺激不同,分为最基本的五种:甜、咸、酸、苦、鲜。

那么,“辣味”呢?它的任务和甜、咸、苦、酸、鲜一样,是告诉我们摄入量入口的东西有无营养或毒性吗?非也。所谓“辣”,其实是一种轻微的“痛”,或者说,是由分布在舌头上的、感受伤害性刺激的神经末梢,对辣椒素、酒精等物质做出反应的结果,并不能指示我们嘴里的东西是否适合食用。辣的感觉甚至不需要味蕾的参与,在向大脑传递信号时,走的也不是和五种基本味道一样的味觉途径,而是更依赖于伤害性感觉传递的通道——在伤口或者黏膜处涂上辣椒末,也能产生类似“辣”的灼烧甚至疼痛感,便是证明。所以说,“辣”不是一种味道。然而,适量的辣能使食物更加美味却是不争的事实。遗憾的是,其中缘由目前尚无定论,还有赖于科学家与美食家、厨师们联手进行探讨。

翁史灼

提个醒儿

脖子“咔咔”响 千万要警惕

不少人在长时间使用手机、电脑后,脖子会感觉僵硬、不舒服,左右扭动则会发出“咔咔”的声音,这是怎么回事呢?如何应对脖子作响的问题呢?

专家介绍,这些声响都是疲劳引起的。因为长时间保持一种姿势会使局部肌肉痉挛、积液,当小关节周围的积液由于活动从这边挤到那边时,就会发出声音。比如长时间伏案工作会改变颈椎的生理曲度,扭动时骨头与骨头之间发生一些小的错位与摩擦,产生一些声音;再者,长期伏案导致后纵韧带钙化,颈椎出现肌肉僵直,活动时脖子不灵活,钙化组织与周围的骨凸位置也有可能发生一些摩擦,出现一些声音。

专家指出,长此以往会导致关节炎。脖子扭动时“咔咔”作响是身体在对疾病进行“抗议”,并且,颈椎还会导致出现一些继发性的疾病。最常见的颈椎疾病就是关节炎,其重要原因就是颈椎退化。

专家介绍,椎骨之间还存在椎间盘,中间有水分、胶质,椎间盘像个弹簧一样,让椎体之间的活动有缓冲。当椎间盘老化后就会失去弹性,水分减少,减小缓冲作用,颈椎周围的组织就容易碰撞、水肿。这个时候椎间盘也容易疲劳膨隆,膨隆方向如果朝后,就容易压迫脊髓神经,出现严重的脊髓压迫症状。

如何应对脖子“咔咔”响?专家提醒:多做运动,不要长时间伏案,每工作1小时,可以起来端一杯茶,做做颈椎操,活动一下肩部。可以进行一些功能性训练,提高肌肉质量,保持肌肉前后肌群的比例,缓解颈椎退变。改变生活习惯,使用手机的频率不应太高,选用软一点的枕头或者用低一点的枕头,应注意枕颈不枕头。对于已经有了轻度颈椎病的患者来说,一般一两周做一次推拿按摩可以缓解颈椎的痉挛和疲劳。

健新

养生保健

来看看你体内缺少什么营养素

身体缺乏一些营养素,就会导致小病小痛找上门来,虽然不是什么大病,但是耽误久了对身体也会产生很大的影响。那么身体的哪些表现在告诉我们缺乏哪种营养素呢?

脚踩浮肿:缺乏钾 钾是调节体内血液和体液的酸碱平衡,维持体内水分平衡与渗透压稳定的重要元素。长期缺钾,会导致心律不齐、神经传导不正常的症状。像大量运动后,由于水分流失过多和钾离子流失就容易抽筋。长时间如此,则会发现身体变得浮肿,特别在脚踝处较明显。运动完吃香蕉补充钾元素,可防止抽筋。每天吃定量的蔬菜水果,也能补充足够的钾。

胃部不适:缺乏维生素A 维生素A不但是保护胃的重要元素,也能帮助在呼吸道和肠胃自然形成一层保护膜,防止细菌或有害物质直接侵害身体。因此维生素A不足,除了对眼睛不好,也会侵害呼吸道与胃肠。每天吃点红萝卜、或是每周吃1-2次动物肝脏也是补充维生素A的方法。

嘴破、口角炎:缺乏维生素B₂ 嘴部周围有裂缝、或发炎破洞,是由于体内缺乏能帮助修复组织伤口的维生素B₂。此外对皮肤和头发生成、健康也扮演重要角色,它无法在体内自行储存,因此需从食物或营养补充品中来补充。每天喝250毫升牛奶就能帮助补充,植物性食物如香菇、木耳、花生、芝麻、杏仁等也有丰富维生素B₂。

食之无味、味觉减弱:缺乏锌 人体缺乏锌元素免疫力会降低、食欲不振、生长减缓、掉发、味觉功能退化等。因此如果发现常常吃东西觉得没味道,又有伤口好得慢等症时,就要小心可能是体内缺乏锌的征兆。牛肉、羊肉等红肉中有丰富的锌,例如每周吃一次8盎司的牛排,就能摄取足够的锌。

易怒、暴躁:缺乏铁质 缺铁不但会贫血,还有可能让人变情绪化、容易发脾气。铁是帮助体内制造红血球细胞的重要元素,对于每月要经历失血的女性来说,铁质更为重要,否则容易有精神不佳、心情低落沮丧等症。红肉、鸡蛋、坚果、深绿色蔬菜都是富含铁质的食物,记得多补充维生素C以促进铁的吸收利用。

生窍

微科普

大鼻猴:比大熊猫的濒危级别更高



9月13日广州长隆野生动物世界向媒体公开“金贵”新成员——名列《世界自然保护联盟》濒危物种红色名录濒危级别的大鼻猴。这是中国首次引进该物种,而大鼻猴濒危级别甚至高于大熊猫。大鼻猴又称长鼻猴,是东南亚加里曼丹岛的特有动物,是目前唯一发现的不属于反刍亚目却能够反刍的物种。这种猴子以鼻子巨大而得名,特别是雄性猴子的鼻子会随着年龄而增大,最后形成像茄子一样的红色大鼻子。

王华

教你一招

妙用电吹风缓解胃痛头痛

缓解胃痛 胃痛时可以用吹风机对着肚子吹一会,可以有效缓解胃痛,痛经时也可以用吹风机吹一下小腹处,疼痛可以得到缓解。这跟用热水袋缓解疼痛的道理有点相似,通过刺激温感神经,可能会达到止痛的效果,但不是每一种胃痛都有效。

缓解头痛 压力大或者着凉了容易头痛,可以用热毛巾敷一下额头,然后隔着毛巾用吹风机对着太阳穴吹2-3分钟,这样做头痛可以得到有效缓解。但是经常性头痛的患者就不要尝试,还是听听专业医生的意见。

仪铭

收藏鉴赏

老照片很值钱

中国影像收藏起步较晚,却充满着想象。从1990年开始,影像艺术品一直是拍卖市场上升值最快的板块,它集艺术、文物和影像史料价值于一身,热度不断增加。而家家户户的相册中都有一些存放了几十年的老照片,这些承载了岁月的老照片很可能就超值钱。

国内很多题材的老照片近年来拍出的价格都非常之高。在华辰影像历年的拍卖中,诸如《周璇:影像中的人生》、梅峰高旧藏国民政府旧影、圆明园及颐和园早期照片等十余组照片均拍出了100万元左右的价格。想寻找有价值却未被发现的老照片可以参照这些标准:有文物性,年代久远;有文献性,比如记载重大历史事件;记载重要历史人物、有重大人物的签名,如2005年一张宋美龄题签照以7480元成交,梅兰芳题签照以5940元成交,齐白石题签照以19250元成交;记载重要景物,如一张清末民初的上海外滩全景照片曾以11.8万元成交。

国内和国外定义老照片的标准不同。国外大多指的是1953年之前的摄影作品。国内对于老照片的时间定义尚不明确。《老照片》丛书认为应以20年为标准,即20年前的照片为老照片。我国著名的老照片收藏专家全

冰雪先生认为老照片的定义不是机械的,可以灵活处理。不少人家中都会有一些老照片,以民国时期为例,10英寸左右的照片价位在300-500元;20英寸以上的照片因量少则价位较高,一般每张在1000-2000元,若是尺寸很小的普通家庭的老照片售价一般在50-70元。但其实自己家的老照片中所包含的情感价值要远远高于这些简单的数字,对于家人来说,很多都是千金不换的。与玉石、书画、瓷器等收藏相比,老照片收藏可以说是花费较少的收藏品类。老照片因其收藏价值高,投资成本低而具有不错的投资性价比。较低就能购入的价格使老照片成为普通大众也能玩得起的一种收藏品类,同时还能带来不错的收益。

随着老照片收藏越来越热,假冒的老照片也开始不断流入市场。很多作伪者将照片原作品或印刷品翻拍后用茶水浸泡、化学染色等方式做旧,放入镜框或装订成册冒充老照片售卖。还有一些作伪者用当年照片的底片,直接印制后再进行做旧处理,虽是伪品,但是也具有一定收藏价值,只不过不是原物,价值上会大打折扣。所以初入老照片收藏的藏友要仔细鉴别真伪,避免上当受骗。王洪伟