



手机玩得多 性趣就会少

研究指出,人类过多接触电子产品,尤其是手机、笔记本电脑,可能会影响男性精子的数量和质量,增加胎儿患各种疾病的风险,甚至降低人们的性趣。多项医学调查结果也表明,使用手机时间越长,男性精子的数量和活性就越低。而动物实验显示,每天经受手机电磁辐射超过6小时的老鼠,精子细胞会发生变异,中枢神经系统会受到压抑,男性

勃起功能、女性的性唤起都会受损。

电脑辐射的微波包括低能量的X射线和低频电磁辐射,对精子质量会产生潜在不利影响,女方怀孕还可能对早期胚胎产生一定影响,最好在妊娠6-10周时远离电脑,因为这是胎儿器官分化期。

电脑操作时注意力要高度集中,不能有丝毫差错,连续长时间工作往往使生理和心理都不堪重负,容

易产生失眠多梦、神经衰弱、头胀脑晕,甚至焦虑抑郁等精神症状或疾患。在这种情况下,男子很有可能出现性功能方面的种种问题,如性欲减退、勃起困难、射精无力、快感减弱,当然这些问题是轻度的和暂时的,只要注意调整工作节奏和方式,问题很快就会得到缓解。

河南省焦作煤业集团中央医院
主任医师 是明启

有毒蛇、无毒蛇的 区别

春天一到,气温回升。野外一些蛇类开始活动了。在蛇频繁活动的地方行走或散步,如果不加以防范,则有可能被蛇咬伤。倘使被无毒蛇咬伤,那不会造成伤亡;假如被有毒蛇咬伤,后果不堪设想,其中有些蛇还是有剧毒的,被其咬伤,轻则中毒呕吐,重则伤及性命。那么,如何分辨无毒蛇与有毒蛇呢?

头部 有毒蛇头部呈三角形,无毒蛇一般呈椭圆形。

尾部 有毒蛇尾部短钝呈侧扁型,无毒蛇长而尖细。

体型 有毒蛇粗而短,不均匀,无毒蛇一般细长,体形相称。

颜色花纹 有毒蛇较鲜艳或有特殊斑纹,无毒蛇多不鲜艳。

动态 有毒蛇栖息时常盘团,爬行时动作常迟缓,蹒跚而大意(银环蛇不盘团)。无毒蛇爬行时动作迅速敏捷,警惕性高。

性情 有毒蛇性情凶猛,见人不逃,反而准备攻击对方,或发出呼呼声响,无毒蛇胆小怕人,受惊速逃。

毒牙、毒腺 有毒蛇有毒牙和毒腺,无毒蛇无毒牙和毒腺。

张小六

你把“套套” 放哪儿?

曾有媒体报道,一名3岁小女孩跟妈妈说自己胸部疼,于是年轻的妈妈带着小女孩到医院就诊,经诊断,小女孩因误食了含雌激素的口服避孕药,致使体内雌激素的含量明显升高,使其“乳腺”发生了“增生”现象,出现了乳房提前发育的征兆。

在日常生活中,时常看到顽皮的小男孩拿避孕套吹气球的现象,原因是大人们所用的避孕药具没有妥善保管。对于如何安全存放避孕药具,前段时间,笔者专门走访了社区、农村部分育龄群众,他们答案基本是“随便扔个地方就是了”。

很多年轻的父母常常把领回的避孕药具随手扔到枕头下,更有甚者直接放在梳妆台、电脑桌、茶几上……这样既不雅观也不安全。年轻的父母们有必要花点心思给避孕药具找个“家”。在这里,笔者给大家支招,可以把下面这些地方当做是避孕药具的“家”。

台灯抽屉 通常主卧室里会有台灯,如果台灯带抽屉,可以把避孕药具存放在台灯的抽屉里,这样既美观、方便,也安全。

壁式抽屉 有的人家在主卧室床头两侧墙壁适当位置制作有储物小抽屉,大小足够存放1人份的避孕药具,还可以按口服、外用等分类存放好。

暗箱 有的家庭床头两侧带暗抽屉,也可以把避孕药具存放在这个小小抽屉里。

抽纸盒 每个家庭的床边一般会摆放一盒抽纸,可以对抽纸盒进行一个简单的改装,在底边制一个小折口,将避孕药具从底边存放进里面。

郴州市计划生育药具管理站
副站长 李卫成

食用生姜

会增加患肝癌风险吗?

近期,朋友微信圈传出:“姜是中国人的重要调味品,也为很多人所钟爱,但网传研究发现,食用生姜有增加患肝癌的风险。”那么,这是真的吗?

生姜为芳香性辛辣健胃药,有温暖、兴奋、发汗、止呕、解毒等作用,特别对于鱼蟹毒、半夏、天南星等药物中毒有解毒作用。适用于外感风寒、头痛、痰饮、咳嗽、胃寒呕吐;在遭受冰雪、水湿、寒冷侵袭后,急以姜汤饮之,可增进



喝“混合酒”伤肝

湘南山区的老李是名搬运工,特别喜欢喝酒。不管是米酒、烧酒、白酒、啤酒都来者不拒,喝了这种酒再换那种酒,有时甚至酒中掺酒,还自称“解酒超人”。那么,混合酒对肝脏伤害大吗?

除了老李这样嗜酒的人群外,如今,“白领族”或“上班族”在日常公务活动或业务工作中,流行“三中全会”——白酒、红酒和啤酒混喝,即先喝白酒、再喝红酒,最后喝啤酒漱口,另一种是将白酒和红酒或啤酒混在一起喝。殊不知,这两种喝法对肝脏损伤都较大。

肝脏是人体重要的解毒器官。人喝下的酒进入血液后,就直接到达肝脏,在肝脏,95%的酒精完全被分解,剩下的5%随呼吸、尿、出汗排出体外。肝脏对酒精的处理速度每小时不超过一罐啤酒,且个体有

血行,驱散寒邪。

研究发现,生姜中含有一种叫做“黄樟素”的致癌物质,易溶于乙醇,是许多食用天然精油的主要成分。我国2005年实施的易制毒化学品管理条例中,也将黄樟素列为第一类易制毒化学品。

但适量吃姜和癌症没有太大的关系,正常食用并没有致病风险。不过,姜腐坏变质后产生的黄樟素等有害物质将会迅速增加,长期食用会增加患癌风险。日常购买时,如果发现姜心变黑、变糠或是姜上生嫩芽,说明姜已经坏掉,就不宜再食用了。

求证专家:

湖南省疾病预防控制中心
应急办主任、博士刘富强

差异。如果喝的酒超过了肝脏的解毒上限,就会导致肝细胞对脂肪酸的分解和代谢发生障碍,引起肝内脂肪沉积而造成脂肪肝。饮酒越多,酒精性脂肪肝也就越严重。据统计,慢性嗜酒者近60%发生脂肪肝,20%-30%最终将发展为肝硬化。可以说,酒精是损害肝脏的第一杀手。

近些年,欧美等发达国家已有大量研究显示,酒精与肝癌有着密切关系。饮混合酒患肝癌的几率是饮温和酒或不饮酒的6倍以上。安全饮酒才养生。饮酒的底线是指血液中酒精浓度在19毫克/100毫升以下。男性在1小时内空腹喝1小听啤酒或120毫升红酒或25毫升白酒,即可达20毫克/100毫升。为保护好自己的肝脏,也为生命负责,劝君千万不要喝混合酒。

郴州市第三人民医院 王小衡

接吻可能传播疾病

接吻是保护口腔健康天然的方式。美国大众牙医学会发言人Heidi Hausauer医生曾表示,接吻会刺激口腔分泌更多的唾液,可以冲洗掉口腔内可能引起蛀牙的食物残渣,这就类似咀嚼无糖口香糖的功效。两者都能通过运动口和舌,催速唾液分泌,而唾液越多则意味口腔内天然屏障越牢固,越有利于保卫健康的口腔环境。

亲吻护齿虽有一定的科学道理,但最好要求接吻双方身体健康,没有严重口腔疾病,而且口腔内没有伤口,否则很有可能让对方受伤患病。一旦有牙周病、严重多发龋齿等,患者口腔内的牙周组织会产生炎症,分泌很多黏性分泌物,而且有害菌陡增,口腔产生异味,此时如传播给对方,而对方刚好口腔内有溃疡或伤口,就可能由此进入血液,完成疾病传播。所以有黏膜破损、牙龈出血或其他伤口时千万别接吻,此时可能会传播口腔及血液系统的疾病,包括艾滋病等都可借此方式传染。热爱接吻的人平时还应多在刷牙漱口上下工夫。不能只刷牙齿就完事,因为实际上舌背表面也是细菌聚集多发地带,在完成刷毛对牙齿的清洁后,可用牙刷底反复搓磨舌背,将附着在舌背上的细菌“赶走”。

钱伟