

头晕呕吐看耳鼻喉科

长期伏案者须警惕耳石症

小李是一名会计,最近每天都要忙到半夜进行年终核算,一天早上起床突然出现天旋地转的头晕,同时伴有恶心、呕吐,即使躺在床上,一翻身就眩晕,一直不能缓解。到医院就诊后却被告知要去耳鼻喉科,经医生仔细检查后判断,小李患有“良性阵发性位置性眩晕”,也就是“耳石症”。头晕为何是耳朵的问题?

长期低头工作者是高发人群

正常人的内耳有一种比芝麻粒还小的碳酸钙结晶,即耳石。耳石帮助我们感知运动的速度和方向。正常情况下耳石黏附在内耳的球囊和椭圆囊斑的耳石膜内,后者是酸性粘多糖,将耳石紧紧地固定在囊斑上面,因此,正常的头部和身体活动时并不会脱落。但是当外伤、局部血管痉挛(生气、熬夜、酗酒、抽烟、劳累等可诱发)时耳石有可能脱落下来,随着头部活动而刺激神经末梢,导致剧烈眩晕。

专家提醒 50 岁以上的女性患者、长期低头工作的人以及一些头部受外伤的人群容易

患上耳石症。50 岁以上的女性,大多数已绝经,因为体内雌激素的减少,引发骨质疏松,以碳酸钙结晶为主要成分的耳石就容易脱落。在耳石症的发病人群中,女性患者是男性患者的 2 倍。而像会计、设计师、IT 工作者这些长期低头工作的人,是高发人群。因为长期低头的动作,影响到了耳朵的供血,进而引发了耳石的脱落。头部外伤会使耳石脱离原来的位置。

起床突感眩晕可能是耳石症

头晕到底该看什么科?许多人会先去看神经内科或者心血管科,其实专家建议大家可以先看耳鼻喉科,因为耳石症导致的眩晕非常常见,鉴别也很容易。耳石症导致的眩晕和其他的原因导致的眩晕是有区别的,专家给大家三个判断原则。

第一是耳石症导致的头晕目眩和体位变化有密切关系,而其他原因的头晕大多和体位无关。耳石症的患者在早上起床或者晚上睡觉、低头捡东西时,会突然感觉眩晕,因为这些

动作人的体位都会变化。第二是头晕时间,耳石症导致的头晕一般只持续数十秒钟,而其他原因的头晕,会持续数小时甚至数天。第三是头晕的感觉,耳石症导致的头晕发作时,看东西觉得天地都翻转过来了,有强烈的恶心感,严重者会呕吐,甚至有濒临死亡的感觉。

年轻人不要长期玩手机

一旦确诊为耳石症也不用慌张,大多数人只要通过手法复位就可以了,少部分人需要做手术。耳石症发病率很高,治愈手法很简单,但是复发率也很高,一般 50% 的人会再度复发,病人可在医生指导下自行学习复位的手法,在发作的时候复位就可以了。

除了复位,也要找到发生耳石症的原因,以减少复发。专家提醒,喜欢长期低头工作或者娱乐的人,最好能够多起来走动,如果是心血管疾病、糖尿病或者骨质疏松等全身性疾病导致的耳石症,就要控制和治疗这些慢性病,如果是体质上的问题,可以考虑中医调理。 黄森君

收藏鉴赏

一只小小的打火机能值百万

在我们生活中随处可见的那种几块钱的打火机,外表毫无个性,不具收藏的价值,但有的打火机不单单只有实用价值,还早已发展为一种独特的工艺品,这些打火机不仅有着精致的外观和令人咋舌的价格,其最高可达百万,而且它们的升值潜力也同样不容低估。

1918 年,IMCO 公司用废弃的弹药筒制造燃油打火机,于是诞生了世界上第一款打火机,直到今天,打火机仍是源自弹药筒的圆筒设计款式。IMCO 打火机不仅仅是二战中部队士兵的挚爱,更是士兵回归故里的收藏品和纪念品。在一些非洲地区,由于汇率波动较大,该公司出品的 6600 Junior 原创打火机甚至充当了硬通货的角色。

目前市面上可以见到国内外的各品牌系列的打火机有好几十种,价格从几十元到上千元不等。打火机的点火技术本身是没有优劣可言的,厂商为了使自己的产品销路更好,往往在外形上下工夫,打火机公司推出限量鉴赏版,这些珍品都是为了纪念特别盛事、重要人物或艺术运动而创造的,对于打火机的收藏而言,一般一个品种限量在 1 万件之内都是有收藏价值的。而发行量越小,其升值的空间也就越大。

打火机收藏也分品牌,如都彭就属于打火机中的极品,一般限量版在国内售价就在 5000 元以上,上万元的也不足为奇。1989 年为纪念法国大革命 200 周年,都彭推出了限量鉴赏版,其中的打火机已经由 400 美元升至 3000 美元;1995 年都彭将水、火、土、空气形象化,创制出以 4 款墨水笔为主题的限量鉴赏版,限量发行 200 套,该版已经由 5000 美元升至 10000 美元。还有一款当年的打火机在 10 年间已升值了近 10 倍,其投资回报率令人咋舌。

值得收藏的不止国外品牌的打火机,还有我们国内的打火机。中国曾经最出名的打火机就是上海出的葵花牌打火机,当时是国内最好的打火机。这款打火机一度畅销国外,主要使用汽油煤油作为燃料,制作工艺部分需手工完成,价格偏贵生产量小,在世界打火机收藏界有一定影响。

打火机品种、款式数目繁多,普通打火机就没有收藏的必要,收藏投资者要考虑打火机在二手市场的承接力,有选择地进行投资收藏。一般来讲,披头士套装 ZIPPO 纪念版、KISS 乐队纪念版、邓小平纪念打火机以及在二战、越南战争及朝鲜战争期间留传下的打火机在今天的打火机收藏市场都是炙手可热的“潜力股”。如 2008 年 6 月香港古董拍卖会上,一只上世纪三十年代瑞士产纯银外套、带“八天”微型表的登喜路打火机,就最终以 5.04 万港币成交。 龙兴

提个醒儿

这几种水果籽最好别咽

很多人吃水果总喜欢大口咬,嚼碎就往下咽,不管有没有籽和核;也有的人出于营养的角度,认为水果籽富含营养,不宜浪费,所以直接吃了,但其实这种行为都是很危险的。西瓜籽、葡萄籽、苹果核,偶尔少量误食没有关系;但若为了治疗保健等功效特地去吃水果籽,非但没有太大作用,有些甚至还会影响身体健康。

葡萄籽 葡萄籽中的营养难以被吸收,如果嚼碎的话,能被吸收的营养物质剂量微小,而且会有一股涩味。因为葡萄籽中的大量单宁会凝固舌头、口腔和食道表面的蛋白质。

石榴籽 石榴籽含有一定量的果酸,可能伤肠胃。

樱桃核 樱桃的果核被压碎、咀嚼,或者只是轻微的破损,都会生成氢氰酸。轻度中毒症状包括头痛、头晕、意识错乱、焦虑心慌和呕吐。大量的氢氰酸会导致呼吸困难、高血压、心脏跳动过快以及肾衰竭。其他反应包括昏迷、抽搐,最严重的会导致呼吸衰竭致死。

一般来说,混杂在果肉里面的细小种子都能吃,比如草莓籽、蓝莓籽、百香果籽、西红柿籽和火龙果籽等,只是人体肠胃无法吸收。而有些水果籽煮熟后相当美味,例如菠萝蜜和榴莲的种子。 荆雪涛

生活小窍门

淋浴花洒喷头堵塞清洗小妙招

淋浴喷头长期使用一段时间后,就会发生堵塞现象这是很自然的,这并不意味着淋浴喷头坏了,你别担心,完全不用购买新的,这主要是由于长期放水后产生了水垢的缘故,你只需要对淋浴喷头进行清洗即可。

清洗淋浴喷头最主要的原料就是白醋,要特别注意不能用强酸,以免对花洒表面造成腐蚀。我们将花洒拆下来之后,将其放入盛有白醋的小盆里浸泡两小时左右,浸泡之后用牙刷刷洗,再用清水清洗干净即可;如有硬水沉淀物就用柠檬切片擦洗。

为了确保淋浴喷头的使用寿命,在安装时最好让它不要在浴霸的正下方,且距离浴霸最好在 60cm 以上,并且经常用软布粘少许面粉擦拭花洒表面,让它依旧如新。 叁陆零

微科普

国内之最!黄土高原现大规模丹霞景观带

近日,陕西省地质调查院在陕北及渭北地区发现大规模丹霞地貌遗址。经鉴定,这是国内目前已知的规模最大的丹霞地质遗迹景观带,南北长约 750 公里,东西宽 10 公里至 70 公里,出露面积达 4000 余平方公里。整个景观带由北向南呈“S”状分布,形成了黄土高原上一道红色的地质遗迹景观带。丹霞地貌是指由产状水平或平缓的层状铁钙质混合不均匀胶结而成的红色碎屑岩,受垂直或高角度节理切割,并在差异风化、重力崩塌、流水溶蚀、风力侵蚀等综合作用下形成的有陡崖的城堡状、宝塔状、针状、柱状、棒状、方山状或峰林状的地形。 仪铭



投资理财

选保险 必须注意的三大原则

保险,大家想必是再熟悉不过了。我国的保险业在营销方面,应该可以算是众多金融机构之最吧。一般人在面对保险业务人员的强烈销售攻势下,往往是难以招架,然后购买一款自己都没怎么明白的保险产品。掌握几招选择保险的原则,是防坑防骗的必备技能。如果你已经购买过保险,那就对应一下,看看是否遵循了以下原则。如果你还没有购买并且即将打算购买,那么遵守以下原则,可以购买到更加适合你的保险产品。

看合同,先看题标。请注意了,务必看清楚所购买产品合同的名字。由于保监会的要求,保险公司的合同名字都是统一的、标准的格式“保险公司的名字+吉庆词+具体产品类型”。例如,有一家“某某人寿保险公司”。那么他推出的一款保险,合同名字是“某某人寿 安康终身寿险(分红式)”,看合同名字就知道,这是一家叫某某的人寿保险公司,推出的叫做“安康”的分红式终身寿险保险产品。记住了这一

条,那么拿到合同时,可以及时清醒挑选适合你的产品。

先保障,后理财。如果你是第一次购买保险,而业务员就一直向你推荐各种所谓的“到期能够返本的或是能够每年分红的保险”。你不必在意,因为这几类保险,保费高,相应的业务员的佣金提成就高。买保险的人是你,多想想保险本质是什么。

先大人,后小孩。首先,小孩有被保险资格,却没有支付保费的能力。家中的大人本身若未购买保险,若出现意外,小孩子的保费没人缴纳,一样是作废。所以在为小孩购买保险之前,先把自己的那份保险买了。别把先后顺序搞错了。

归根结底,在购买任何一款保险的时候,必须明确一点,那就是保险的本质是什么。如果你在心中清楚的明白了,保险的首要的基础功能是保障,是转移风险,那么你会幸福很多。 陈鸿谋

冷知识

碳减排实际上减的是什么

随着温室气体对全球气候和环境带来日益明显的影响,人们逐渐感受和认识到碳排放导致的危害,对减少温室气体的“元凶”——二氧化碳排放也越来越重视。其实,温室气体有很多种,包括二氧化碳、水汽、甲烷、一氧化二氮等。但是从对全球温室效应的作用来说,二氧化碳最大,这是因为二氧化碳占的比例最高,约达 55%。为了应对全球变暖造成的气候变化、灾害频发、冰山消融、能源危机等一系列环境问题,减少碳排放势在必行。

所谓碳排放,实际上是将整个温室气体归结到二氧化碳中的“碳”。碳减排主要就是通过各种手段减少人类生产和生活中的二

氧化碳排放。那么,怎样才能实现碳减排呢?实际上,碳排放不只是我们看得到的汽车尾气或者工厂烟囱冒出的浓烟,绝大多数采用化石能源的生产过程及其产品,实际上都负有碳排放的“责任”。因此,要实现碳减排,首先就是要调整能源结构,降低传统能源使用的比例,提升新能源开发利用的比重。其次,尽量减缓二氧化碳的产生速度和减少二氧化碳的产生量,主要是要控制减少高耗能、高污染的企业,多发展服务业、高新技术产业及绿色产业等。另外,要多建节能工程,发明新的节能减排技术,实现垃圾等资源再利用,大力发展循环经济,这样不但可以减少环境污染,

还可以产生其他效益。同时,应该通过健全法制、加强宣传、完善节能和环保标准等方式来宣传碳减排的意义,如通过积极参加节能宣传周、城市节水宣传周及世界环境日、地球日等活动,来宣传碳减排的知识,尤其是要让青少年从小培养节能意识,做一个环保小卫士。

此外,在人们的日常生活中,还有很多措施可以促进碳减排,使每个人都来为碳减排出一份力。比如:尽量选择公交车或地铁等公共交通方式;尽量选择可循环利用的产品,节约水电等。这些我们力所能及的事情虽然点点滴滴,但却积少成多,同样可以为减少二氧化碳的排放做出贡献。 安佑志