

科学解惑

女性吸烟为何更受伤

目前,中国吸烟的人数超过3亿,每年死于烟草相关疾病的人数超过100万,大约每分钟死亡2人。其中,女性烟民的数量不可小觑。

女性肺癌发病率上升

我国关于吸烟行为的流行病学调查数据显示,男性15岁至19岁、女性15岁至24岁这两个年龄段的吸烟率上升明显,吸烟低龄化导致肺癌发病年轻化。

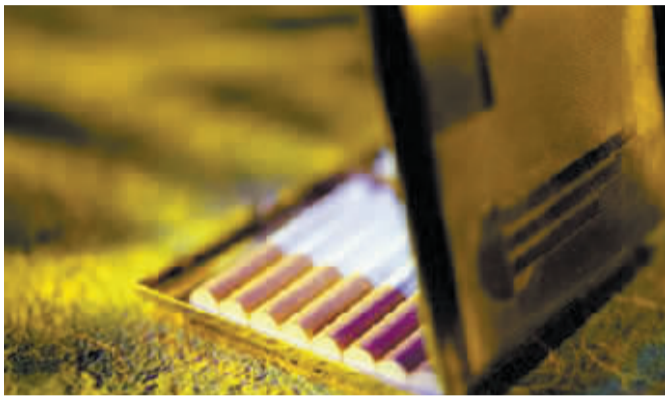
最新统计表明,女性吸烟率已上升到8.9%。

“女性肺癌患者多为腺癌,转移性高,发现时往往已进入临床中晚期。”专家说。女性肺癌发病率居高不下,除了与女性吸烟率上升有关,还有一个不可避免的原因,那就是女性是二手烟的受害者。

吸烟与被动吸烟和环境污染、不健康生活方式等是导致肺癌高发的主要原因。专家表示,吸烟会使女性宫颈癌发病率增加3倍,患卵巢癌概率增加2倍至4倍,患乳腺癌危险性增加60%,发病年龄提前8年。

女性吸烟更“受伤”

对吸烟的一些错误认识,是诱使女性及青少年进入烟民队伍的直接原因。



很多人认为,吸低焦油卷烟比吸一般卷烟危害小。专家说:“根本没有所谓的‘安全卷烟’,低焦油卷烟和其他卷烟一样有害。近年流行病学研究结果表明,低焦油卷烟并不能降低患肺癌及心血管病的风险。”

淡烟往往是一些女性烟民的选择,但专家认为,至少在导致肺癌方面,吸淡烟对身体的危害不会减小。

女性吸烟量一般少于男性,有些男性也常以吸得少来安慰自己。然而,专家研究表明,根本不存在所谓的安全吸烟水平,就是每天只吸三四支烟,也能引起致命性的心脏病。

“有些人吸了一辈子烟也没

事,我觉得不用那么担心。”对于这种论调,专家一针见血地指出:“人的体质有差异,因此,烟草不可能让100%的吸烟者都患上肺癌或是早死。但不可否认的是,全球每年有500多万人因吸烟而死亡。仅根据身边的个别现象就认为吸烟可能无害,这是不明智的。”

所谓“女人吸烟得病的可能性比男人小”的说法更是荒唐。吸烟几乎会损害人体的全部重要器官,这些危害对男女是平等的。对女性而言,情况更为严峻,吸烟女性出现肺气肿和慢性支气管炎等慢性阻塞性肺病的危险更大;在更年期之后,吸烟女性发生冠心病和由于骨密度低导致的骨折风险更大;孕妇吸烟易

引起自发性流产、早产、死产或宫外孕,会严重影响胎儿发育。

有些吸烟者认为,吸烟有助于减轻体重,保持身材,这纯属自我安慰。吸烟只是使肌肉减少,让吸烟者误以为达到了“减肥”效果,实际上脂肪仍在堆积,而且肌肉的流失还会加大对吸烟者身体的损害。

何时戒烟都不晚

戒烟并不容易,因为尼古丁的成瘾性并不亚于海洛因、可卡因。然而何时戒烟永不算迟。据统计,一个吸烟者在未患上慢性病之前就戒烟的话,1年后因吸烟致病的机会将降低66%。

“戒烟后,身体失去平衡,很容易生病。”这是很多人没有决心戒烟的理由。

“的确有这样的案例,但是,其患病原因并不是因为戒烟,而是因为长期吸烟,已经对身体造成了损害。”专家说,吸烟者戒烟后,患各种疾病的危险性都在下降,其中患癌症风险下降得最慢,要到10年以后才能表现出来。

戒烟后真正会出现的症状是烦躁或消沉,2至3个星期后,大部分症状都会消失。专家建议,如果消沉症状持续时间超过1个月,就需要引起重视并去看医生。

(杨朝晖)

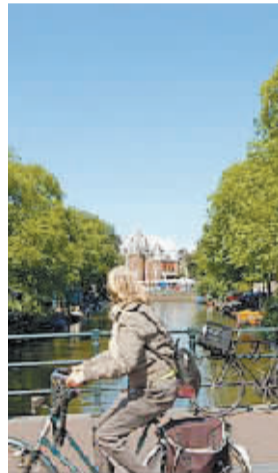
大千世界

欧洲日间移民成时尚

“移民”本来指的是一个国家的公民到另一个国家去寻找工作,并且居住下来,从而获得该国的一系列福利保障和公民身份。但目前在欧洲,一种新型的“日间移民”正在悄然兴起。

所谓“日间移民”,指的是一个国家的公民白天到另一个国家工作,晚上再回到自己的国家生活。这虽然看起来有一点匪夷所思,但在欧盟国家内部早已不是什么稀奇事。

据欧盟统计,每天在欧盟国家内部约有80万“日间移民”。以斯洛文尼亚为例,每天都有2000人左右跨过斯洛文尼亚边境,到意大利城市工作。由于同属申根区(参



加申根公约的成员国整体),斯洛文尼亚人只要带着身份证就可以随意出入意大利边境,而很多人本来就居住在两国边境,所以交通上也很方便。事实上,即使居住在斯首都卢布尔雅那的居民,开车到意大利的海边城市迪利斯特斯特工作也不过一个小时的车程。所以,对于斯洛文尼亚的“日间移民”来说,到意大利工作并没有什么困难,薪水还高于国内。而对于意大利的服务类行业来说,也愿意雇佣斯洛文尼亚人,因为斯洛文尼亚人“对薪水要求不是很高,但比本国勤劳”。当然,“出国工作”的人并不是都来自欠发达国家,很多人都是出于“人往高处走”的动机。由于不同国家对工作岗位的需求和市场定位不同,不同的专业人才在不同的国家得到的待遇有很大差别,这就使得很多人愿意开上一个小时车到邻国“择良木而栖”。

目前,随着欧洲经济不稳定因素的增加,很多国家的失业率不断上升,这使得“日间移民”更加成为一种就业途径。当然,跨国就业会对邻国的就业市场带来一定影响。目前,欧盟国家对于“日间移民”的态度并不统一,一些较发达国家对这种现象并不限制,但与中东欧接壤的一些国家则对此不太欢迎。所以,每天80万的“移民”中,一部分人还是在邻国打黑工。(光明)

动物世界

灰松鼠鸽口夺食

近日,英国摄影师西蒙·达克(Simon Dack)在自己家的花园里,捕捉到了灰松鼠与鸽子争抢食物的精彩瞬间。

当鸽子试图抢走坚果时,灰松鼠立即反击,摆出了“拼命”的架势。鸽子见状,悻悻地抖抖羽毛飞走了。赶走鸽子后,灰松鼠开始享用自己的胜利果实。

灰松鼠在19世纪70年代被引入英国,用于给公园带来生机。然而,数十年以后,它们的足迹遍及大半个英国。灰松鼠比英国本地红松鼠更大、更具进攻性,它们将大部分红松鼠赶出了自然栖息地。另外,灰松鼠还因常偷鸟的食物而臭名昭著,因此,图中那只不幸的鸽子也许只是试图夺回属于自己的东西。(据新华网)



知客谈资

两性之间,有些真相你不知道

男人和女人为深入了解对方,可谓绞尽脑汁。科学研究在一定程度上能帮助我们揭开男女关系的诸多真相,其中,一些研究结果或许会令大家颇感意外。比如,男人真的喜欢骨感女人吗?男人是否比女人更注重对方的相貌?

男人并不喜欢骨感女人

研究表明,男人不喜欢骨感女人的程度,几乎与他们不喜欢中等身材女人的程度一样。许多男人认为,瘦骨嶙峋的女人看上去很



不健康。男人的大脑似乎对“沙漏”体形的异性有一种自然反应,就像是对毒品一样迷恋。

女人露40%最合适

研究人员在研究中设定,两条胳膊的表面积占身体表面积的20%,两条腿占30%,其余部分占50%。结果发现,暴露40%肌肤的女性吸引男性的数量,是那些把自己裹得严严实实女性的两倍。而那些肌肤裸露程度超过40%的女性也没产生更大的吸引力。

女人比男人更看重对方的脸蛋

研究显示,对于两性来说,他们在寻找终身伴侣的时候,身材显得越来越不重要。男人只有在寻求建立短期关系时,才会对身材非常看重,当他们寻求建立长期关系时,对脸蛋更为看重。无论是寻求建立长期还是短期关系,女人似乎总是对吸引力有吸引力的面孔感兴趣。

(石言)