

《致猝死十大恶习排名》出炉 用力大便排名第二

近日,《致猝死十大恶习排名》走红网络,引发网友关注。在名单中,“暴饮暴食”、“吸烟或被动吸烟”、“久坐不动”等成了导致猝死的主要不良生活习惯;更加雷人的是,“用力解大便”也成了易导致猝死的恶习,且排名第二。有专家分析这份“伤心榜单”称,解干大便、搬桶装水这些突发动作,让人从静态中突然发力,瞬间内血压迅速升高,心脏承受的压力也会随之剧增。此外,血压不稳时,血管斑块的活动性就会增加,容易脱落。让人不解的是,“在闹市骑车”竟然居排名榜首位。比利时哈塞尔特大学研究人员发现,无论开车、骑车或步行上班,只要经过车辆密集的路段,都会增加心脏病发作危险,

主要原因是空气污染。其中骑车上班者危险最大,因为这些人吸入的尾气最多,“受污染”最严重,他们同时还要耗费一定体力踩踏自行车,容易引发供血不足。这两方面都是诱发心脏病发作的重要原因。另外,有专家称,拥堵的交通很容易让人紧张、焦虑,引发血压升高。让上班族和宅男宅女坐立不安的是——“久坐不动”也被录入《十大恶习》排名。专家称,因为久坐会导致人体内新陈代谢的改变,影响脂肪代谢,减弱酶的活性,使得血液中的脂肪及甘油三酯含量上升,血黏度升高,血流缓慢,容易形成血栓,增加患心脏病风险。易导致“坐”以待病,甚至“坐”以待毙。

(据《深圳晚报》)

致猝死十大恶习排名

1. 在闹市骑车
2. 用力解大便
3. 大量喝酒或咖啡
4. 心情抑郁
5. 暴饮暴食;
6. 性生活纵欲过度
7. 久坐不动
8. 吸烟或被动吸烟
9. 吃得太咸、太甜
10. 吸食毒品

网友吐槽

- @yidain 點:进食过饱可能猝死! 这是告诉我们要少吃点么?
- @伊丽莎白 SAMA:身为车友,我感觉要死了!
- @警察叔叔要奋斗:国人体质另当别论。
- @暨阳山水居士:市区骑单车是尾气吸得太猛了吧。
- @黄某亮了:我还活着,所以一条都没中。
- @铜爵汽车养护:估计没人选6,因为已经over了。
- @水瓶天亮就好:第四位:心情抑郁、第十位:久坐不动。风险概率有多大?
- @时尚营销_刘建成:爱生活,爱健康,爱自己。
- @不想做起床困难户的霍比特:虽然这些恶习都略微奇葩,喝咖啡还是排到第三啊。
- @董伊林:这么看来,如果不猝死简直是奇迹。



姑娘痛失爱车发宣言 谁找到车就嫁给他

一辆自行车就能“讨来”个漂亮媳妇?这如今听来不太可能的事儿,就出现在前日的一条被热议的微博上。博主是位20多岁的姑娘,近日在北京丢了一辆捷安特山地车,心急之下求助微博网友,更“大方”表示:“谁找到了爱车,本姑娘就嫁给他!”

(据《东方网》)



顾客吃出“老鼠屎”

一名网友在泸州论坛发帖称,在一家火锅店吃饭时,发现菜碗里有黑色颗粒,疑似老鼠屎。厨师赶来一看,称黑色颗粒是豆豉,并一口吃进了嘴里。该名网友在帖子里表示很“汗”,并把现场照片发到了网上,让网友帮忙鉴定这黑色的颗粒究竟是不是豆豉。

(据《华西都市报》)

公交司机边开车 边摸女子大腿

昨天,一条微博和一张照片引发网友吐槽声一片,微博写道:“你看到的没错,这个就是漳州公交,车子开着,司机边开玩笑边摸那女的腿没有顾虑车上乘客实在太过分了,所以拍下来。”微博还配了一张图片。



一社区一横幅俩错字

在宜宾本地一网络论坛上,一条《改错!亲,你看到了几处错误?》的网帖吸引了3000多网友跟帖。在该网帖中,网友“市民123”晒出一张横幅的照片,横幅为“摒弃陋习 崇高文明 参与创卫”。其中“摒”应为“摒”,“高”应为“尚”。

(据《华西都市报》)

亮

信阳新闻网

www.xyxww.com.cn

信阳第一新闻门户网站

7月1日全新改版上线

试运行