



尺寸正越变越大 运动时跳“8”字舞

乳房 不为人知的事实

很多人迷恋女性优美的乳房,却对其知之甚少。近些年关于乳房的科学研究与调查越来越多,乳房神秘的面纱也逐渐被揭开。最新一期美国《女性健康》杂志刊文,列出了乳房不为人知的七大事实。

1.乳房正在越变越大。英国大型内衣零售商最近完成的一项调查发现,在短短20年间,美国女性内衣尺码在不断增大,相当于胸围增加3英寸(约合7.62厘米)。体重增加和隆胸是胸罩尺寸变化的两大主要原因。

2.七成女性对乳房不满意。《国际性健康杂志》刊登的一项新研究发现,70%的女性对自己的乳房感到不满意,她们希望自己的乳房可以更挺拔、乳沟更突显。相反,大部分男性觉得自己爱人的乳房“很美”。

3.跑步时乳房轨迹成“8”字形。女性运动时,乳房也会随着身体晃动,运动轨迹犹如“8”字,活动幅度可达到8英寸(约合20.3厘米)。运动时乳房痛很常见,英国一项研究发现,1/3的跑步者运动时会感到乳房痛。专家表示,女性运动时最好佩

戴合适的可托起乳房的运动胸罩。

4.多数人的两只乳房都不一样。美国女记者弗洛伦丝·威廉斯在其新书《乳房:自然与非自然历史》中披露,一侧乳房通常比另一侧乳房大1/5罩杯,乳头颜色,甚至高低都略有不同。

5.隆胸名列整容首位。美国整形外科医师协会数据显示,隆胸手术高居2012年整容手术榜首。虽然2012年美国隆胸手术比2011年减少7%,但仍有28.6万人施行了隆胸手术。

6.抚摸乳房可以让女性获得高潮快感。研究发现,82%的女性表示,抚摸乳房等刺激动作有助于激起性欲。同时,还有一部分人说,刺激乳房能让她们获得高潮时的快感。

7.胸罩历史并不长。美国女人玛丽·菲尔普斯·雅各布于1914年首次获得“无背式胸罩”专利并开始批量缝制胸罩。但20世纪20年代,美国纽约的艾达·罗森莎和丈夫威廉·罗森莎设计的胸罩才是如今的胸罩标准。(据《生命时报》)

英国最新调查发现

恋爱让人发胖

很多人渴望甜蜜的爱情。近日刊登在英国《每日邮报》上的一篇报道指出,“坠入爱河”会让情侣们吃得更多,最终导致双方都增肥。

调查显示,在拥有甜蜜爱情的情侣中,62%的人表示自己的体重会增加,72%的人认为他们的另一半也变胖了,66%的情侣认为他们与另一半一起变胖了。

在发胖原因方面,56%的人认为自己有爱情之后吃得比平时要多;有30%的情侣称,相爱后他们的主要活动就是待在家里看电视、吃东西,缺少运动锻炼;还有20%的情侣认为他们交往的主要事情就是在外吃东西。同时,26%的人希望与自己的另一半过上更健康的生活。

营养及体重管理专家伊兹·卡梅伦称,情侣们彼此相爱后,心理满足感提升,体重会或多或少地增加,但也要注意合理膳食、均衡营养、保持健康。(据《生命时报》)

行动起来 改善性爱

分享幻想 绵绵絮语 翻新花样

在很多地方,性是人们避之不及的话题,即使性生活出现问题,也不会积极改善。事实上,享受性爱是人类的基本权利。性爱让人身心舒畅、备受鼓舞,对健康也大有裨益。所以,无论男女,都应该遵守以下法则,为改善性爱作出努力。

分享性幻想。大脑是我们最强大的性器官。分享彼此的性幻想可以重新点燃激情和欲望。常有性幻想,可以让我们摆脱惯性束缚,在性爱中尝试新的刺激与体验。

语言交流。性爱中的绵绵絮语具有强大的催情魔力。伴侣之间通过交流了解彼此的感受、喜好和欲望,在性爱中保持身体的和谐互动,能够大大提升性爱的乐趣。

留心伴侣需求。很多人都不是技巧十足的性爱选手,唯一的改善方式就是留心伴侣的需求。女人可能需要更多的亲吻、拥抱和爱抚,男人则需要感到自己被爱、被崇拜、被珍惜。

外出度假。阳光、大海、沙滩、浪漫情调、烛光晚宴、跳舞、赖床不起、没有孩子们打扰,享受假期的女人都是性感炸弹,行动起来,一起去度假吧。

学会理解。有时,一方暂时会对性爱全无兴趣,此刻不妨坦白直言,但是必须怀着诚实的态度,如:“我现在不想做爱,但是想要一个拥抱,可以吗?”

(英国皇家医师协会性学专家 米里亚姆·斯托帕德)

毛发少是否影响性能力

江苏读者张女士问:我经人介绍认识一个男朋友,他今年35岁,人很好,就是有些秃顶。我听说男人头发少会影响性能力,请问这个说法科学吗?

黑龙江中医药大学附属第二医院男科副主任医师张瑞答:男性秃顶有多种原因,工作压力大、经常熬夜、遗传等因素都可能引起脱发。还有一种情况是体内雄性激素分泌的比较多,

导致皮脂腺分泌油脂旺盛,而造成脱发。这种情况代表着他的性欲可能比较强。当然,性欲强弱并不能代表男性的性能力好坏,比方说勃起硬度和时间等。

与此相对应的是,有些人认为,男人体毛少、个性阴柔,其性能力就弱,这个说法也不太准确。体毛与性能力没有必然联系。性能力包含的内容很广,从生理上看,判断

性功能强弱,除了雄激素水平,还包括一生的精子总数、性活动次数、性活动进行的时间长短等。从心理上看,包括性冲动时的心理强度、性冲动频率等。从年龄上看,一般年纪越大,人的性能力也会随之下降。因此,建议大家不要“以貌取人”,更不能因为头发少就否定其性能力,找伴侣一定要根据个人情况来综合考虑。(据《生命时报》)

京沪男人很抢手 川味媳妇排第一

什么样的伴侣最理想

每个人都曾在心中勾勒另一半的形象,也曾想象过如何与他(她)共度浪漫节日。在中国传统情人节“七夕”期间,零点指标数据就一系列两性话题,对1074位18~45周岁的男女进行问卷调查,并制作了中国31省市青年男女最理想伴侣地图。其中,一些调查结果值得关注,我们就此采访了婚恋专家、国家二级心理咨询师李惠丽。

老乡见老乡,易擦出火花。当问及“您最想娶/嫁哪个地区的姑娘/男人”时,54.5%的男性和57.7%的女性首选与自己家乡省份相同的人。李惠丽表示,共同的地域性会造就相同的饮食、生活习惯,有相同的爱情观,这可能是人们“就近”择偶的原因。

川妹子最受欢迎。除去同乡人的吸引,男人最想娶的外省姑娘是川妹子,包括四川和重庆,接下来受欢迎的依次是浙江、江苏和北京的姑娘。网传旺夫的山东妹子只排到了第11位,其受欢迎程度与东北三省中的辽宁姑娘相当。专家表示,川妹子给人的印象是皮肤白嫩、性格乐观、外形娇美,所以更容易获得青睐。



京沪男人受青睐。在男性选择上,北京和上海男人排在首位,接下来受欢迎的依次是四川、黑龙江和辽宁男人。“从结果看,经济条件、是否会关心人、男子汉气概可能是很多女性考虑的因素。”李惠丽说。

“在一起”是最想要的节日礼物。83.2%的城市居民表示,如果有另一半,会共享七夕节,这一比例超过西方

情人节。调查发现,“整天时间陪伴”意外高居“最期待的惊喜”榜首,其次是“爱人下厨”和“一次旅行”,衣服、鞋、包等实物则排名靠后。李惠丽分析,在紧张的现代生活中,拿出时间和真诚陪伴另一半,成了最大“奢侈”。她建议无论什么节日,抽出时间与另一半一起享受美食、分享快乐,是增进感情既简单又有效的方法。(刘书玲)

妙语

吃好喝好

结婚前,男人借钱也要让女人吃好喝好;结婚后,女人借钱也要让男人吃好喝好。

女人对你说“讨厌”时,说明她对你有好感;男人对你说“讨厌”时,他是真的很厌恶你。

男人和老婆的关系再差,他和丈母娘的关系也还能过得去;女人和老公的关系再好,她和婆婆的关系也可能出问题。

难与易

男人第一次和女人上床很难,以后越来越容易;女人第一次和男人上床很容易,以后越来越难。

男人赚钱后想和老婆离婚,男人赚不到钱老婆想和他离婚。

“你还爱我吗”,这句话女人会在第一次和男人接吻、第一次被男人抚摩、第一次和男人上床、男人赚到第一笔钱的时候各问若干次。

违章表现

男人违章停车被罚款会和警察吵一架,女人一边劝;女人违章停车被罚款会和身边的男人吵一架,警察在一边劝。

女人对男人说“我知道自己其实不漂亮”时,男人绝对不要表示同意;男人对女人说“我其实很失败”时,女人绝对要表示反对。

女人因为愚蠢而善良,男人因为善良而愚蠢。(据《生命时报》)

