

手机放哪里辐射最低?



● 尽量离身体远一点

当人们使用手机时,手机会向发射基站传送无线电波,而无线电波或多或少地会被人体吸收,这些电波就是手机辐射。一

般来说,手机待机时辐射较小,通话时辐射大一些,而在手机号码已经拨出而尚未接通时,辐射最大,辐射量是待机时的3倍左右。这些辐射有可能改变人体组织,对人体健康造成不利影响。

● 手机别放枕头边

专家介绍,手机辐射对人的头部危害较大,它会对人的中枢神经系统造成机能性障碍,引起头痛、头昏、失眠、多梦和脱发等症状,有的人面部还会有刺激感。有报告指出,长期使用手机的人患脑瘤的机会比不用的人高出30%。使用手机超过10年的人患脑瘤的几率比不使用手机的人高出80%。因此,人们在接电话时最好先把手

机拿到离身体较远的距离接通,然后再放到耳边通话。此外,尽量不要用手机聊天,睡觉时也注意不要把手机放在枕头边。

● 莫把手机挂胸前

许多女孩子喜欢把手机挂在胸前,但是研究表明,手机挂在胸前,会对心脏和内分泌系统产生一定影响。即使在辐射较小的待机状态下,手机周围的电磁波辐射也会对人体造成伤害。心脏功能不全、心律不齐的人尤其要注意不能把手机挂在胸前。有专家认为,电磁辐射还会影响内分泌功能,导致女性月经失调。另外,电磁波辐射还会影响正常的细胞代谢,造成体内钾、钙、钠等金属离子紊乱。

● 挂在腰部影响生育

有医学专家指出,手机若常挂在人体的腰部或腹部旁,其收发信号时产生的电磁波将辐射到人体内的精子或卵子,这可能会影响使用者的生育机能。

专家建议手机使用者尽量让手机远离腰、腹部,不要将手机挂在腰部或放在大衣口袋里。有些男性把手机塞在裤子口袋里,这对精子威胁最大,因为裤子的口袋就在睾丸旁边。当使用者在办公室、家中或车上时,最好把手机摆在一边。外出时可以把手机放在皮包里,这样离身体较远。使用耳机来接听手机也能有效减少手机辐射的影响。(皖南)

夏季喝啤酒禁忌



下四五瓶,喝下去的大量水分会很快排出,但酒精会迅速被吸收,使血液中的血铅量增高。如果整个夏季天天过量,会抑制、影响细胞的正常活动力,也可能导致脂肪堆积而阻断核糖核酸的合成,造成“啤酒心”、“将军肚”,从而影响心脏的正常功能。大瓶啤酒容量一般为640毫升,建议每天饮用量不超过1000毫升。

③ 不宜配用熏鱼

在大量饮用啤酒时,配菜中不宜有熏鱼、熏肉等烟熏食品。因为烟熏食品中含有机胺,烹调过程中还会产生多环氨基酸衍生物甚至苯并芘。当饮酒过量而使血铅含量增高时,烟熏食品中的上述物质与其结合,可诱发消化道疾病甚至肿瘤。大热天由于啤酒饮用量大,诱发疾病的几率往往较高。

④ 啤酒不宜捆扎

原封啤酒的瓶内有一定气压,环境温度高,瓶内压力也会升高,所以大热天购买啤酒特别得注意“防爆”,不要购买标签标识不规范、使用捆扎包装及非B字标记玻璃瓶包装的外地产杂牌啤酒。(辽晨)

① 酒温不宜过低

存放在冰箱里的啤酒应控制在5摄氏度~10摄氏度,因为啤酒所含二氧化碳的溶解度是随温度高低而变化的,啤酒中的各种成分在这一温度区间协调平衡,能形成最佳口味。温度过低的啤酒不仅不好喝,而且会使酒液中的蛋白质发生分解,营养成分受到破坏。

② 饮用不宜过量

啤酒的酒精含量不高,营养丰富。有的市民大热天畅饮啤酒,接连喝

教你

科学使用微波炉

有关专家指出,家用微波炉的频率是2450兆赫,这种微波不能透入人体内部的器官和组织,只能使皮肤和体表组织发热而已。

只要不是持续的长时间辐射,就不会对人们的健康构成威胁。而我国许多微波炉生产厂家采用多重防微波泄露技术,早已将微波泄露量控制在每平方米1毫瓦以下。因此,大可不必担心微波泄露对人体的伤害。当然科学使用微波炉才是健康的保障。

● 忌用普通塑料容器

热的食物会使塑料容器变形,同时塑料容器会释放出有毒物质,污染食物。

● 忌油炸食品

因高温油会发生飞溅导致火灾。如万一不慎引起炉内起火时,切忌开门,而应先关闭电源,待火熄灭后再开门降温。

● 忌将微波炉置于卧室

同时,还应注意不要用物品覆盖微波炉上的散热窗栅;忌长时间在微波炉前工作。开启微波炉后,人应该远离微波炉或距离微波炉至少1米之外。

夏季看电视六注意

随着人们生活水平的不断提高,大屏幕彩电越来越多地走入普通消费者的家庭,但关于在夏季使用彩电的一些技巧,我们又是否都了解呢?

①. 在使用大屏幕彩电时,不要覆盖塑料布、布套等,在底部也不要垫泡沫塑料,以免影响彩电透气、散热,但可以选用防静电的布套。

②. 大屏幕彩电的色彩、音量、对比度等要调节适当,这样观看效果更好,既能达到节省能源的效果,还可以延长电视的使用寿命。

③. 不能用插拔电源插头的方法开电视机,因为在电源插头拔插的瞬间电流可能很大,在电流直接输出给电视的时候,有可能造成芯片击穿的情况。

④. 正常收看节目和刚关机时,不要搬动和振



动电视机,以防损坏电视。无论哪个角度,电视都要避开阳光照射以免造成元件老化或者电视过热。

⑤. 电视节目看完后,最好不要用遥控器关机,而要关掉电视机上的电源。因为用遥控器关机,电视处于待机状态,内部仍然有电流通过。虽然目前所有电视都表示待机时功率非常小,但如果电

视内部元器件长期通电有可能造成提前老化等现象,对于节能也是不合理的。

⑥. 夏季收看电视时间不宜太长,一般不要超过3小时,因为目前平板电视体积非常薄,内部散热并不一定很好,因此要注意防止电视内部过热现象,否则容易造成电视元器件提前老化。

(刘彤)

新潮美发沙龙

新潮美发沙龙酬宾第二季
燃情7月 狂欢夏季

盛夏——一个充满激情的季节
一个眼神即可点燃激情
一缕发丝即可拨动情人的心弦

特价项目

离子烫拉直 49元 抛光离子烫拉直 60元
烫卷 60元 染发 38元
隐形蓬松头顶 38元

VIP会员加盟

贵宾卡: 预存300元,送价值260元的护发倒膜一套(1000mm),会员卡免费,持卡烫染7折优惠
翡翠金卡: 预存500元,送价值360元的高档冰疗一桶(1000mm),会员卡免费,持卡烫染6折优惠
钻石金卡: 预存1000元送价值480元的高档冰疗一桶(1000mm),会员卡免费,持卡烫染5折优惠

请认准新世纪广场店,本店新区、山城区暂无一家分店
电话: 13939284398 3297988
地址: 新区新世纪广场东区步行街检察院小高层住宅楼西门对面

中国驰名商标 中国名牌产品

ARROW 箭牌卫浴·瓷砖

箭牌卫浴河南百店 7月17日-19日

齐惠中原 底价倾城

768元

底价倾城卡使用说明:

第一重功能: 可以领取精美洗浴大礼包一份(一卡限领一份);
第二重功能: 凭卡才能购买店庆供货款原价2508元的坐便,店庆价768元(一卡限买一套);
第三重功能: 此卡可升值100元,购买倾城单品/套餐产品(店庆专供款坐便除外);
第四重功能: 可参加连环抽奖,有机会中免单奖和电器大奖。

地址: 新区万商隆建材城一楼中区
电话: 3289688 15939290680

饭后散步未必健康

人们常说:“饭后百步走,能活九十九。”其实,这种说法不太科学。从消化生理学来说,饭后胃正处于充盈状态,这时必须保证胃肠道要有充足的血液供应,以进行初步消化食品。饭后适当休息一下,可保证胃肠道能得到更多的血液供应量。

根据最近的研究表明:有些人的“吃饱”,不过是胃感觉到了胀满,而营养却没有吸收进体内,身体仍然处于“饥饿”状态。这个时候匆忙起身而走,势必会有一部分血液集中到运动系统去,这样就延缓了消化液的分泌,破坏了胃的正常消化,容易诱发功能性消化不良。

因此,“饭后百步走”并不适合所有的人,它只适合于平时活动较少,尤其是长时间伏案工作的人,也适合于形体较胖或胃酸过多的人。这些人如果饭后散步20分钟,有助于促进胃肠蠕动,胃肠消化液的分泌和食物的消化吸收,是有利于身体健康的。但至少应在饭后20分钟后再开始“百步走”。

有些人是适合饭后“不能走”的,这是指体质较差,尤其是患有胃下垂等病的人。这些人饭后不宜散步,就连一般的走动也应减少,可以选择在饭后平卧10分钟。因为饭后胃内食物充盈,此时再进行直立性活动,就会增加胃的震动,加重胃的负担,引起或加重胃下垂。患有心脑血管病的患者最忌饭后运动。因为饭后胃肠活动增加,胃肠部的血流增加,脑部的血流相应减少。

另外,当就餐环境室内外温差较大时,在进餐的时候吃得红光满面、大汗淋漓,要是匆忙离开餐厅,汗腺及皮下组织中的毛细血管骤然收缩,容易引起风寒头痛,还加大了心脏的供血负担。因此,饭后适当静坐,闭目养神30分钟然后再活动比较合适。(闽南)