

# 全球 7000 项研究综合分析显示—— 6 种癌症逼近肥胖者

世界癌症研究基金会10月31日公布研究成果,指出肥胖与癌症的关系比人们通常所知的更加密切。研究列出了包括食道癌在内的6种受肥胖影响较大的癌症,并提出防癌对策,其中保持苗条、少饮酒、少吃红肉等是主要手段。

## 保持苗条

这项研究成果综合了全球7000项癌症成因研究,历时5年得出。其中最早的记录可追溯至20世纪60年代。研究小组成员是来自各国的21名知名专家。

人们已经知道,肥胖不利于癌症患者。但研究发现,饮食、体重与癌症的关联远超人们想象。研究者列出了6种受肥胖影响较大的癌

症,称已找到“令人信服的”证据能证明二者确有关联。6种癌症分别为:食道癌、胰腺癌、直肠癌、子宫癌、肾癌、更年期乳腺癌。

保持正常体重是专家建议中的重要一条。研究小组负责人马尔莫说:“我们建议,在健康范围内,人们应尽可能保持苗条,并在成年后把控制体重变成一种习惯。”

《每日电讯报》援引英国癌症研究会的数字说,若控制体重得当,全英每年将有1.2万人逃脱癌症魔爪。

## 脂肪影响

科学家究竟找到了什么证据,来证明肥胖与癌症之间的关联?

研究认为,肥胖对癌症的作用是多方面的,其中之一是多余脂肪

会影响人体激素平衡。脂肪细胞能释放雌激素,增加女性肥胖者患乳腺癌的风险。此外,腰部脂肪细胞能促使人体产生生长激素,这也会增加罹患癌症的危险。

人类身体质量指数计算方法为体重(千克)除以身高(米)的平方。体型正常者身体质量指数一般在18.5至24.9之间。

## 健康之道

如何远离癌症,健康生活?专家主要建议如下:

**少吃红肉。**专家建议,每人每周对红肉的摄入量最好在500克以内。红肉指未经烹调前呈现红色的肉,大多属于哺乳动物,如猪、羊、牛肉等。禽肉、鱼虾等不在此列。此外,

研究还发现,大量食用“加工肉”会增加患直肠癌的风险。“加工肉”专指熏肉、腊肉、火腿等食品。

**适量饮酒。**假如人们要饮酒,男子最好控制在每日两个单位,女子最好控制在每日1个单位。一个单位指半品脱(约0.286升)啤酒或一小杯葡萄酒。

**少吃食盐。**专家建议,每人每日食盐量不要超过一茶匙,多吃蔬菜水果,多喝水而不要多喝含糖饮料,力争从食物中摄取营养,而不要依赖营养品。

除了少吸烟、多运动等常见建议外,专家还给女性提出了专门建议,呼吁女性尽量用母乳喂养婴儿,认为这样做可以减少母亲患乳腺癌的风险。邵馨莲(新华社供本报稿)

# 最新全球竞争力排名公布

美国继续名列榜首 中国大陆上升一位

新华社今晨电 世界经济论坛10月31日发布《2007—2008年全球竞争力报告》,涉及131个经济体,其中6个首度参评。排名前10的经济体仍以“老面孔”为主。中国大陆的排名较去年上升一位,列第34。

首度参评的6个经济体包括利比亚、阿曼、波多黎各、沙特阿拉伯、叙利亚和乌兹别克斯坦。美国再度当选最具竞争力经济体。高校与企业间在研发领域合作密切、知识产权得到高度保护、人力资源和投资高效利用,都是它蝉联竞争力榜首的原因。

亚洲排名最高的是新加坡,位列第七。韩国的排名提升尤为明显,成为“黑马”。韩国从去年的第23位跃升至第11位,超过中国香港,直追新加坡和日本。这主要归功于稳定的宏观经济、优秀的高等教育和职业培训体系、强大的科技力量、高水平的商业文化和创新潜能。而医疗卫生水平欠佳和金融市场风险高成为主要的失分点。

中国大陆今年位列第34,较去年第35位上升一个位次。报告说,中国大陆排位上升主要得益于国内外市场需求旺盛、宏观经济稳定、政府债务始终被控制在一个较理想的水平以及高储蓄率和低通胀率。失分的地方主要是“软件”:在金融市场成熟性方面位列第118位,中学和高校入学率分别位列第91和第80位,在创新能力和商业文化成熟程度方面位列第50。

世界经济论坛自1979年以来每年发布全球竞争力报告,指出竞争力与经济体的可持续发展前景密切相关。今年的“全球竞争力指标”包括制度环境、基础设施、宏观经济、医疗卫生和基础教育、高等教育和培训等12类110项。

评论 07110111501



## 各国美臀比一比

德国慕尼黑市10月31日举办了世界臀部锦标赛。最终,来自保加利亚的迪米特洛娃和来自罗

马尼亚的安德雷在45名入围者中脱颖而出。两人将各获得1万欧元的奖励、一份模特公司的合约以及

一份臀部专用保险合同。上图为比赛现场,参赛者大秀自己健美的臀部

## 意大利 毛驴运送垃圾省了钱又环保

新华社北京10月31日电 意大利西西里岛小镇卡斯特尔博诺用毛驴代替卡车运送垃圾,既省钱又为环保做出了贡献。

法新社10月30日报道,小镇有一万居民,从2月起用6头毛驴代替原有的4辆垃圾运输车运送垃圾,迄今这些毛驴已为小镇运送了近140吨垃圾,负责赶毛驴的环卫工人因此被称为“生态保护操作员”。

小镇镇长算了一笔账:一头毛驴售价约1200欧元,饲料等花费每年约2000欧元;而一辆垃圾运输车售价约3万欧元,保养维修费每年为7000至8000欧元。

## 荷兰 比利时“越狱专家”海牙劫后“失风”

新华社今晨电 荷兰警方10月31日宣布抓获日前借助直升机越狱的比利时“越狱大王”阿拉勒。算上这次,他已4次成功越狱。

警方发言人霍斯曼说,阿拉勒10月30日武装劫掠海牙一家摩托车店,成功后与一名同伙驾驶一辆摩托车逃跑,与警方展开一场公路追车。阿拉勒及同伙随后丢弃摩托车步行逃窜,被警方抓获。

阿拉勒因为犯有武装袭击罪而入狱。10月28日,4名持枪的蒙面歹徒闯入阿拉勒所在监狱附近一家公司,劫持一架正在维修的直升机,在监狱操场上降落,制造混乱,阿拉勒随后趁乱逃脱。

## 性骚扰案件几乎占韩国地铁犯罪案一半 首尔将重新启用女性专用地铁车厢

新华社北京10月31日电 韩国首都首尔市地铁部门31日表示,将重新启用只提供给女性乘客使用的地铁车厢,以保护她们免遭性骚扰。首尔地铁曾在1992年推出女

性专用车厢,但仅在数月后因为“运转方面的问题”而被取消。

地铁部门负责人说:“之前,我们很难阻止男性乘客在高峰时间搭乘女性专用车厢。”他表示,新的女性

专用车厢将在明年投入使用,每趟列车将包含两节这样的车厢。

韩国议员近日提出重新启用女性专用地铁车厢,称性骚扰案件几乎占到韩国地铁犯罪案的一半。

## 走向璀璨新发现还是疯狂的极端?

# 史上“十大怪异科学实验”出炉

### 一、迷幻大象

美国研究人员于1962年给一头大象注射了297毫克迷幻药,这一药量约为人类能承受最大量的3000倍。结果大象在怒号中倒下,并在不到一个小时内死去。

结论:“大象好像对这种药敏感。”

### 二、空中恐怖

上世纪60年代,飞行员告诉10名参加飞行训练的水兵,飞机正失去控制,马上就要坠入大海,必需赶快填写保险单。这些水兵根本不知道他们在参加实验。

结论:迫在眉睫的死亡恐惧让人比平时犯更多错误。

### 三、膀胱学笑

美国心理学教授莱乌巴上世纪30年代提出假说,认为人在被膀胱时才学会笑,而且这种反应不是天生。

为了验证,他规定家人在他在场时,被膀胱不准笑。他儿子7岁时,才在被膀胱时笑。这并没阻止莱乌巴的实验,他又拿女儿做起了实验。

结论:无

### 四、无头老鼠与花脸

明尼苏达大学的兰迪1924年

将在3日出版的英国《新科学家》杂志列出了“史上十大最怪异科学实验”。《泰晤士报》10月31日援引文章作者的话说:“除了怀疑、惊讶和恶心,这些实验更让我发笑。但这些实验不是疯子的作品,而是出自诚实、勤奋但不愿意接受普通观念的科学家。有时候,这种疯狂带来的是璀璨的新发现;有时候,它可能会以疯狂结尾。”

时研究人类有厌恶感的面部表情。他先用木炭在志愿者脸上画线,然后让他们闻氨水、看色情读物。随后让志愿者砍掉小白鼠的头。所有人最初都拒绝,但最终大部分人还是照做。

结论:实验者的表现“更像是邪教成员为教主作出牺牲”。

### 五、起死回生

美国加利福尼亚大学教授科里斯上世纪30年代研究如何让人死而复活。他把尸体放在跷跷板上晃来晃去,“以促进血液循环”,并给尸体注射抗凝血剂和肾上腺素。

结论:无

### 六、睡眠中学习

美国的莱尚1942年做了个实验,希望能阻止男孩咬指甲。他在孩

子们熟睡时播放“别咬指甲”的录音。

结论:40%参与实验的孩子不再咬指甲。但有人认为,“孩子们可能正在想,如果我停止咬指甲,那个扰人美梦的怪男人可能就会走开”。

### 七、好色火鸡

宾夕法尼亚州立大学两位学者上世纪60年代研究火鸡的性行为。科学家把一只母火鸡模型“肢解”,研究母火鸡到底哪里吸引公火鸡。实验中,模型火鸡的“尾巴、脚和翅膀逐渐被拿走”,但直到只剩下头时,公火鸡依然“性趣不减”。

结论:“火鸡对伙伴并不挑剔”。

### 八、双头狗

苏联外科医生迪米霍夫1954年时公布了他制造的双头狗。那只

狗有两个头,其中一个狗头“嫁接”在另一只狗的脖子上,那个嫁接的狗头能舔牛奶喝。

结论:两只狗很快因器官排斥死掉。

### 九、喝呕吐物医生

美国医生弗斯19世纪初为证明黄热病并非传染病,开始以自身做实验。他先在伤口上倒感染黄热病病人的呕吐物,进而喝那些呕吐物。

结论:实验中,他确实没生病。但事实证明,并不是他的假设成立,而是黄热病病毒要通过血液传染,特别是通过蚊子叮咬传染。

### 十、睁眼睡觉

爱丁堡大学的睡眠研究学家奥斯瓦尔德为了研究进入睡眠的极端条件,找了3个志愿者做实验。3人的眼皮被粘上,不能闭眼,面前有不停闪烁的灯光,腿上还接着电击器、耳朵还要听嘈杂的音乐声。面对种种“睡眠阻碍”,接受实验者的脑电波显示,他们在12分钟内就已睡着。

结论:奥斯瓦尔德怀疑,接受实验者所受的刺激“太单调”。

马震(新华社供本报特稿)