

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

全球 7000 项研究综合分析显示—— 6 种癌症逼近肥胖者

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)



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

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、胫肢学笑

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

为了验证,他规定家人在他在场时,被胫肢不准笑。他儿子7岁时,才在被胫肢时笑。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“更像是邪教成员在为教主作出牺牲”。

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

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、高水准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

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