

适度打麻将可预防老年痴呆



天天健康

本报讯（记者 马亚宁）老年痴呆目前无药可治，只能早发现、早诊断、早干预。日前在上海科技馆举行的“世界大脑研究计划”上海科普大讲坛上，中科院上海神经科学研究所所长、中科院外籍院士蒲慕明指出，打麻将将是预防老年痴呆的好

方法。

约 1.5 公斤重的人类大脑，却是个复杂的“小宇宙”。它由 100 多亿个神经细胞组成，相当于整个银河系星体总数，是宇宙中已知的最为复杂的组织结构，至今科学家依旧对其知之甚少。在我国，85 岁以上老年人有 50% 患有老年痴呆。随着生活环境改善和医疗水平提高，85 岁以上的人群越来越多。据估

计，到 2050 年全国将有近 1 亿老年痴呆患者，给社会和家庭造成巨大压力。

“现在痴呆症根本没有治疗的方法，这个病都是因为神经细胞死亡衰退，一旦到了这个程度，任何药物都挽回不了。”蒲慕明院士说，如果发现老年痴呆倾向，就应该马上干预。干预方法主要是，多做脑力运动，如各种各样的游戏、打麻将

等。“其中，打麻将将是治疗老年痴呆的好方法，这是有科学依据的。”

香港仁济医院与岭南大学曾经合作一项研究项目，研究者将 100 名老年痴呆症患者分成两组，第一组人每星期打 4 次麻将，每次打 4 圈，而另外一组每星期只打两次麻将。5 个月后，研究者测试患者的思考及记忆能力发现，较长时间打麻将的那组患者，思考力、记忆力和反

应速度，远胜过一周只打两次麻将的那组人。这也是全球医学界对麻将与华人老年痴呆症的关系的首次研究。目前，打麻将对于老年痴呆症的预防以及延缓其进程的作用，已得到学术界认可，甚至写进了一些地区老年痴呆的防治指南之中。需要注意的是，打麻将不要“来钱”，否则可能会造成人的过度紧张和兴奋，还有要注意控制时间，有节制。

IT青年十大新锐评选启动

本报讯（记者 陆梓华）为激励广大 IT 青年奋勇拼搏、创新创业，推动广大 IT 青年积极投身上海创新转型和产业能级提升的事业之中，“中国移动”第十三届上海 IT 青年十大新锐评选活动即日起启动。

据悉，本次活动的评选对象是

在信息基础设施领域、信息产业领域、经济与社会信息化领域和信息化环境营造领域中取得突出成绩、做出重要贡献的上海青年或者来上海工作 1 年以上的外地、外国青年，年龄在 18 至 40 周岁之间（1974 年 7 月 1 日至 1996 年 7 月 1 日出生）。

评选活动除接受各级党政机关、团组织、行业协会推荐外，符合评选条件的优秀 IT 青年也可自荐报名参评。

为便于社会公众详细了解、积极参与本次评选活动，组委会还设立了活动专题网页（http://xr.cityyouth.cn）。

“静安小亭”年底变身“晶品”

本报讯（记者 胡晓晶）昔日愚园路常德路路口的静安小亭，今年底将全面变身为新商业综合体“晶品”购物广场。

以活力、乐趣、创意等消费体验为关键词的“晶品”，将融合多媒体购物体验、空中花园露台、甲级

商业楼以及 460 个车位的超大停车场等多重功能空间。和静安寺商圈里的其它现有商场一样，“晶品”同样靠近静安寺交通枢纽，走地下一层可直接与轨交 2 号线、7 号线及在建的 14 号线相连接。

“晶品”为了吸引年轻人，在地

下两层也会引入全球流行的市集概念。此外，“晶品”的“顶上”还有静安区内独一无二的空中花园露台，从商场的四到七楼，绿色露台全部打通层层递进，未来也能为周边 CBD 白领提供一个相对开放的午歇空间。

“八三男人节”到八佰伴看成龙

本报讯（记者 胡晓晶）今天是 8 月 3 日，当天只要是男士开进八佰伴停车的，不仅全天免费停，而且还能领一张洗车券。

今年第一八佰伴的“八三男人节”，在促销力度上堪比跨年，主打服饰类满 600 送 600 券、满 300 送 180 券等折扣形式。相关负责人表示

示，“男人节”营销之所以不止针对男士，连化妆品、女装女鞋和珠宝首饰等也一起参与，同时举办“成龙电影艺术特展”，从成龙电影艺术馆请来的“十二生肖铜首”电影道具，放进第一八佰伴的一楼商场里展示。

沪太客运站开售南浔游运套票

本报讯（记者 张欣平）8 月 5 日起，沪太长途客运站与南浔长途汽车站携手推出“南浔旅游套票”项目，捆绑长途客运与景点门票形成“游运结合”，为暑运出游的乘客提供更加便捷和优惠的服务。购买南浔旅游套票可至沪太长途客运站售票窗口咨询。

“南浔旅游套票”单程套票包含上海至南浔汽车站单程车票、南浔古镇门票一张，售价较为优惠。此外，乘客还可选择往返双程套票，而且可任选当日或多日后的返程票。

沪太站发车时间:6:55 7:45 8:00 10:00 11:20 13:20 14:25 17:30（发车时间如有变化以当日售票时间为准）。

光催化空气净化产品亮相沪上

本报讯（记者 郭剑烽）灯光照一照，甲醛、苯、氨等有害气体可全部变成二氧化碳和水。记者从日前在沪召开的 2014 中国光催化高新技术科普巡回展（上海站）暨 HPC 环保产业发展高峰论坛上获悉，根据光催化技术所研发的光催化空气净化产品已经进入产品化阶段。

中国福利彩票			中奖情况			“东方6+1”开奖公告			一等奖	0	0元
“天天彩选3”、“天天彩选4”开奖公告			类型	中奖注数	每注奖额	类型	中奖注数	每注奖额	二等奖	0	0元
开奖日期 2014年8月2日			直选	271	1000元	直选	0	10000元	三等奖	2	10000元
◆天天彩(选3)			组选3	0	333元	组选4	0	2500元	四等奖	72	500元
销售期号 第2056期			组选6	2060	166元	组选6	0	1600元	五等奖	1196	50元
(全国3D第2014206期)			本期投注总额 1402232 元。			组选12	87	800元	六等奖	27977	5元
中奖号码 6 5 7			◆天天彩(选4)			组选24	0	400元	本期投注总额980626元		
中奖情况			销售期号 第2014206期			本期投注总额 147436 元。			未中高奖等奖额累计57984997.76元		
			中奖号码 3 6 2 3			上海市福利彩票发行中心			上海市福利彩票发行中心		

中国工商银行邀您关注空气质量 注意天气冷暖

(数据由中国工商银行官网今日 8:00 提供)

今日天气

8月3日 周日

上海

26~34℃

多云,偏西风 3-4 级

昨天温度实况 24.8-29.1℃

空气质量指数

AQI 95/良

PM2.5 70.7 微克/立方米

(上海环境热线截至上午 10 时)

日照指数

3 级/强

(加强防护)

感冒指数

1 级

(不易感冒)

晾晒指数

上午 2 级(适宜)

下午 3 级(不太适宜)

空气湿度

今夜 90%

明日 60%

8月4日周一

8月5日周二

8月6日周三

8月7日周四

8月8日周五

8月9日周六

多云,午后局部有阵雨或雷雨

27-35℃

多云

28-35℃

多云

27-34℃

多云

27-34℃

多云,局部有短时阵雨

27-33℃

多云,局部有短时阵雨

28-34℃

上海明日部分区县温度预报

徐汇区 27-35℃

奉贤区 27-34℃

闵行区 27-35℃

松江区 26-36℃

嘉定区 27-35℃

金山区 27-35℃

宝山区 27-35℃

青浦区 26-35℃

浦东新区 27-36℃

崇明县 26-35℃

(本栏气象信息由上海中心气象台今日上午 8:00 提供)

长三角城市

南京 多云 27 / 35℃

扬州 多云 26 / 35℃

泰州 多云 26 / 34℃

镇江 多云 27 / 35℃

南通 多云 26 / 34℃

常州 阴天转多云 26 / 34℃

无锡 多云 27 / 35℃

苏州 多云 27 / 34℃

湖州 多云转晴天 26 / 35℃

嘉兴 多云 27 / 34℃

绍兴 多云 27 / 35℃

杭州 多云 26 / 35℃

舟山 多云 26 / 34℃

宁波 多云 27 / 33℃

台州 多云 27 / 35℃

温州 多云转阵雨 26 / 34℃

世界部分城市

伦敦 阵雨 14 / 22℃

巴黎 晴天 15 / 24℃

法兰克福 多云 15 / 26℃

罗马 晴天 19 / 28℃

雅典 晴天 24 / 34℃

莫斯科 晴天 17 / 27℃

卡拉奇 晴天 27 / 31℃

东京 晴天 27 / 34℃

曼谷 雷阵雨 25 / 33℃

新加坡 晴天 26 / 33℃

河内 雷阵雨 26 / 32℃

开罗 晴天 24 / 34℃

旧金山 雷阵雨 14 / 22℃

纽约 雷阵雨 21 / 29℃

悉尼 晴天 8 / 18℃

首尔 阵雨 24 / 29℃