

健康小知识

美国新研究称 婴儿食用配方豆奶粉 可能产生影响

美国一项新研究发现,与母乳喂养或食用婴儿配方牛奶粉的婴儿相比,食用配方豆奶粉的婴儿的生殖系统细胞和组织会有一些不同。研究人员指出,这些差别非常轻微,但科学界还需要进一步研究配方豆奶粉对婴儿身体产生的长远影响。

一些不能母乳喂养的母亲由于担心孩子食用配方牛奶粉会出现牛奶过敏、乳糖不耐受等问题,选择配方豆奶粉作为替代。但是,大豆蛋白包含了一种类似雌激素的化合物——染料木黄酮,会改变内分泌系统,并可能干扰激素的正常发展。动物实验显示,染料木黄酮会导致生殖系统的发育和功能异常,但是科学界还不太了解染料木黄酮对人类婴儿的影响。

美国费城儿童医院等机构的研究人员招募了283对母亲和婴儿,这些婴儿在2010年至2013年间出生,其中约一半婴儿是女婴。其中,102名婴儿食用配方豆奶粉,111名婴儿食用配方牛奶粉,70名婴儿是母乳喂养。

研究人员评估了这些婴儿的泌尿生殖系统组织中的上皮细胞成熟度,并利用超声波检测了女婴的子宫、卵巢、乳房或男婴的睾丸发育情况,并通过验血测定激素浓度。这些评估重复展开,一直持续到男婴28周大,女婴36周大。

研究人员在新一期美国《临床内分泌学与新陈代谢杂志》上发表报告说,他们发现区别主要体现在女婴身上。与喂食配方牛奶粉的女婴相比,喂食配方豆奶粉的女婴阴道细胞的成熟指数更高,子宫体积减小得更慢,这些都与雌激素暴露水平有关联。女婴在出生后,由于没有母亲体内激素尤其是雌激素的影响,子宫体积会逐渐变小,到5岁时恢复至出生时大小。随着年龄增长,子宫慢慢发育长大。

研究人员在对比喂食配方豆奶粉和母乳喂养的女婴时,也发现存在类似差异。研究人员指出,目前尚不了解上述发现是否会对婴儿的健康和发育带来长期影响,但这一问题值得进一步研究。建议母亲应首先考虑母乳喂养,不能吃母乳的早产儿不应食用配方豆奶粉,患有一些遗传性疾病而无法消化牛奶制品的婴儿可以食用配方豆奶粉。(新华)

腹有诗书气自华: 你读什么书 就有什么气场

诺贝尔文学奖得主大江健三郎,专门写过一本《读书人》来教人读书。他人生阅读的起点,是9岁时读的鲁迅作品,“十二岁时第一次阅读的鲁迅小说中有关希望的话语,在将近六十年的时间内,一直存活于我的身体之中。”而鲁迅一生阅读过4233种书籍。

你去旅行,去看名胜古迹,你的耳能听到的,只是导游的仓促介绍;你的眼能看到的,只是标签上的介绍文字;如果之前你不曾了解与相关的知识,在发完朋友圈之后,附着在那个地方的光环从此与你再无关系。

你不读书依然游走自如、顾盼生姿,但那些高明的见识、思辨的乐趣、社交的文明、精神愉悦的高潮体验,通通与你无关。

读书如神游

人类的诸多习性之中,阅读让人穿越时空和国界,随时随地感同身受。读书者像一个旅人,来到在

现实中根本无法抵达的折叠世界。

一般旅行者热衷于去巴黎,如果你去的是巴尔扎克《人间喜剧》中“巴黎生活场景”的街道,吃到的是大仲马《烹饪大辞典》点评过的美食,光顾的是海明威《流动的盛宴》中推崇的莎士比亚书店,那么你所经历的,将是一个完全不同的巴黎——阅读中的世界更加私人、更加迷人。

杨绛将读书比作串门儿。“要参见钦佩的老师或拜谒有名的学者,不必事前打招呼求见,也不怕搅扰主人。翻开书面就闯进大门,翻过几页就升堂入室;而且可以经常去,时刻去,如果不得要领,还可以不辞而别,或者干脆另找高明,和他对质。”

读书是更高级的装扮

再精湛的医学美容,也无法像读书一样,令你整个人都脱胎换骨。林清玄将阅读描述成“生命的化妆”,“再深一层的化妆是改变气

质,多读书、多欣赏艺术、多思考、对生活乐观、对生命有信心、心地善良、关怀别人、自爱而有尊严,这样的人就是不化妆也丑不到哪里去,脸上的化妆只是化妆最后的一件小事”。

有了阅读,便有李白与你对话,苏东坡为你画眉,徐霞客陪你旅行,曹雪芹为你挑衣,袁枚为你做饭。“腹有诗书气自华”,你读什么书就有什么气场。

拥有430本书,热爱乔伊斯、惠特曼和塞缪尔·贝克特的玛丽莲·梦露,也许是世上留下最多读书照片的女人。在最著名的几张里,她翻到了《尤利西斯》的后半部分,难以相信这位性感尤物竟然可以啃下如此难懂的著作。

读书如化蛹成蝶

爱书成痴可以到什么程度?陆游是这样描述自己的“书巢”的:“吾室之内,或栖于椽,或陈于前,或枕于床,俯仰四顾,无非书者。吾饮食



起居,疾痛呻吟,悲忧愤叹,未尝不与书俱。”

身处“书巢”之中,最坏的结果是作茧自缚,但如果读书读通了,就会化蛹成蝶,破茧而出,长出翅膀,更加自在、自信地面对这个世界。

很多人人生问题,其实症结都差不多,杨绛回应倾诉人生困惑的年轻人,只用了一句话就说清了关键所在:“你的问题主要在于读书不多而想得太多。”

阅读者持身不乱

阅读看似虚无无用,却直接影响一个人的生存品质。陶渊明在《读山海经》(其一)中写出了读书人的美好生活:

孟夏草木长,绕屋树扶疏。众鸟欣有托,吾亦爱吾庐。既耕亦已种,时还读我书。穷巷隔深辙,颇回故人车。

爱情在于细节

□ 高新莉

水滴石穿一般占据了我们的内心。

爱情是坚贞的,往往经得起大风大浪的考验,但细节上的疏漏日积月累却能让它崩溃。也许她一生也不需要他给她一个肾,却希望在过马路的时候,他紧紧握住她的手;也许她并不在乎他给了多少钱,却希望他从小路上采一朵小花放在她手中;也许她并不抱怨他整日忙于工作,却希望在做家务累了的时候,他轻轻按摩她的额头,替她擦擦汗……在爱

情里,谁不希望能在平凡而温暖的细节中被呵护呢?爱,就是经得起漫长岁月里细节的考验,而且越是长久的婚姻,越不能忽视细节。

爱情由一个个细节串联,这些细节就像散落在生活中的珍珠,只要用心,只要有心,懂得欣赏,好好珍藏,爱情空间就能被装点得五彩缤纷。不过用心,有心,主要是指细节要能迎合对方的心意,产生情感的共鸣,而不是苛求完美,毕竟生活

中的对方并不十全十美。也许他并不在乎她能不能为他出谋划策,却希望在他失意的时候,得到一句暖心窝的话;也许他并不要求她“上得厅堂,下得厨房”,却希望她对他年迈体弱的母亲尽一份孝心;也许他不在乎她会不会织毛衣,却希望她不计较他那些不拘小节的生活习惯……有的爱情细节并不完美,却自成风景。所以,“小细节,大爱情”是指有宽容的爱情细节。

爱情的细节,看似无足轻重,然而这些细节加起来却能改变我们的爱情生活。有人翘首企盼某一天用惊心动魄的方式向另一半证明自己的爱,也有人觉得爱情的来临就是天翻地覆的触电感觉,但遗憾的是时间在等待中流逝,那些刻骨铭心的细节从指间溜走……所以,珍视爱情的人一定要注重细节之美,学会运用细节。

情人节,这是一个笼罩在玫瑰芬芳中的、属于爱情的日子,一个关切的眼神、一个淡淡的微笑、一句轻轻的问候,拂一下她脸上的长发,整理他的衣领……让细节蔓延爱情,让甜蜜从细节开始。

讲文明树新风 公益广告

文明中国 礼仪之邦

旅游有 旅游样



不插队加塞



不乱扔垃圾



不随地吐痰

旅途漫漫 文明相伴



不损害文物



不乱刻乱画



不破坏绿化



不袒胸露背

中央文明办发布 中央美术学院周思宇画、李磊版式设计

讲文明树新风 公益广告

文明中国 礼仪之邦

开车有开车样

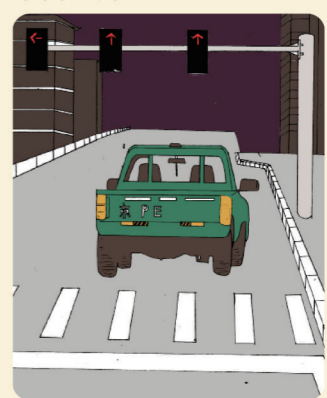
各行其道



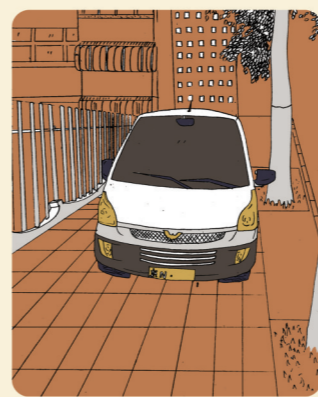
礼让行人



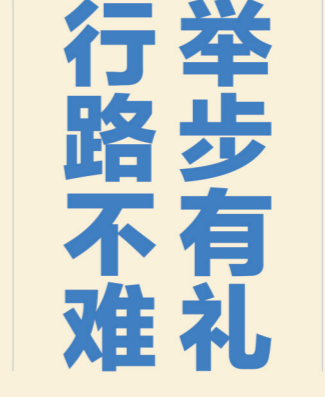
不闯红灯



不乱停靠



不强超车



不乱鸣笛



慎开大灯



和解纠纷



行路不难 举步有礼

中国网络电视台制 中央美术学院周思宇作