文件(F) 编辑(E) 查看(V) 收藏(A) 工具(T) 帮助(H)
后退 搜索 收藏夹
报网互动 街拍 一起聊吧 昨日新闻排行榜
地址(D) http://www.rarb.cn/ 输入关键字 直接搜索 转到 链接

报网互动

记者或新闻当事人与您相约直播间

讲述新闻背后的故事

吃多动少,不少疾病年轻化

网友说,健康生活方式 需要持之以恒

现在人们的生活越来越好,可是健康水平并没有成正比。吸烟、喝酒、吃多动少等不良生活习惯,导致不少疾病向低龄化发展,“生活方式病”也不断增多。昨日,本报第2版、5版分别刊发了《全民健康生活方式行动昨启动》、《糖尿病人群不断年轻化、扩大化 年龄最小的患者仅4岁 管好馋嘴巴亦能长寿》两篇报道,引起不少读者和网友关注。不少网友感叹疾病趋向年轻化,呼吁大家从自己做起,摒弃不良习惯,成为健康生活方式的实践者和受益者。

网友“小笨仔”:以前只听说中老年人得糖尿病,现在居然连4岁的小孩子也患糖尿病,还且还是不能治愈的,必须终身注射胰岛素,实在太可怜了。除了糖尿病,还有脊椎病、心脑血管病、癌症等疾病也转向年轻人群了,我们真的该引起重视了。

网友“Eva”:很多人对疾病没有意识,文中提到一些糖尿病患者听信偏方导致病情加剧。我邻居就是个例子,不到40岁的他很爱吃甜食,又爱喝酒,妻子劝他节制点,他总说自己身体硬朗不肯听劝。两年前,他突然身体消瘦,当时还以为体力不支,吃了很多补品,没什么起色才去医院检查,结果是患了糖尿病。医生说无法痊愈,但他不相信,四处求医,还用了不少“偏方”,结果病情恶化被送去了医院。

网友“阿姨家的刮皮刀”:是啊,不少人对疾病太缺乏常识了,尤其是农村地区,有些患病老人连自己得了什么病都不知道,更别提如何预防健康生活方式了。建议卫生部门经常开展送知识下乡活动,多多开展知识讲座。

网友“?? 末妮蔻”:无法根治,听起来似乎挺可怕,但疾病不是短时间内冒出来的,而是日积月累的结果。如果我们平时多加注意,及早防范,就有可能避免。我想最主要的还是要健康饮食、健康生活。

网友“雅典娜那”:趁年轻吃老本的日子不行了!年纪大了,再想恶补锻炼也为时已晚。

网友“起步”:几年前我就坚持每周安排两到三次晨跑、晚上去健身房锻炼,有哥们笑话我提早过上了老年人生活。前段时间他被检出“三高”,后悔自己不运动,晚上熬夜还喝酒,还说糟蹋身体终于遭到“报复”了,现在反过来称赞我有先见之明,还让我以后带他一起健身。

网友“爱未希惠”:健身贵在坚持,更在氛围。健康生活方式的转变也一样,通过各类讲座和宣传,全民的意识提高了,一起参与健康生活方式的热情度也高了。

网友“King酱=v=”:健康生活方式不仅仅指运动,还包括吃穿住行,涉及生活的方方面面,平时一个习以为常的动作也可能不利于健康,如饮食不规律、熬夜等都是不良生活方式。改变一种生活习惯不是一两天的事,需要我们持之以恒的努力。为了健康,一起努力吧!

(苏盈盈)

街拍

请上云江论坛酷图贴吧(bbs.rarb.cn)晒晒您拍的图片

“横”行无忌

林长凯摄于市区周松路

如果您在瑞安的大街小巷、广场花园、乡村田野,见到新奇、有趣的东西,文明、不文明的行为,就请拿出照相机或手机,拍下来,然后马上发给我们。

来稿请注明拍摄时间、地点、图片说明(200字以内)、作者姓名、联系电话。电子邮箱:rarbbj@126.com(请注明“网事·街拍”);云江论坛酷图贴吧(bbs.rarb.cn)。

江南益寿堂大药房 诚恳进入 一起聊吧

有什么新鲜事、开心事、窝心事一起聊聊吧!云江论坛(bbs.rarb.cn)、读者QQ群26477444、15329055、24593626、17928047。

司机开车,乘客帮忙擦玻璃

只因不清楚除雾器开关所在

远行者:在酒店参加完亲戚的婚宴,酒店还提供送客到家的服务。可惜的是酒店配的好车,司机不了解配置,一路开得很“辛苦”。

记者:怎么回事啊?

远行者:那天吃完晚宴后,下雨了,酒店开来好几辆车送宾客回家。一位司机开来了一辆商务车,因为是下雨天,天气又转凉了,车前的挡风玻璃都起雾了。司机找不到车子的除雾器开关,打了好几个求助电话都没有找到。坐副驾驶位置的朋友,只好拿出纸巾帮他擦玻璃,我们还打开窗户透风。

记者:现今车子配置都不同,老司机也不一定都清楚。

远行者:因为没找到除雾器开关,一路上司机开得很小心、很慢,后来实在没办法,找不到除雾器开关就开冷气了,好歹能看得见路,就是坐车里太凉快了。

记者:呵呵,只要安全到家就行了。不过,这位司机回去后还得好好研究这车子上的配置,避免以后送宾客再遇到此类事。

(杨微微)

衣柜旁散落一地衣服,以为遭小偷了

却是5岁女儿找衣服“捣乱”

千寻之名:昨天回到家,一进房间被吓了一跳,以为家中遭小偷了。

记者:怎么回事?

千寻之名:衣柜前散落了一地的衣服,衣柜里的衣服几乎全部被倒腾在地上,就像被小偷洗劫过一样,吓得我立马打电话给孩子她爸,查看房间里是不是有东西丢失。

记者:有丢什么东西吗?

千寻之名:等孩子和她爸回家后,我一问,才知道原来是5岁的女儿要找衣服捣得乱。

记者:呵呵,你家女儿找衣服也太强悍了,直接“打翻”衣柜。

千寻之名:平时她都不用动手整理衣服,全是我帮她整理好。这次要跟她爸出去玩,非得要自己找衣服。哪知道,她找衣服直接从最下层抽出想要的衣服,结果上层衣服都被“摔”出衣柜了,原本整齐的衣服都散了。她也不喊她爸爸进去收拾,就直接出门了,害我晚上回家吓了一跳。

记者:看来小家伙想学习自己的事情自己做。只不过第一次做,还缺乏经验。

(杨微微)

家里两辆车同时遭殃

原是新手司机惹的祸

陌上花开:菜鸟司机伤不起啊,头一次开车,家里两辆车同时遭殃。

记者:为什么是两辆车一起遭殃啊?

陌上花开:因为倒车撞上另一辆车。两辆车一前一后停着,我开前面那辆车,倒车时,感觉才刚倒一点,就听到“嘭”的一声,下车一看,已经撞上了。一辆车尾,一辆车头,还都是自家的车,真够郁闷的。

记者:哈哈,果然是新手才能干出来的,严重不?

陌上花开:还好,只是小刮擦,只好同时去4S店修补了,修补的花费还不少呢。

记者:新手刚上车难免的,以后多练练,倒车时找人看着,指导一下,以后就不会再发生这样的意外了。

陌上花开:嗯,不过现在我只要碰到倒车就有阴影了,停车都不敢挨着别的车。撞了自家的车,最多自认倒霉;撞了别人的车,还得赔笑脸,连说对不起,如果碰上脾气急的车主,说不定还要讨顿骂呢。

(杨微微)

上期本报数字报文章阅读率排行榜

(截至昨日下午17:00)

排名	文章标题	版面	排名	文章标题	版面
1	陈建明任市委书记 李无文任市委副书记 提名为市长候选人	要闻	6	一桌“满月酒”两个“酒驾者”	热线
2	滨海公园初具规模	要闻	7	北京多家中介操控卵子黑市	关注
3	身高1.8米以上车辆需绕行	热线	8	蛛丝马迹让歹徒露出破绽	热线
4	滨海新城区管委会在哪?	服务	9	管好馋嘴巴亦能长寿	民生
5	老同学聚会,话也插不上	网事	10	原来不为刷牙,只为“吃牙膏”	网事

完毕 Internet