

电脑测人生物节律质疑

薛克勤

电脑预测人体生物节律正风靡世界，据说颇有科学根据：本世纪初德国内科医生威尔赫姆·弗里斯和奥地利心理学家赫尔曼·斯瓦波达发现了人的体力、情绪波动周期分别为23天和28天，20年后，奥地利阿尔弗雷特·泰尔其尔教授发现了人体智力周期33天。据说，随着科学的发展，用电子计算机预测人体生物节律进而实现优生优育、提高工作效率已是非常成熟的现代高科技与日常生活、工作的密切结合，云云。

对此，笔者颇有几分疑意。

人体活动无疑有其周期性，因此，人的体力、情绪、智力也应有其相应的节律，但是，目前流行的电脑预测法忽略了人类个体由于人种、发育、生活环境等不同种种因素必然形成的差异，而人体节律的个体差异是非常明显的。比

如，女性周期的月经性是尽人皆知的，但大多数女性的月经周期并非一律，而是28—30天，至于经期紊乱者更不乏其人，其他如怀孕期、心跳频率、呼吸频率、睡眠时间等等也都因人而异，并在每个个体身上，呈现出并非绝无变化的状态，怎么能够将复杂的人体节律以23、28、33天的数字进行笼统的概括呢？这种“一刀切”的预测，到底有多少科学根据呢？

疑问之二：

现行电脑预测人体节律，是以被测者提供的出生年、月、日为测算起始日的。众所周知，人的生命，是从精子、卵细胞受孕开始，通常，由受孕到分娩，约有9个月零10天的孕育阶段。在分娩以前，胎儿在母体中，早已形成完整的心、肺、大脑、四肢，其体力、情绪、智力活动虽然极为有限，但毕竟遵循着胎儿特有的规律在活动，在进行，但是，现行预测方法完全无视胎儿在母体中的“人体生物节律”，这种盲目塞听的预测，怎么能保证由胎儿到婴儿的人体生物节律互相连贯、协调呢？再加上分娩时间的迟早，往往会受到客观因素的影响，而胎儿自身的活动节律，恐怕不会因其分娩日期的提前或推迟而主动与电脑预测的节律相协调吧！以出生日期为起始点的电脑预测法，与根据“生辰八字”算命到底有多大区别呢？

DEDEDEDEDEDEDEDEDEDE

下滚动的宽条纹。当这种信号被电视机或收音机接受时，无论怎样调整它们，以图避开均是不可能的。因此，在使用收音机时，最好关闭电子调光灯。

(宝成 荐)

电子调光灯的选用

购买电子调光灯，应注意调节效果。质量好的台灯，亮度可调范围大，开关旋钮打开到最大，亮度直线变化，无迟滞死角及跳跃。而质量差的台灯其亮度可调范围不大，有的可变范围仅有电位器90°旋转角的1/2或1/3。

此类台灯大都为塑料制品，耐热性、散热性较差。用户除按厂方注明选择灯泡外（一般60W），还应注意灯罩内灯头是否歪斜松

动，应使灯泡在罩内位置尽量居中，以保证灯罩四面受热均匀，以免灯泡瓦数过大使塑料灯罩被烤得软化变形。

由于无级调光式台灯内有一可控硅触发导通所用的RC脉冲信号振荡器，能产生高频振荡信号。会直接干扰收音机，特别是使用交流电的收音机正常收听，发出一片“嗡嗡”蜂音，对电视机图象也有一定影响，干扰距离在三米以内可使荧光屏图象上出现数条自上而



刊头设计 王洪武
本版编辑 周 夫

食管是人体器官中的一个重要组成部分，如果一个人对自己的食管重视爱护不够，饮食习惯不好，就会给食管带来损害，甚至造成食管癌这类严重的疾病。

食管癌是人体一种常见的恶性肿瘤，它不仅分布流行较广，而且发病率也高。据抽样调查，发病率最高地区达一百零八点五六/十万人，死亡率为九十九点七六/十万人。患食管癌后，进食时有异物通过感，胀痛不适，烧灼刺痛，随着病情加重，痛感也逐渐加深，产生反胃、呕粘样物、进食饮水梗阻，吞咽困难等症状。

哪些不良饮食习惯对食管癌影响较大呢？

一是偏食过热饮食。食管内有一层较厚的粘膜，它对食管起着保护作用，过热的饮食会对食管粘膜产生刺激，如果经常刺激，就可能引起病

变。据材料报告，日本和歌山地区居民有吃热粥的习惯，其食管癌发病率较日本全国统计数高出一倍以上。

二是进食过于迅速。中国有句“细嚼慢咽”的俗话。如果食物粗糙，咀嚼不细，狼吞虎咽，进食速度过快，不仅对胃肠道有影响，而且易损伤食管粘膜，产生炎症，上皮脱落，脱落后又复再生，如此反复慢性刺激，最后会引起粘膜增生而导致癌变。某医院对二百七十六名食管癌患者调查，其中进食习惯偏快也占百分之五十二点九。

三是嗜饮烈酒。酒精对一般离体组织细胞有凝固作用，酒精经常

反复作用于食管粘膜，特别是浓度高的烈性酒对食管刺激更大，如果食管本身有炎症，长期刺激，它将成为一种促癌因素。

四是饮食卫生不好。饮用发霉食物。有些居民有食酸菜的习俗，常用芥菜、萝卜叶等发酵保存数月后食用，经专家研究，发现这类酸菜食物中含有一种白地霉，经动物实验，白地霉可致癌，食用时如果处理不干净不卫生，对食管健康造成妨害。由此可见，人的不良饮食习惯与食管癌有着密切的关系，只有克服这些陋习，积极预防，才能减少食管疾病。

食管癌与不良的饮食习惯

吴一福

胃溃病人应少吃多餐吗

胃溃病人应少吃多餐吗

许多人，常在煮牛奶前加入糖。其实这样并不科学。因为牛奶中的赖氨酸与糖在高温下可结合成一种有害的物质。这种物质人体不但不能吸收，而且还可危害健康。因此，应在牛奶煮好晾温时加糖最好。

煮奶前加糖对吗

维生素多多益善吗

维生素是维持人体正常生命的必需营养素，但过量亦对人体有害。如儿童长期每日服用维生素A十万个国际单位，可出现头痛、头晕、厌食、恶心、呕吐、皮肤粗糙等中毒症状。人体如果摄入过量的维生素D，也能出现厌食、恶心、腹泻、烦渴、多尿症状。因此，维生素的补充也应适量。



生活顾问

饭后喝茶好吗

科学家最近发现，茶能抑制人对铁的吸收。如饭后饮用十五克干茶叶冲泡的茶水，食物中铁的吸收量就会降低百分之五十。故饭后不宜多喝茶。

山珍海味是最好的蛋白质吗

蛋白质通常可分为全和不完全蛋白质。海参、鱼翅、熊掌等含明胶蛋白的动物性食品，所含蛋白质的质量不高，故并不是最好的蛋白质。而另一种蛋白质为完全蛋白质，其所含必需氨基酸的种类齐全，含量丰富，配比适当，符合人体需要。如蛋、乳、鱼、虾、豆制品等。

胎教（漫画） 宣海清



西北橡胶厂特约



为期三天的“咸阳杯”中国北方武术散打擂台赛使咸阳的武术爱好者在元宵佳节期间，饱览了中华武术技击中的精彩场面。但也看到了不少不尽人意的片断。

真打

散打不同于武术中的套路表演，它是在继承武术传统技艺的基础上，选手可以用任何武术流派的技术动作、拳法和摔法进攻对方的一项比赛。

20日下午，上海体

编者按 西北橡胶厂是我国大型橡胶加工企业之一，近年正在改革与整顿的环境中发展壮大。他们关心社会体育事业的发展，在支持咸阳杯北方武术散打擂台赛之后，又支持本报体育专栏，本报代表感谢所有体育爱好者向西北橡胶厂职工表示感谢，并祝愿他们顺利完成亿元产值，跨入利税大户行列，为振兴陕西经济做出更大贡献。

比赛中，右眼角被击青，肿了起来，眼睛象一条线。但他一上场，仍虎虎有声地顽强拼搏。他在决赛中终于战胜了兰州队的著名选手雷军，获得了本国比赛70公斤级的亚军。运动员的这种顽强精神，给观众留下了深刻印象。

不怕打

东道主咸阳武馆队和西安体院队都是刚刚组建的。选手们都是从练武术或练拳击的学员中选出来的，没有经过严格的专业训练，也是

第一次参加正式的散打比赛。在第一天的比赛中4名咸阳武馆队的选手便纷纷被击败，可是他们没有1人弃权。都是把这次比赛作为一次学习的机会。

西安体院队65公斤级的樊宝龙身高只有1.6米，他的对手比他高了近一头。在比赛中，他不怕对手的连续击打，3次将对手抱到台边推下擂台。最后他获得了65公斤级的第3名。

西安体院队的赵麦红是学拳击的，脚下功夫不如散打选手，但他在比赛中总是处于进攻姿态，一对大拳头总在对手的眼前晃来晃去，寻找机会进攻。他在总共5场比赛中赢了3场，获得了70公斤级的

第五名。由于我省开展这项运动的时间短，也没有得到应有的重视，所以，目前我省的散打选手和其他专业队的优秀选手相比实力过于悬殊。

不敢打

在19日下午的比赛中，河南武警队的杨建芳上场了，当裁判宣布开打后，他的对手北京队的陈顺强舞动双拳拉开了架势准备应战，只见杨建芳目测了一下距离，左腿向前悄悄垫了半步，突然侧身，飞起右腿，以一记漂亮的侧身摆腿将陈顺强击倒在台上。这时陈顺强是有准备的。但杨建芳摆腿转身的速度之快却使他防不胜防。这场比赛仅用了3秒钟就结束了战斗。后面的几位选手

见状，不免有了“怕打”的心情，自知不是对手便纷纷弃权了。大连队的乔刚也是第一次登台的第一局比赛中只打了一拳一脚，对手便弃权了。这两位选手曾多次在国际、国内的散打比赛中获得冠军。这次比赛几乎是没打就夺走了65公斤和75公斤级的冠军。

假打

河南武警队的姚国富在和队友汪根成决80公斤级的冠军时，双方你来我往，跳来跳去，并不真打，激起了

观众的一片嘘声，不到一局结束便被观众们哄下了擂台。还有一些选手，虽然跳上擂台，但由于知道自己不敌对手，便虚晃几下，跳下擂台落荒而去，也引起了观众们的强烈不满。



“咸阳杯”中国北方武术散打擂台赛剪影

曲亚沙

一举两得（幽默画） 黄国安