

# 病



## 现代家庭病

■ 于今昌 尹泉 主编

# 500 例

吉林人民出版社

主 编

于今昌 尹 泉

撰 稿 人

于 洋 于 雷

于今昌 尹 泉

李 速 赵 树

---

# 目 录

|                     |        |
|---------------------|--------|
| 牛仔裤与不育症             | ( 1 )  |
| 羽绒服病                | ( 3 )  |
| 涤纶三角内裤可导致尿路感染和阴道炎   | ( 4 )  |
| 当心尼龙内衣综合症           | ( 5 )  |
| 勒腰过紧害处多             | ( 6 )  |
| 不要束胸                | ( 7 )  |
| 哪些场所不宜用化纤织物做工作服     | ( 9 )  |
| 窄鞋综合症               | ( 10 ) |
| 拖鞋皮炎                | ( 10 ) |
| 少女穿高跟鞋影响发育          | ( 11 ) |
| 从事站立工作者穿高跟鞋容易引起脚趾损伤 | ( 12 ) |
| 孕妇穿高跟鞋容易造成流产难产      | ( 12 ) |
| 穿衣戴帽招来的病患           | ( 13 ) |
| 领带系得过紧会导致视力下降       | ( 14 ) |
| 衣领过硬会致病             | ( 15 ) |
| 不能不吃玉米面             | ( 15 ) |
| 不良饮食习惯与消化道癌         | ( 17 ) |
| 癌从口入                | ( 19 ) |
| 花粉·花粉食品·花粉症         | ( 21 ) |
| 长期不吃蔬菜会带来某些疾病       | ( 23 ) |
| 警惕“美味综合症”           | ( 23 ) |
| 快餐带来的灾害             | ( 24 ) |
| 慎用食用色素              | ( 25 ) |
| 现代生活水平与龋齿的发病率       | ( 27 ) |

|                                    |        |
|------------------------------------|--------|
| 长期素食是不科学的.....                     | ( 28 ) |
| 生吃蛋类可引起维生素 B <sub>7</sub> 缺乏症..... | ( 30 ) |
| 偏食酸性食物常常使人感觉疲劳.....                | ( 30 ) |
| 贪吃使人愚笨.....                        | ( 31 ) |
| 糖与疾病.....                          | ( 32 ) |
| 高糖食物与孩子的脾气.....                    | ( 34 ) |
| 用甜炼乳代替牛奶喂养婴儿会影响发育.....             | ( 35 ) |
| 用葡萄糖粉代替白糖喂孩子会造成肠道消化酶分泌功能低下.....    | ( 36 ) |
| 婴幼儿喂蜂蜜可引起肉毒中毒.....                 | ( 37 ) |
| 儿童饮食不宜照搬成人模式.....                  | ( 37 ) |
| 儿童不宜经常过多食用香肠.....                  | ( 38 ) |
| 强制孩子吃营养品可导致厌食.....                 | ( 39 ) |
| 注意促发近视眼的饮食因素.....                  | ( 40 ) |
| 精制食品与文明病.....                      | ( 42 ) |
| 炒菜用油不宜过多.....                      | ( 43 ) |
| 大吃大喝有损健康.....                      | ( 44 ) |
| 常吃方便面易患营养缺乏症.....                  | ( 45 ) |
| 吃水果要讲究科学.....                      | ( 45 ) |
| 吃水果也不宜过量.....                      | ( 48 ) |
| 桔子吃多了会“上火”.....                    | ( 49 ) |
| 火锅与旋毛虫病.....                       | ( 49 ) |
| 凉拌菜的卫生.....                        | ( 51 ) |
| 食品添加剂与人体健康.....                    | ( 52 ) |
| 加药食品的心理错觉.....                     | ( 54 ) |
| 食品污染.....                          | ( 55 ) |
| 致癌强敌——亚硝酸胺.....                    | ( 57 ) |
| 淘米的学问.....                         | ( 58 ) |
| 不能用洗衣粉洗瓜果蔬菜.....                   | ( 59 ) |
| 熏、烤、炸食品能致癌吗?.....                  | ( 60 ) |

|                    |        |
|--------------------|--------|
| 过食冷饮有碍健康           | ( 62 ) |
| 鸡蛋与胆固醇             | ( 63 ) |
| 鸡肉·鸡汤·鸡屁股          | ( 65 ) |
| 鲜美菜肴藏危险            | ( 66 ) |
| 餐桌上五忌              | ( 67 ) |
| 食品中添加赖氨酸过量有害       | ( 68 ) |
| 麦乳精不宜作代乳品          | ( 70 ) |
| 肥胖与潜在的危险           | ( 71 ) |
| 脂肪与癌症              | ( 72 ) |
| 盲目节食害处多            | ( 73 ) |
| 发胖与减肥              | ( 75 ) |
| 新生儿肥胖的隐患           | ( 77 ) |
| 强化食品与儿童健康          | ( 79 ) |
| 儿童营养性贫血            | ( 80 ) |
| 辐照食品对人体有无危害?       | ( 82 ) |
| 油条与老年痴呆            | ( 84 ) |
| 喝牛奶不能代替锻炼          | ( 85 ) |
| 喝啤酒与痛风病            | ( 86 ) |
| “啤酒肚”是怎样形成的        | ( 87 ) |
| 慢性胃炎患者多喝啤酒能导致胃炎复发  | ( 88 ) |
| 小孩喝酒很容易发生酒精中毒      | ( 89 ) |
| 大量饮茶要小心氟中毒         | ( 90 ) |
| 喝咖啡三忌              | ( 91 ) |
| 饮用咖啡不宜过量           | ( 92 ) |
| 暴食冷饮食品会引起疾病        | ( 94 ) |
| 儿童吃冰棍多了会使消化吸收机能减退  | ( 95 ) |
| 老年人不要过量喝冷饮         | ( 95 ) |
| 喝汽水时要注意            | ( 96 ) |
| 谨防吸烟影响视力           | ( 97 ) |
| 带过滤嘴的烟并不能消除吸烟造成的危害 | ( 98 ) |

|                   |         |
|-------------------|---------|
| 吸烟与癌症·····        | ( 99 )  |
| 吸烟会导致阳痿·····      | ( 101 ) |
| 抽烟与吃胡萝卜·····      | ( 102 ) |
| 怎样解脱戒烟不能的苦恼·····  | ( 103 ) |
| 致命的混合物——酒和烟·····  | ( 105 ) |
| 久坐疾病多·····        | ( 106 ) |
| 哪些人不能睡沙发床·····    | ( 107 ) |
| 注意室内空气污染·····     | ( 108 ) |
| 室内氡污染·····        | ( 110 ) |
| 房间的色彩·····        | ( 112 ) |
| 乔迁新居应注意什么? ·····  | ( 113 ) |
| 地毯病·····          | ( 115 ) |
| 蜜月长途旅行有碍于优生·····  | ( 116 ) |
| 城市乘车综合症·····      | ( 117 ) |
| 列车卫生与旅客健康·····    | ( 118 ) |
| 坐飞机应注意些什么·····    | ( 120 ) |
| 上飞机前吃什么好·····     | ( 122 ) |
| 驾驶汽车要注意些什么·····   | ( 123 ) |
| 汽车尾气的危害·····      | ( 124 ) |
| 50种疾病与看电视有关·····  | ( 125 ) |
| 电视机前猝死·····       | ( 126 ) |
| 吃饭时不要看电视·····     | ( 127 ) |
| 儿童看电视时间不宜过长·····  | ( 128 ) |
| 孕妇最好不看电视·····     | ( 129 ) |
| 老人看电视四忌·····      | ( 130 ) |
| 看电视与车祸·····       | ( 131 ) |
| 经常看电视可引起肥胖症·····  | ( 132 ) |
| 肝炎患者不宜多看电视节目····· | ( 133 ) |
| 心脏病病人能看电视吗? ····· | ( 134 ) |
| 躺着看电视会酿成视力下降····· | ( 135 ) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 电视与视力·····           | (136) |
| 看电视为什么点红灯最好?·····    | (137) |
| 彩电产生的射线能伤人吗?·····    | (138) |
| 姑娘看完电视要洗脸·····       | (139) |
| 戒“电视瘾”·····          | (140) |
| 用耳机要谨防听力损伤·····      | (142) |
| 家用电器带来的隐患·····       | (143) |
| 当心家用电器杀人·····        | (145) |
| 电扇的噪声·····           | (146) |
| 不要用电扇给婴幼儿吹风·····     | (148) |
| 空调病·····             | (149) |
| 电冰箱不是“保险箱”·····      | (151) |
| 当心电冰箱漏电·····         | (152) |
| 电冰箱的隐患·····          | (153) |
| 电冰箱病·····            | (155) |
| 电冰箱也会爆炸·····         | (156) |
| 微波炉烹饪与李斯忒菌感染·····    | (157) |
| 微波炉微波泄漏可酿成机能性紊乱····· | (158) |
| 谨防“电热褥病”·····        | (159) |
| “通宵电影”有碍健康·····      | (161) |
| 电子游戏机对孩子健康的危害·····   | (162) |
| 电子游戏与腱鞘炎·····        | (163) |
| 弹吉它要防白指病·····        | (164) |
| 玩牌与健康·····           | (165) |
| 交谊舞与健康·····          | (166) |
| 老年迪斯科·····           | (168) |
| 芭蕾舞女演员的烦恼·····       | (170) |
| 儿童玩具的卫生·····         | (171) |
| 谨防“儿童音响玩具病”·····     | (172) |
| 孩子书写时应注意什么?·····     | (173) |

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 少年儿童背书包的科学.....        | (175) |
| 燃放鞭炮要讲究卫生.....         | (175) |
| 不能这样玩气球.....           | (177) |
| 小心染上鸟雀病.....           | (178) |
| 养猫需防病.....             | (179) |
| “不会玩”是现代孩子的通病.....     | (180) |
| 音乐与耳疾.....             | (181) |
| 喧闹音乐的污染.....           | (182) |
| “交响”噪声影响环境.....        | (184) |
| 舞厅的激光不宜过强.....         | (185) |
| 不要把电影院的门窗关得严严实实的.....  | (186) |
| 噪声的危害.....             | (186) |
| 噪音危害胎儿的听觉器官.....       | (188) |
| 在噪声中购物容易上当.....        | (189) |
| 拔光青草破坏了人类的生活环境.....    | (190) |
| 不要捕食青蛙.....            | (191) |
| 拥挤的环境会使内脏功能失调.....     | (192) |
| 卫生球使用不当可影响视力和损伤肾脏..... | (193) |
| 柏油路上晒粮能染上致癌物.....      | (194) |
| 污浊大气——人类健康之敌.....      | (195) |
| 玻璃污染.....              | (197) |
| 射线污染.....              | (198) |
| 环境污染对儿童影响更大.....       | (200) |
| 居室环境污染.....            | (201) |
| 严防化学涂料中毒.....          | (202) |
| 耀眼光源也是一种污染.....        | (204) |
| 长期在灯光下工作对健康有害.....     | (205) |
| 日光灯会致癌吗?.....          | (206) |
| 洗衣粉的副作用.....           | (207) |
| 化肥污染不可忽视.....          | (208) |



|                  |       |
|------------------|-------|
| 施用氮肥不能过量·····    | (209) |
| 农药的污染·····       | (210) |
| 孕妇喷施农药可引起流产····· | (212) |
| 城市的“热岛效应”·····   | (213) |
| 木材也能致癌·····      | (214) |
| 空气高度净化好不好·····   | (215) |
| 来自厨房的污染·····     | (217) |
| 烧煤的二氧化硫污染·····   | (218) |
| 人口发展与环境污染·····   | (220) |
| 货币的污染与消毒·····    | (222) |
| 电磁污染·····        | (223) |
| 酸雨及其危害·····      | (225) |
| 酸雨与老年性痴呆·····    | (227) |
| 使人忧虑的温室效应·····   | (228) |
| 办公室病·····        | (230) |
| 蚊香的烟雾·····       | (231) |
| 养花的卫生·····       | (233) |
| 电弧闪闪须防害·····     | (235) |
| 塑料制品有没有毒·····    | (236) |
| 彩釉的危害·····       | (238) |
| 信息污染综合症·····     | (240) |
| 休息日综合症·····      | (241) |
| 防止球迷综合症·····     | (242) |
| 职业性紧张与疾病·····    | (243) |
| 脑疲劳症·····        | (244) |
| 花香与人体健康·····     | (246) |
| 运动·饮食·体重·····    | (247) |
| 经期游泳可引起炎症·····   | (248) |
| 气功与走火入魔·····     | (249) |
| 使用浴罩的科学·····     | (250) |

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| 浴池里的污染·····              | ( 251 ) |
| 沐浴与健康·····               | ( 253 ) |
| 谨防热水淋浴中毒症·····           | ( 255 ) |
| 热水洗浴可使精子大量死亡·····        | ( 256 ) |
| 不要带宝宝上浴池·····            | ( 256 ) |
| 用热水器洗澡要注意安全·····         | ( 257 ) |
| 城市饮水与心脏病·····            | ( 259 ) |
| 护肤与选皂·····               | ( 260 ) |
| 除痣·····                  | ( 261 ) |
| 脚气·····                  | ( 262 ) |
| 不容忽视的铅污染·····            | ( 264 ) |
| 铅污染与儿童健康·····            | ( 265 ) |
| 爆米花含铅不宜多吃·····           | ( 267 ) |
| 减少铅的摄入·····              | ( 268 ) |
| 铅与痴呆·····                | ( 270 ) |
| 爱吃泥土与锌缺乏·····            | ( 271 ) |
| 杀人凶手镉·····               | ( 272 ) |
| 卫生球对人体的危害·····           | ( 273 ) |
| 漫话爱滋病·····               | ( 275 ) |
| 接吻与糖尿·····               | ( 276 ) |
| 药物性灾难·····               | ( 277 ) |
| 药瘾·····                  | ( 279 ) |
| 孕妇应避免下腹部X线检查·····        | ( 281 ) |
| 漫话滥用禁药·····              | ( 283 ) |
| 口服避孕药与优生·····            | ( 284 ) |
| 慎用药物牙膏·····              | ( 286 ) |
| 维生素过量也有害·····            | ( 287 ) |
| 维生素A与视力·····             | ( 288 ) |
| 用维生素C制剂代替水果蔬菜可引起肾结石····· | ( 290 ) |
| 药物浓度并不是越高越灵·····         | ( 290 ) |

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 正常人没必要额外服用维生素 E | (292) |
| 多次人工流产不好        | (293) |
| 不要滥给孩子补铁        | (293) |
| 慎用耳毒性抗生素        | (294) |
| 青少年不宜进补         | (296) |
| 青春期少女发胖的防治      | (297) |
| “将军肚”意味着什么      | (298) |
| 警惕儿童成人病         | (299) |
| 不该留胡子           | (300) |
| 早留胡子易秃顶         | (301) |
| 电动剃须刀可致接触性皮炎    | (302) |
| 留长发影响智力发展       | (303) |
| 美容十忌            | (304) |
| 慎做美容手术          | (305) |
| 谨防“化妆病”         | (307) |
| 化妆别犯“小镜子病”      | (308) |
| 警惕“增白化妆品”       | (309) |
| 浓妆的悲歌           | (310) |
| 大量涂指甲油易造成积蓄中毒   | (312) |
| 口唇过敏症           | (313) |
| 冷烫染发须防眼病        | (314) |
| 多种喷发胶含致癌物       | (314) |
| 握手与拱手           | (315) |
| 从涂指甲油说起         | (317) |
| 首饰与皮炎           | (319) |
| 小儿不宜佩戴“吉利锁”     | (320) |
| 大眼镜架会引起斜视       | (320) |
| 当心自动伞引起眼外伤      | (321) |
| 光化学烟雾的污染与危害     | (323) |

## 牛仔裤与不育症

最早的“牛仔裤”，是美国旧金山开矿的巴伐利亚穷苦的移民用割下帐篷裁制的。1873年，移民中有个叫莱威·斯乔的生产了一种厚实的棉织布，就是我们常说的“劳动布”，亦叫“坚固呢”。用这种棉织布缝制的裤子，走路轻便，坐卧方便，结实耐穿，给生产生活提供了舒适、大方的服装。因此，它大受广大矿工的欢迎。美国德克萨斯州的放牛娃对此种裤子更为偏爱，久而久之人们把这种裤子习惯地称为牛仔裤。

牛仔裤从19世纪70年代问世至今已逾百年。它从美洲走向世界，为许多人所钟爱，尤其是那些青春气息正浓的男男女女。

青年男女偏爱牛仔裤是有其缘由的。牛仔裤紧箍在人的肢体上，与肢体形成合谐的曲线美，更加衬托着青年人那种笔挺、健美的体魄。所以，在青年人中间成为一种时尚，一种流行服装的热点。有些年青人穿着的裤子也以牛仔裤为最佳选择，其实这种选择从舒适卫生，和对人体健康上来说是不合适的。

有的年青的夫妇结婚已经五年，男女二人相貌端正，每人都喜欢身着一条苹果牌的牛仔裤，显示着二人的下肢的健美曲线，人们对这二位相貌匹配的青年夫妇羡慕不已。可是他们五年却没有结出幸福的果实，一直没有生育。起初他俩还为此晚育欣慰，后来却每每不结实就有些心急。这种事他们不好向他人启齿，最后为了得出结论，不得不到医院求

医。

大夫听了他们的主诉，对男女双方进行常规检查，最后把目光停留在他俩那条为人羡慕的牛仔裤上。他悟出其中的道理。指出这二条牛仔裤就是他俩不育的病根。大夫的道理是什么呢？

拿男子来说，穿小裆紧身的牛仔裤是无益的，会引起男子的不育症。这里的奥妙在于男子的睾丸产生精子需要相宜的温度。据医学工作者研究，精子产生的温度比人体本身温度要低一些。温度高对于精子产生不利，往往会造成成熟的精子减少的情况。牛仔裤与身体结合紧密，往往使睾丸紧贴皮肤上，这样就造成睾丸的环境温度上升，也就是说睾丸温度上升产生成熟精子减少，时间长了就造成了男子不育症的一大根源。有的避孕专家还提倡这种局部提高睾丸的环境温度，做为男子的一种避孕方法。再则，裤裆太紧，太短小，人体与裤子之间空隙也就小的可怜，空气不易流动，汗湿不易消散，阴囊的皮肤也容易被擦破，容易酿成阴囊湿疹。

穿牛仔裤对于女同志害处也不少。因为女子阴道能不停地分泌一种酸性液体，来抗御外界细菌侵入阴道。所以女性的外生殖器经常是湿润的，每当排卵期，由于白带增加，尤其潮湿。如果穿着柔软而宽松的内、外裤，由于稍一活动能使空气流通，湿气就会随时消散；若是裤子绷得过紧，湿气不能散发，还增加出汗，分泌液一经分解，排出一股气味。这样细菌又极易繁殖。外生殖器及会阴部的皮肤细嫩，裤子过紧时走路多了容易磨破，细菌乘机活动，造成阴部感染发炎，甚至细菌上行引起阴道炎或尿路感染。国外有的医生研究认为，过紧而又无气孔的内裤，是造成妇女泌尿生殖系统真菌感染的一个重要原因。

## 羽 绒 服 病

羽绒服装以它款式大方，样式多样，重量轻，穿着舒服，保温性好，受到人们的喜爱，在我国成为最流行的防寒服之一。然而，有些人穿上美观大方的羽绒服以后，身体却出现了皮疹，荨麻疹，眼痒，流鼻涕等症状。一但脱下羽绒服以后，症状随之消失，这是什么缘故呢？

道理十分简单，这些人是患上了羽绒服病。羽绒服的内填物是羽毛（鸭、鹅）。这些羽毛纤维非常细小，一但人体皮肤接触或进入呼吸道，可做为一种过敏性抗原，使人体细胞产生抗原抗体反应，释放出具有生物活性的物质，这些物质可使毛细血管扩张、管壁渗透性增加、血清蛋白与水分渗出或大量进入皮内组织。这时身体便会出现皮疹、荨麻疹、瘙痒等。这些物质还能使支气管平滑肌痉挛、粘膜充血水肿、腺体分泌增加，支气管管腔狭窄，使人出现鼻咽痒、眼痒、流鼻涕、咳嗽、胸闷，甚至气喘等症状。因此，具有特殊过敏体质、患有过敏性鼻炎、喘息性气管炎、哮喘病的人，由于他们对大自然中的灰尘、微生物、动物皮毛、家禽的羽毛等均会产生过敏反应，所以，这些人在穿着羽绒服时自然应倍加注意，过敏严重者，就只能忍痛割爱了。羽绒服再好，为了自己的健康，就不能再穿了。

不过即使对羽绒服无过敏史的人，穿羽绒服时也要注意羽绒服的卫生，保持羽绒服的清洁，掌握科学的洗涤方法，以延长穿着寿命。

羽绒服可分为水洗和干洗两种。水洗是把羽绒服放在40~50℃的洗衣粉液中泡透，再用软毛刷顺着布纹轻轻地刷

洗，干净后，用清水多漂几遍，直到水清为止。漂洗时，要用双手挤压衣服，不要拧绞，更不能用搓板搓或用洗衣机搅。洗净的羽绒服应放在网兜里挂起来控水，或垫上千毛巾挤出羽绒内的水分。晾晒时忌在烈日下曝晒，也不要火边烘烤或用电熨斗熨烫，以免退色、老化。晾干后，用手或小圆木棒将羽绒服轻轻揉搓和敲打，使羽绒服蓬松，保持防寒性能。

干洗是用棉球蘸上 120 号汽油或干洗剂反复擦洗，直到擦干净为止。羽绒服上的一般污垢，可用热毛巾蘸上少量肥皂擦拭，然后用干净的热毛巾把肥皂抹净。擦洗时应把要擦的地方的面料提起，避免肥皂水渗到羽绒里。干洗后的羽绒服可挂在通风干燥处晾干。如出现皱折，可用灌上开水的搪瓷缸垫上湿布熨干。

## 涤纶三角内裤可导致尿路感染和阴道炎

色泽鲜艳、质地柔软的涤纶三角内裤为什么会导尿路感染和阴道炎呢？

要想回答这个问题，得从女性的生理解剖谈起。女性的尿道短而宽，有尿道旁腺和 Skene 氏腺与阴道、肛门相毗邻，细菌进入腺体并污染会阴的机会较多，尿道和阴道开口紧贴，自然首当其冲地受到污染。但是，青春期姑娘和新婚不久的少妇大多是洁身自好的，她们都有经常清洗会阴、注意月经卫生和性卫生的良好习惯，这就大大减少了污染机会。但是，涤纶三角内裤紧档裹臀，通透性极差，且密度高的涤纶纤维具有对会阴粘膜的致敏性。经常穿着，会阴捂久了，就产生了尿道刺激症状：尿频、尿痛、尿少等，医学上

称为尿路感染。

同时，涤纶三角内裤紧裹阴道，涤纶纤维直接刺激阴道口，加上尿路感染的细菌又“近水楼台”地污染阴道，就容易引起白带分泌增多，阴门瘙痒等阴道炎症状。患阴道炎的妇女除自觉瘙痒难忍外，检查时阴道和阴门常覆盖一层白膜状物，拭除后，可见阴道粘膜发红肿胀。如果将少许阴道分泌物或白带置于电子显微镜下观察，可见到“++~++++”的霉菌。这是因涤纶织物久捂裆臀产生的菌种。

诚然，尿路感染和阴道炎是女青年的多发病，稍有疏忽或不注意下身卫生，就可罹患此二症。为了防患于未然，奉劝姑娘和少妇还是改穿棉布制的内裤为好。如果一定要穿涤纶三角内裤，最好每天一换，清洗干净，并讲究会阴的洗涤和卫生。

## 当心尼龙内衣综合症

穿着用合成纤维做的内衣，可引起多种症状和疾病，叫尼龙内衣综合症。

有的人对合成纤维内衣过敏，会出现皮肤瘙痒，有的还可在胸腹部或会阴部出现红色小丘疹，奇痒难忍。由于合成纤维透气性和吸汗性较差，加上弹性大，紧裹在会阴部，会使局部潮湿，适宜细菌生长繁殖，导致女性尿路感染较多，出现尿频、尿急、尿痛等症状。男性可引起阴囊湿疹。

有的合成纤维制品带有一定电荷，在机体摩擦中也可产生较多电荷，形成电场。这些外界电场能改变机体的生物电位，出现植物神经功能紊乱，导致情绪不安、失眠等，甚至出现心律不齐等。



国外报道，合成纤维内衣所造成的静电变化，会干扰心脏的兴奋电势，从而引起心脏室性期外收缩的出现——即形成早搏。专家认为，这可能是合成纤维织物刺激皮肤，引起变态反应组织胺的释放增加所致。另外，合成纤维织物的吸汗性能差，皮肤表面的电解质因此而发生变化，导致体表电位失常，进而干扰心脏的传导电压，从而造成早搏。可见合成纤维内衣是早搏的新祸首。所以心脏病患者，特别是心律紊乱的病人，最好不要穿合成纤维内衣。

### 勒腰过紧害处多

现在有不少年轻人，尤其是一些女孩子，每隔二、三天才排一次大便。这种症状，医学上称为“习惯性便秘”。一般说来，年青人的身体正处在生长发育的旺盛阶段，假若起居饮食都比较规律的话，其胃肠道内容物的排泄大约24小时左右一次，而不应该好几天才排一次大便。那么，为什么这些年青人会得这种病呢？

原来，她们为了腰部线条更美，避免自己过胖，便长期使用腹带或腰带紧束腰腹。其实，这对身体健康是非常有害的。因为人体腹腔的下半部大都是肠子。肠子通过不断地蠕动，才能很好地消化各种食物。如果把腰勒得过紧，就好像把肠子捆住一样，会影响胃肠的功能。同时，勒腰过紧还会把肠子挤到上腹部，使胃、肝、脾受到压迫，妨碍血液的正常流通，整个消化系统的正常功能都会受到影响。这样不但所吃的食物不能顺利地通过消化管，而且使肠腔胀气，造成食物在管腔内的滞留。滞留的时间越长，肠腔粘膜对腔内容物中的水分吸收得也越多，大便就越干燥，从而延长了排便