

時髦病·信不信由妳

SHIMAOBING XINBUXINYOUNI

習樂編著

● 戴胸罩可致孟德爾氏症

● 緊身衣褲影响乳房和腎部發育

● 接吻可導致唾液腺發熱症

● 可口可樂會殺死精子

● 豐乳可引起激素異常

● 離婚可導致身心後遺症

● 吸煙可致癌



黃河出版社

时 髦 病

——信不信由你

习 乐 编著

黄 河 出 版 社

1990·6

时 髦 病

——信不信由你

习乐 编著

*

黄河出版社出版

(济南大纬二路325号)

江苏省新华书店发行

山东电子工业印刷厂印刷

(淄博市周村)

*

开本787×1092毫米 1/32 印张7 字数151 千字

1990年6月第1版 1990年6月济南第1次印刷

印数1—30000册

ISBN 7-80558-130-4

G·36 定价：2.80元

102002/100

内容提要

好奇之心，人皆有之；崇尚时髦，无可非议。然而，殊不知，好奇也生疾，时髦也致病。这决不是无中生有，耸人听闻。《信不信由你——时髦病》一书就揭示了当今社会中流行的近 200 种时髦病，它将告诉人们：常看电视可致肥胖病，常饮可口可乐会杀灭精子，常听组合音响可导致耳聋，常食两餐可罹患癌症，常睡电褥可使胎儿畸形……

本书纳百家之忠言，汇四海之妙论，通过大量事例说明一个“理”，提倡一个“度”，防止一个“过”，警惕一个“滥”，提醒人们在尽享物质文明时，要有理、有度、勿过、勿滥。

目 录

- 常看电视可引起肥胖症 (1)
- 使用电冰箱不当易导致食物中毒 (3)
- 用洗衣机洗涤乳罩可引起产妇缺奶 (5)
- 电风扇使用不当可导致猝死 (7)
- 孕妇常睡电热毯可导致畸形儿 (8)
- 电吹风易引起皮肤癌 (9)
- 微波炉微波泄漏可引起机能性紊乱 (10)
- 电动剃须刀可致接触性皮炎 (11)
- 空调使用不当能引起不适应症候群 (12)
- 强烈音响可导致耳聋 (15)
- 经常染发可诱发癌症 (18)
- 烫发过频可引起双眼角膜穿孔 (19)
- 皮肤过敏者戴戒指可引起癌症 (20)
- 皮肤过敏者戴项链可引起皮炎 (22)
- 戴劣质耳环可引起耳部溃烂 (23)
- 浓妆可引起过敏性皮炎 (25)
- 大量涂口红可引起口唇过敏症 (27)
- 搽浓香水可引起呼吸道过敏 (28)
- 滥用丰乳膏可引起激素异常 (29)
- 姑娘束腰易患腰肌劳损 (30)
- 常戴胸罩可导致孟德尔氏症 (32)
- 常戴无形眼镜易伤角膜 (34)

常戴电磁眼镜可致晶体混浊	(36)
常戴太阳镜易患“太阳眼镜综合症”	(37)
减肥不当可引起厌食及闭经	(38)
拔眉毛可引起结膜炎	(40)
拔胡子容易引起毛囊炎	(42)
拔鼻毛易引起前庭疔肿	(44)
大量涂指甲油易造成积蓄中毒	(45)
激光美容不当可导致视网膜裂孔	(46)
球迷易患神经机能失调	(47)
旅游可引起十三种疾病	(48)
打扑克易传播流感病毒	(56)
打麻将易导致脑血管疾病	(57)
玩具不洁可致侏儒症	(58)
弹钢琴不当易造成指骨无菌坏死	(60)
长期玩电子游戏机有损儿童发育	(61)
游庐山易引起腹泻	(64)
惊险游乐可导致植物神经功能紊乱	(65)
迷恋霹雳舞易造成关节损伤和猝死	(67)
迷恋迪斯科可造成血管痉挛等病	(68)
儿童偏食易发生性早熟等病	(70)
儿童食糖过量易恼好哭	(73)
素油吃得过多营养失去平衡	(75)
长期素食会引起蛋白质摄入不足	(76)
长期素食会引起核黄素摄入不足	(77)
零食过量易中毒	(77)
常吃爆米花能引起铅中毒	(78)

常吃鱼松会造成氟中毒	(79)
过分讲究食品精细易患美食病	(80)
过量饮茶会引起氟中毒	(84)
喝牛奶过量会引起婴儿贫血	(88)
可口可乐会杀灭精子	(89)
汽水会导致胃溃疡	(90)
果子露有损婴儿肝脏	(91)
过量喝咖啡易患心脏病	(91)
冷盆容易引起食物中毒	(93)
暴饮啤酒可致“啤酒心”	(95)
常食罐头易引起铅中毒	(97)
常吃西餐可致动脉硬化及癌症	(98)
吸烟可致癌	(100)
吃菠萝能引起过敏	(104)
吃柑桔易发皮肤病	(104)
吃柿子易患胃结石	(105)
吃荔枝易患荔枝病	(105)
滥服蜂王浆有损身体健康	(106)
涮羊肉易患旋毛虫病	(108)
吃羊肉串能引起癌症	(110)
常吃方便面易致营养缺乏症	(111)
常吃巧克力易致巧克力综合症	(113)
儿童吃泡泡糖易染细菌性痢疾等病	(114)
味精过量易引起身体不适	(116)
糖精过量会引起口苦	(117)
色精过量会引起慢性中毒	(117)

鹌鹑蛋可导致动脉硬化	(118)
食用熏烤品易得癌症	(119)
营养过剩会导致短寿	(121)
穿羽绒服不当易得过敏症	(122)
穿纤维织品易引起皮疹等病	(123)
穿喇叭裤易伤生殖器	(126)
穿工作服不当易传染各种病毒	(127)
现代高领上装易患颈动脉窦综合症	(128)
穿紧身衣裤影响乳房和臀部发育	(129)
穿紧身衣裤可致神经痛	(130)
穿紧身衣裤易并发阴道炎和尿路感染	(130)
穿紧身衣裤影响男子生育	(130)
常穿皮靴易患腓浅性压迫症	(131)
姑娘穿高跟鞋易致足趾溃疡坏死	(133)
穿塑料鞋可引发皮炎	(134)
儿童穿皮鞋影响脚发育	(136)
燃煤可致气管炎	(137)
油烟可致癌	(138)
液化气瓶易传染病毒	(139)
久坐沙发伤害脊椎	(140)
内室涂料可导致铅中毒	(141)
人造灯光能扰乱生物钟	(142)
铝炊具能损害神经系统	(143)
婴幼儿睡席梦思易导致骨骼变形	(144)
现代居室易导致病屋症候	(145)
好吃懒做易患“逸病”	(147)

接吻可导致唾腺发热症	(150)
赖床可导致六种“并发症”	(151)
离婚可导致身心后遗症	(155)
信息过剩可导致平衡失调	(158)
儿童负担过重易导致学校恐怖症	(160)
溺爱独生子女易患富贵贫血症	(162)
现代快节奏易患神经官能症	(163)
星期六焦虑有损脑功能	(165)
电脑操作人员易患肩酸背痛等病	(167)
久坐办公室易患颈椎病	(170)
人工养蘑菇易患蘑菇工肺病	(172)
现代城市人易患“农民肺”	(174)
冷烫精易致皮炎	(177)
做 B 超容易使胎儿发育不良	(179)
滥用激素可使身体致残	(181)
X 线易损伤生殖系统	(183)
常服镇静药易患药瘾病	(185)
滥输氧危害肺部健康	(186)
练气功不当易走火入魔	(187)
日光浴可致皮炎和癌症	(191)
噪音影响胎儿发育	(193)
常骑摩托车易患“摩托车病”	(194)
骑自行车易损男女生殖器	(196)
骑童车有损儿童膝关节	(197)
养花赏花易过敏中毒	(198)
家庭养狗易患狂犬病	(200)

家庭养猫易导致胎儿畸形	(203)
家庭养鸽易患肺病	(205)
家庭养鹦鹉易患“鹦鹉热”	(206)

常看电视可引起肥胖症

电视机家庭化，充实和丰富了现代人的文化生活，看电视可以增长知识，开扩眼界，掌握信息，陶冶情操，使人们得到积极的休息和充分的娱乐。

但是看电视也不是有益无害。眼下，已有不少证据表明，电视可对人体造成多种伤害。据美国消费产品安全委员会统计，1987年美国有25435人因为看电视引起的伤病而送医院。该委员会一位女发言人说，电视机造成的病痛“几乎什么都有”。医生们报告，看电视可引起电视肥胖症。

国外研究人员发现，看电视可加速肥胖。美国把因为看电视太多而引起的少年儿童肥胖称为“电视肥胖症”。据统计，全美13岁以下的少年儿童中有80万人患“肥胖证”，其中一个重要原因就是整日沉湎于看电视，缺少活动，并在看电视时大吃糖果、点心等零食，造成热量过剩。

此外，常看电视还可致：

1、电视孤独症

由于儿童的思维分析能力差，行为模仿性强，各种电视信息可以深刻地渗透到他们的性格、行为中去。他们看起来不让别人打扰，还不停地模仿电视中人物的动作、语言，好象自己就是剧中人。他们可以将电视中的商品广告背得滚瓜烂熟，甚至会经常出现自言自语和离奇动作，但不关心周围的现实生活，也不关心父母、姐妹等其他人的存在，与人缺乏思想交流。这样会使孩子的性格变得孤僻，以自我

为中心，国外称为“电视机孤独症”。

2、电 视 眼

看电视时，起调节作用的是睫状肌和眼内直肌，如果长时间处于收缩状态，则容易引起近视。看电视的暗环境，需要依靠视网膜杆状细胞中的视紫红质来维持暗视能力，每看1小时电视所消耗的视紫红质需要休息半小时才能恢复。长时间看彩电节目，显像管的X射线会严重消耗视网膜中的视紫红质，使视力明显下降，甚至造成视网膜萎缩，国外称之为“电视眼”。

3、电 视 颈

有些人看电视不讲究坐相，千姿百态，或躺在床上斜着颈；或半靠床头，屈颈弯背，还有的背倚沙发，伸颈仰头；或趴在桌上或椅背上，斜眼歪头。如此种种不良姿势，如养成习惯，头颈部经常较长时间维持在过伸与过屈姿势，极易引起颈部软组织劳损或颈椎综合症。

4、电 视 胃

不少人为了赶看晚间的电视节目，晚饭总是狼吞虎咽，或者端着饭碗边吃边看，食不知味，殊不知吃饭不专心致志，胃液、胆汁和胰液等消化液的分泌会减少，会发生消化不良和胃肠功能紊乱，诱发胃病。

5、电 视 心

老年人的情感倾向性大，常看电视会经常随着镜头中的情节而过于兴奋、紧张或悲伤。情感的强烈冲动易发生头晕、心悸、血压升高。本来已患有高血压、冠心病的老年人，更易引起心跳加快、血管收缩，诱发脑血管意外以及心绞痛、心肌梗塞等急症。

6. 电视癫痫病

电视荧光屏上闪烁的图像会使某些患光敏性癫痫的病人发病。这种病的发作形式与普通癫痫并无区别，患者突然不省人事，跌倒在地，口吐白沫，眼球上翻，四肢挺直，继而抽搐，可持续数分钟，尔后转入昏睡状态；醒后尚有头痛、全身酸痛等遗留症状，若反复发作，则可危及生命。由于电视光波具有反射、折射和偏振等性质，能使电位敏感性较高的神经细胞产生光电效应，致使局部神经组织的电位和生物电流发生错乱，引起神经细胞癫痫样放电，发生脑功能紊乱，从而出现癫痫样发作。“电视癫痫病”在发达国家十分流行，估计每1万人中就有1人患此病。

使用电冰箱不当易 导致食物中毒

当电冰箱进入千家万户，为人们的生活带来种种方便和享受的时候，对人们身体构成威胁的“电冰箱病”也悄悄地蕴伏在冷藏柜内。

最常见的表现是食物中毒。不少人认为购进一台电冰箱，就等于有了具备杀菌功能的保险箱，只要把食品放入电冰箱内，不但可冻死食物中的细菌，而且也不会有新的细菌生长。这是一种错误的认识。

普通单门冰箱或双门双温冰箱冷藏室内的温度，一般 $0\sim 8^{\circ}\text{C}$ 。这个温度范围适宜冷藏大多数食品，并能降低或破坏多数细菌的代谢功能，抑制其生长繁殖，有些细菌还可

死亡。但有些细菌对寒冷有耐受性，它在低温下代谢活动减弱，最后繁殖停止，但并不死亡。如副溶血性弧菌在 -15°C 低温下可存活数天以上；沙门氏菌属中的肠炎杆菌、伤寒、副伤寒杆菌能在冰块中存活1~3个月；少数霉菌、酵母菌能在 0°C 以下生长繁殖；无色杆菌、假单胞杆菌属在 -10°C 以下仍有生长繁殖能力。所以，当食品由于某种原因被这些嗜冷或耐寒的细菌污染后，冷藏于冰箱内也会腐败变质。多数食品受到细菌的污染后，即发生色、味及感观性状的明显变化，而有些食品的外表变化却不明显。如沙门氏菌属污染肉、蛋类食品时，即使是严重污染，食品感观性状也可以不发生明显的变化，若未经严格处理和回锅彻底加热，食用后常会造成食物中毒。

有的人习惯将电冰箱当作菜橱，吃剩的饭菜往里一放，生熟混杂并排，也不罩盖，这是很不卫生的，容易发生食物中毒。特别是鱼与肉、鸡、蛋等物品混放在一起，最容易造成病菌的交叉感染，使本来无菌的食品也沾染上病菌。比如，鱼体内有一种嗜盐杆菌，其毒力和生存力都很强，可以在抹布、砧板上生存1个多月。如果鱼、肉、蛋混贮在一起，鱼身上的嗜盐杆菌便污染到肉。在食用时，如果加热又不十分彻底（如炒菜、包饺子等），肉中的细菌便会使人发生食物中毒。又如在配制清凉饮料时，不注意卫生操作；或生食、熟食不严格分开；或食物贮存的时间太长或已变质；或食物冷藏后未煮熟等，都可能造成食物中毒。

另一表现是造成肠胃功能紊乱。盛夏酷暑，使用电冰箱自制冷饮，吃后暑热顿消，沁人心脾，是一种舒适的享受。但有的人特别是儿童在暑天贪食冷饮，使胃肠道内温度骤然

下降，局部血循环减缓，血流减少，影响对食物中营养的吸收。过多的冷饮刺激还可使胃酸、胃蛋白酶、小肠淀粉酶和脂肪酶等物质的分泌减少，从而影响人体食物的消化，日久可导致消化功能紊乱，并影响食欲，引起腹痛泻泄。而且，这样的冷饮方式也不能及时补充人体因出汗过多而损失的物质。

吃冷饮、冷食应适时适量。适时，就是要在饭后或午睡后再吃，不要在其他时间吃，尤其不要在饭前吃，以免影响孩子的食欲。天气转凉则应少吃或忌吃。适量，就是每天不要吃得太多。特别是儿童，更要适可而止。患有感冒、肠道疾病和脾胃虚寒的人，最好不吃冷饮、冷食。

用洗衣机洗涤乳罩可 引起产妇缺奶

洗衣机与缺奶，似乎风马牛不相及。然而，洗衣机确实可引起产妇缺奶。

洗衣机洗涤衣服的原理是利用水的冲甩、拉伸力量，通过洗涤剂的泡沫，将衣服上的脏物、尘埃排挤出来，并不断摩擦而将脏物甩至水中。不少现代年轻妈妈常把乳罩和其他衣物一起放在洗衣机里搅拌，使各种纤维、羊毛等异物粘附在乳罩上，乳罩佩带时和乳头摩擦，逐渐将乳管堵塞，造成分娩后乳汁不畅。另外，有不少人使用洗衣机不注意卫生，将各种衣物混在一起洗涤，引起互相污染，传播病菌而感染疾病。

所以，使用洗衣机也须讲究卫生，不要将手帕、口罩，特别是胸罩、裤衩、袜子、月经带等一起放在洗衣机内搅拌；胸罩还不宜和毛衣等多纤维物品放在一起洗涤，最好单独搓洗。尤其要注意的是家中病人，特别是传染病人的衣物应严格和健康人的衣物分开来洗。须知洗衣机虽能减轻现代人的家务劳动量，但不是消毒机，如不注意卫生，反而会导致疾病，影响健康。

还有不少家庭主妇在使用洗衣机时加入加酶洗衣粉。加酶洗衣粉是一种含有蛋白质水解酶的高级洗衣粉。由于人体皮肤分泌物、血液的主要成分是蛋白类物质，通过蛋白质水解酶的水解作用，可使蛋白质分解成水溶性的氨基酸，从而具有良好的去污效果，所以加酶洗衣粉清除内衣血迹或其他污迹的能力，比一般洗衣粉、剂都强。

然而，正是加酶洗衣粉的这一特点，也会使少数人发生皮肤过敏，如瘙痒、红斑、丘疹、鼻粘膜水肿等。原来，蛋白水解酶在洗涤过程中消耗并不多，在洗衣机洗过的衣服上常常有较多残留。当人们穿着以后，残留的蛋白酶就会分解皮肤表层的蛋白质，以至出现过敏症状。残留在衣服上的酶，往往存放数月也不会自行消失。有的人虽然第一次穿用掺入加酶洗衣粉洗过的衣服时，并未出现不适，但再次穿这样的衣服，却也会发生过敏现象。

所以，用洗衣机和加酶洗衣粉时，洗好的衣服应用清水多浸泡一会，也可将洗干净的衣服用开水浸泡几分钟，利用高温来破坏酶的活性，然后甩干，这样可以预防过敏。

电风扇使用不当可导致猝死

“菊花电扇，清凉世界”，“长城电扇，电扇长城”，电风扇的广告不绝于耳。随之，各式各样的电风扇进入寻常百姓家。三伏炎暑，人们不再担忧难耐的酷热。但是，风扇使用不当却会引起“电风扇病”，影响人们的健康。所谓电风扇病是指因电扇吹风过久而产生的各种不适症状，如头痛、恶心、呕吐、浑身乏力、失眠、肩背酸痛等。电扇病是因电扇久吹导致冷气侵身，风邪入内，久之引起身体病变。严重者可以导致猝死。

据报载：1987年8月中旬，广州某旅店发生了电扇“吹死”一个人的事故。经当地法医尸体解剖，结论是：长时间吹电扇导致猝死。电扇为何能把人吹死呢？医学专家对此作了研究。原来，采用空气快速流动将体表温度降至24℃并持续6小时后，人体血液会发生下列变化：血细胞积压增加7%，血小板平均容积增加15%，血粘度增加21%，血压平均由129/69毫米汞柱升高到138/87毫米汞柱，胆固醇的某些组成物也明显增加，这些变化能促使血中血栓快速形成。这对原来并无明显症状但已潜伏着心血管疾病的人，就容易突发心肌梗塞或者脑血栓，导致猝死。

当然，电风扇吹死人是罕见的，但是每年夏季，得“电风扇病”的却不少见。其主要表现是：头痛眩晕胸闷、恶心呕吐、疲乏无力、怕冷无汗、鼻塞咽痛、打喷嚏、流眼泪、肩背疼痛、手臂不能抬举、周身关节痛、落枕等。