

三成剩女愿意接受二婚男

凤凰时尚一项涉及 35500 多位单身女人的调查显示：有 3 成的单身女性愿意接受二婚男人。其中调查还涉及为何单身，理想伴侣是什么？以及个人生活时间如何分配，以及如何自行解决性生活等问题。

你为什么单身呢？

28.69%的单身女人把原因归结于客观原因，自己没有渠道认识合适的人。排在第二位的则是把原因归结到自己，有认识对象的途径，但是宁缺毋滥。另外，曾经被伤害以及“曾经沧海难为水”让她们迟迟不能进入另一段感情。还有 5.4%的女人，觉得婚后生活质量会变差，不敢结婚。

你会嫁什么男人？

凤凰时尚列举了具有代表性的几种男人，被选择最多的是获得 30.75%票数的“有房有车，二婚带孩”男士。有房有车做为经济保障，年龄和婚史都做了放宽。排在第二位的是“40 岁事业有成，相亲无数，至今单身”，获得 22.84%的高票。“敦厚老实，不修边幅的 IT 男”排在第三，有 20.45%的得票。最不受待见的是凤凰男，即便是高收入的企业高管，也因亲戚众多，被女孩们抛弃。

哪种男人你最受不了？

凤凰时尚列出几个典型的男性特征，其中最不受欢迎的是花心，没有事业心得排在第二，抠门小气排第三。

你觉得没处对象自己的原因是什么？

28.15%的女性认为是“不善沟通，交际圈小”的原因，跟第一个问题，“没有渠道



认识合适的人”的选项得票数基本持平。同时 27.88%的女性认为是自己“脾气倔强”，25.96%的女性觉得自己“太挑剔”。

你觉得哪些是单身的快乐？

单身女人分享单身的快乐，23.12%的女性觉得自己挣钱自己花，想买什么就买什么，很开心，而时间自由业是单身的一个大优点，22.1%的女性选了这一项。其他 14.33%选择了“不用伺候公婆”，12.76%的认为不用取悦男友，也很快乐。选项的原因基本都集中在自由这个特征上。

你觉得哪些是单身的不快乐？

有快乐的同时，就有不快乐。如果说“自由”是单身快乐的源泉，那么“孤独”就是不快乐的根本，33.38%的女人觉得快乐

和忧伤都没人分享，很孤独，11.37%遇到困难会很无助。排在第二的“恐慌，年龄越大选择面越小”也让单身的女人们不快乐。

单身女性如何看待性？

有人说过，没有性高潮的人生就像没有花的世界，性是每个正常人的基本原始需求，单身女人也有享受性生活的权利。33.04%的单身女人只接受跟正式的伴侣，所以她们还在孜孜不倦的寻找了另一半；另外 14.64%的单身女人则不需要，可以得出 47%，也就是近半单身女人没有性生活，而另外 53%的女人能解决性生活，无论是找伴侣，还是自行解决。

单身的你，还想结婚吗？

超过半数 51.13%的单身女人，把结婚当成自己一直的奋斗目标，11.72%的单身女人凑合嫁也得结婚，中国女人对婚姻的渴求非常强烈。23.87%的单身女人感觉很累，对感情没有信心。而 13.28%的单身女人，从心底不想结婚，觉得单身比婚姻更好。

通过调查可以看到，近 3 成的女性把单身的原因归结在外在条件，没有机会认识朋友。请敞开心扉，主动去结识新朋友吧！超 3 成的单身女人，把择偶标准降低，开始接受离婚带孩的男士。过半的单身女人，把结婚看成自己奋斗目标，一直不懈努力，可喜的是，还有 13%的单身女人思想超前，精神独立，觉得单身更快乐。

《楚天都市报》2013.5.13

“微波炉致癌”是谣言

日前，一个名为《请立即停止使用微波炉》的帖子在网络、微信上广为流传，“微波炉致癌说”再次引发人们担忧。用微波炉加热食品真的会产生致癌物吗？记者就此采访多位专家后得到解答，帖子中一些证据大多为无稽之谈，微波炉致癌纯属谣言。

“微波炉加热会让食物的分子结构发生改变，产生人体不能识别的分子，这些奇怪的新分子具有毒性，还可能致癌。”这是帖子里“控诉”微波炉致癌的一个重要原因。对此，中国农业大学食品学院副教授范志红指出，微波只是加热食物中的水分子，食物本身并未发生化学变化，不会产生致癌物。中国微波功率应用及测量技术专家张兆镠教授也表示，微波加热完全

是物理加热，与常规的明火加热原理基本相同，从烹饪对食物分子影响的角度来说，影响效果是相同的。

作为微波炉致癌的一个“重要证据”，帖子中说，“曾有护士为了急救病人节省时间，使用微波炉加温血液，一输入人体后病人立即死亡。”对此，北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤外科副主任医师步召德告诉记者，临床上有专门的加热输血设备，如果着急用血会用温水浸泡，从未使用过微波炉加热。对于帖子里提到的案例，有媒体报道称，美国相关庭审记录显示，该患者的真正死因是血栓。

帖子中还说，“经常吃微波食品的人更容易患胃肠癌，消化系统也会逐渐崩溃。”步召德告诉记者，这是他第一次听到

这种说法，没有证据表明多吃微波炉加热过的食物会增加胃癌、肠癌的风险。他说，导致胃癌、肠癌的因素非常复杂，拿胃癌来说，它与人类寿命增长、慢性炎症、高油高热饮食等都有相关性。

国家家用电器质量监督检验中心综合检验部主任鲁建国对记者表示，“微波炉致癌说”由来已久，这种说法就像有些产品宣称“能治愈一切疑难杂症”一样站不住脚。只要产品合格，不管是微波炉带来的辐射还是食品安全风险，都在人类可接受范围之内。他表示，消费者更应关注如何正确使用微波炉，如忌加热时间过长，忌将普通塑料容器、塑料袋等放入微波炉加热，忌使用封闭容器，忌加热鸡蛋等带壳食品等。

《生命时报》2013.5.7 文 / 江大红

吃饭玩手机 = 在厕所吃饭

手机很脏 很多人却边吃边玩

近日，有微博称某高校的报告显示，触屏手机的细菌和病毒量是高校男洗手间的 18 倍，也就是说，吃饭时使用触屏手机，相当于“在厕所用餐”。

记者发现，边玩手机边吃东西的情况，已经十分常见。5 月 9 日中午，在市区一家餐厅，记者就注意到，一对年轻男女在就餐时，女生时不时拿起放在桌上的手机刷几下，还将手机递给对面的男生，与他分

享趣闻。

“最多用手帕擦拭吧。”市民黄小姐使用触屏手机已经快两年。她告诉记者，虽然自己平时对卫生的要求挺高，但也从来没有刻意去给手机消过毒。只有在手机蹭到油污，或是一些明显的灰尘的时候，她才会用手帕擦拭一下。

记者随机采访了 30 位市民，仅有一市民表示，曾经从网上购买过专门的手机清

洁喷雾，但也只喷了几次，如今已经找不到了。

医生提醒 要注意定时清洁手机

对此，东方医院的吕医生告诉记者，手机平时接触的地方很多，有时候还会有不同的人使用，但很难像洗手一样随时清洗，为了避免病从口入，市民们最好还是不要在吃饭时使用手机，还要注意对手机进行定时清洁。

中国江苏网 2013.5.10 文 / 赵雅

化解心理压力7妙法

1、和同事聚餐

工作日最好与同事一起聚餐，不要独自叫外卖在办公桌前吃。要知道，聚餐不仅可以增加你与同事的粘合力与亲密度，更可以消除工作日的孤单感，有助于减轻心理压力。

2、工作间隔多走动

身体上的活动是一种很好的心情调节剂，因此，工作间隙一有空闲，就起身到处走走，即使是下楼买一杯咖啡也能收获不错的减压效果喔。

3、打电话给朋友聊聊

和朋友积极的聊天，不仅可以拉近你们的距离，更能帮你释放精神压力。研究

发现，即使只聊天 5 分钟，也能有很好的减压效果。

4、做善事

德国 Konstanz 大学的最新研究发现，做些善事可以让你拥有更多的满足感和归属感，从而压出繁忙工作带来的精神压力，忘记生活中的不愉快。无论是任何善事都可以，哪怕只是捐几本书给山区学生或捐一包猫粮给流浪猫。

5、做最真实的自己

清楚地定位自己，敞开胸怀去和同事、朋友交流，能够释放压力，激发起你对生活的热爱和对工作的热情。

6、3 分钟速效放松

谁都知道按摩可以让人彻底放松下来，但根据《焦虑与抑郁》杂志的最新研究，边深呼吸边听舒缓的音乐可以将人的焦虑情绪降低 40%左右，这和连续接受三个月按摩治疗所达到的效果一样。这么便宜又便捷的减压方法，你是不是很喜欢呢？

7、少一些抱怨

对办公室不公平的事情抱怨不已绝对不是明智之举。心理专家说，这样做只会让你的心理和生理双重受挫。冷静下，少一些抱怨，多谈论一些积极正面的东西，如周末的郊游计划等，能让你高高兴兴度过工作日。

家庭医生在线 2013.4.16

7分钱自己做块肥皂

日前，武汉市百步亭社区第一居委会书记杨先杰发明了一种废油肥皂，大约 7 分钱可以做一块，你也来学学。

“废油做肥皂的秘诀，其实就是配方。”杨先杰说，废油做肥皂的原料为三种，即水、烧碱和废油，其配比是：1 公斤的水、0.8 公斤的氢氧化钠（纯度在 95%以上的片状烧碱）、3 至 3.5 公斤的废油。

其工艺流程为：第一步是将 0.8 公斤的氢氧化钠倒入 1 公斤的水中，搅拌成碱溶液（注意避免碱溶液溅到皮肤造成灼伤），待碱溶液温度降到室温后，倒入 3 公斤的废油，再搅拌 3 至 5 分钟后，倒入模具中（塑料盒、月饼盒均可），等 3 至 5 天凝固后，倒出，再风干半个月就成了。

如果想增加肥皂的色彩，可适当加入色素，也可加入一点香精，使肥皂的气味变得芳香。搅拌桶可用一般的塑料桶，化碱水的容器则尽量使用不锈钢的容器。废油的话，家庭抽油烟机中的废油或油炸食品后的废油即可。片状烧碱，就要去化工店里购买，一般是 2 元一斤（注意，粉状烧碱不行）。

《快乐老人报》2013.5.6 文 / 高道飞

功能胸罩可让乳房二次发育？

除了普通的常见内衣类型外，现在市场上还有不同类型的功能性文胸，有些功能型文胸宣称能够帮助塑形、改善乳房结构，甚至有些功能性内衣宣称经过正确方法的持续穿戴还可以使胸部再次发育，专家表示，这种说法本身就是不科学的，所谓发育，是指一个组织器官从不成熟到成熟的变化。乳房一般在十八九岁左右发育完善，不存在乳房“二次发育”之说，女性在怀孕及哺乳期乳房变大是在激素刺激下的特殊时期，不能视作乳房的再次发育。对于功能性内衣，建议女性少佩戴为宜。

《新京报》2013.5.14

快乐生活每天5个1小时

哈尔滨医科大学第四附属医院精神心理科主任张磊晶说，退休了，不少老人顿感空虚，建议老人根据自身情况，合理规划，每天完成“5 个 1 小时”，享受快乐的退休生活。

干 1 小时活

养花或种菜都是不错的选择，每天浇浇水、松松土，与家人分享收获的喜悦。在种植期间出现问题，多与邻居、朋友交流经验，还能增进感情。另外，老人还可适当地参与社区里的义务劳动。

看 1 小时书

看书能养神安心，老人可有选择地多看一些文学著作和国学方面的书。看书时最好戴上老花镜，避开太阳直射。看书时间控制在 20—30 分钟，休息 5 分钟。

写 1 小时文章

经过岁月积淀，老人们积累了社会经验，不妨趁着退休闲暇时间，把心得写下来，给报纸杂志投稿，收获成就感。

串 1 小时门

退休后，老人可以跟老朋友常联系，多交流，也可以在小区、公园里主动找其他老伴聊天、下棋。

散步 1 小时

天气好的早晨出去走走，晒晒太阳，补充钙质。注意运动不要太剧烈，最好结伴，患有慢性病的老人外出时，最好带上急救药。

《快乐老人报》2013.5.6