

星制作 | XINGZHIZUO

身上这些部位， 可千万别乱摸哦！

我们常常会认为，自己的身体，怎么触摸都没问题吧。但是，说我们的双手是细菌的聚集地也不为过，所以平时会无意识地触碰身体的有些部位，这其实是对健康有不良后果的。在这里，我们就来介绍一下那些用手去触摸后会产生有害影响的身体部位。

耳朵 绝对不要将手指伸进耳朵里。为了清洁耳朵而强行用手指去掏取耳垢或者挠耳朵的话，会引起外耳道较薄皮肤的破裂。

面部 除了洗脸或者做护肤之外，请尽量避免触碰你的面部。很多人都会有无意识地触摸面部的习惯，但是这都是一些肌肤问题不能根治的原因所在。我们的双手表面布满细菌，经常用手触摸的地方可能会容易出现粉刺，痤疮等现象。

眼睛 感觉困倦时或者早上刚起床时，你肯定会无意识地揉眼睛吧？用手去触摸眼睛，就等同于直接让细菌进入眼睛。

病毒对眼睛的传染能力有强有弱，传染能力强的病毒会引起结膜炎这样的严重后果。所以请尽量不要用手触碰眼睛吧。

口 在工作中或者无聊时，有不少人会把手指放在嘴的周围。手上附着的病毒就会通过嘴侵入到人体内而引发感染，从而导致感冒，流感等症状。

把手放在嘴唇上或者嘴巴周围，说成是在吃进细菌也不为过。

看来手是身体中细菌最多的部位之一呢。握住扶手吊环，接触过钱或者马桶盖等……希望大家培养一种意识，不要用附着了各种各样细菌的双手去触碰身体，并且常洗手。



“涨姿势” | ZHANGZISHI

西瓜为什么不宜挖着吃

很显然，相比被切成一块块或一片片，整个西瓜直接挖着吃，吃起来爽得多，这不仅仅是因为它的实际重量和体积带来的满足感，而且能从最甜的中心吃起，更重要的是，这是你专！属！的！瓜！你的幸福感也因此呈指数增长。西瓜挖着吃有啥不好？请往下看。

1. 后来发现勺子不见了，天生的洁癖不需要解释，封好口，带走了西瓜皮，也带走了勺子。

2. 潜意识里给自己设定了更高的目标，可能导致以后吃西瓜的胃口越来越大

3. 不自觉吃太多西瓜，导致食欲下降，把饭都省了

4. 体内血糖升高

5. 肚子变圆、尿液变红或打嗝等，严重时腹胀、腹痛或拉肚子，易伤脾胃。

吃西瓜的四点建议：

1. 控制好量，最好控制在每次2两以内。不建议拿个大西瓜直接挖着吃，切块或许是更好的控制量的方法。

2. 少吃直接从冰箱拿出来的西瓜。不要在大量出汗后，马上进入空调房，猛地吃很多冷藏后的西瓜。

3. 不建议有饱腹感时还坚持或拼命吃完西瓜，不管是避免浪费还是偏爱西瓜。不建议在饭前吃西瓜，建议饭后1个小时后再吃。

4. 不买切开太久的西瓜，尤其当你不知道有几只苍蝇飞过，或多少灰尘飘过时。

她才8个月，征服了全世界网友！



话说，这个小宝宝叫Egypt，出生才有8个月大。然而，她已然就已经征服了全世界！因为这么萌萌眼有木有！！

她是一个澳洲说唱歌手的女儿，出生没多久就被爹妈晒了出来。她已经有了10多万的粉丝了。

网友：

筋斗云很钻石心：天啊！这眼睫毛，比我刚出生时的头发都长了！

DJ-秀旖：天生自带眼线假睫毛系列[笑cry]

紫曦蓝辰：[爱你]眼睛好大，好可爱的小天使。[拜拜]再次证明这是看脸的世界，一个萌娃的粉丝都秒杀我的粉丝数了。哭瞎了。

热议 | REYI

为啥在朋友圈发点鸡汤，却被拉黑了……

不知道什么时候起，微博、朋友圈以及QQ空间等都被鸡汤刷了屏，一开始看了兴奋、励志、感同身受后来只想吐，甚至想把那些天天发鸡汤的“朋友”拉出去打一顿！别说有这种感受的只有我一个！嗯哼，咱们今儿就来说说鸡汤跟拉黑的故事……

一个家境优越的人指责他在工厂打工勉强维生的朋友：你的人生太空洞了，太机械了，高晓松说了，人生不仅仅应该有眼前的苟且，还应该诗与远方，世界那么大，你不想去看看吗？

朋友，先不说文艺青年和普通青年有区别。你知不知道生存和生活也是有区别的。你有资格学习高晓松追求什么诗和远方，那是因为你家有钱你家境好容得下你作。可是别拿这个来限制别人，仿佛不读诗不去远方就是个只知道眼前的苟且的人。

不好意思，很多人拼尽了全力，也只是能生存，仅此而已。世界那么大，其实我也想去看看，可我没钱去看看。不过没关系，我在家读书心中自有远方。

网友机智的回答：

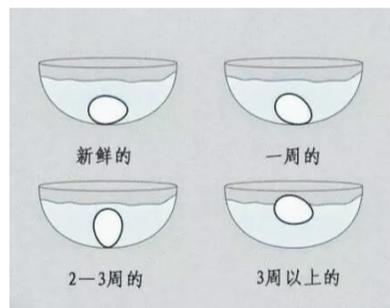
①法海：这是患了典型的鸡汤养分过剩拉低智商情商综合症，简单来说，鸡汤洗脑症。

②小猫：你一天到晚沉浸在那些看上去很有道理的话，可是你是活在现实里不是梦里，你自己看看你发的那玩意，是正常朋友之间聊天会说的话吗？这是完全没有意义，而且粗糙的文字。就算想文艺一点，起码也要达到春风十里不如你的水准吧？

③比目鱼：这哪还叫心灵鸡汤，简直就是精神污染有木有！

必备 | BIBEI

宝宝吃了感染昏迷！ 这几种鸡蛋千万别吃



一张图教你判断鸡蛋的新鲜度(将蛋浸在冷水中，如图)

前段时间，医生从鬼门关抢救了一名年仅6个月大的婴儿，这个宝宝一开始出现腹泻呕吐然后发高烧，继而发生抽搐、昏迷，后来经过努力抢救，宝宝得以脱险。原因竟然是吃了这种鸡蛋！经过与家属沟通，医生们怀疑是因为宝宝吃了感染沙门氏菌的鸡蛋。

外壳长斑的鸡蛋为什么不能吃？

据了解，鸡蛋外壳长斑主要有三种原因：

1、母鸡输卵管患上炎症。母鸡的输卵管炎症有时候也是因为感染了大肠杆菌或沙门氏菌；

2、母鸡缺乏维生素或蛋氨酸，免疫力可能存在缺陷，从而导致蛋壳长斑；

3、鸡蛋质量下降，或存放时间比较久，导致细菌附着在蛋壳表面。

医生提醒：到超市或市场买鸡蛋时，尤其是家里有孩子的，尽量挑选没有斑点的鸡蛋食用。

这几种鸡蛋不能吃！

1、裂纹蛋 这些鸡蛋很容易被细菌侵入，若放置时间较长就不宜食用。

2、粘壳蛋 这种蛋因储存时间过长，蛋黄膜由韧变弱，蛋黄紧贴于蛋壳，若局部呈红色还可以吃，但蛋膜紧贴蛋壳不动的，贴皮处呈深黑色，且有异味的，就不宜再食。

3、散黄蛋 因运输等剧烈振荡，蛋黄膜破裂，造成机械性散黄或者存放时间过长，被细菌或霉菌经蛋壳气孔侵入蛋体而破坏了蛋白质结构造成散黄，蛋液稀而混浊。这种蛋最好就别吃了！

4、死胎蛋 鸡蛋在孵化过程中因受到细菌或寄生虫污染，加上温度、湿度条件不好等原因，导致胚胎停止发育的蛋称死胎蛋。这种蛋所含营养已发生变化，如死亡较久，蛋白质被分解会产生多种有毒物质，故不宜食用。