



你既无心我便休

@一句精彩语录:爱情不在了,但至少我心里有过你,如此而已,仅此而已。分手见人品,你既无心我便休。



常饮咖啡止痛抗增生

@生命时报:咖啡性辛温,辛能散湿,温能助阳,因此有助肾阳、利水的作用,可以提高排尿量,改善腹胀水肿。其作用与肉苁蓉等性温的中药相似,因此现代有中医配合咖啡(日常饮用)调治湿热痢疾或前列腺增生伴有湿热者,效果不错。尤其前列腺增生患者,常饮咖啡还有止痛和抗增生作用。

过度用手机易患青光眼

@河南新闻广播:青光眼是全球第二位致盲眼病,仅次于白内障。诱发青光眼的因素很多,其中以过度用眼、不注意用眼卫生最为常见。长期每天面对电脑荧光屏9小时以上的人士,患青光眼的几率是其他人的两倍,而近视患者长期面对电脑,更易患上青光眼。

吸烟可能给癌症开大门

@新浪健康:吸烟不只会导致肺癌,长期吸烟可能导致男性Y染色体丢失,使存在其中的免疫系统癌症“监视者”被破坏,导致人体更容易受到各种肿瘤的威胁。但吸烟造成的染色体损伤似乎是可逆的,戒烟后Y染色体的丢失几率将会恢复到不吸烟者的水平,所以,戒烟永远为时不晚。

碳水化合物质量会影响患癌风险

@瘤医生:美国最新研究发现常吃白面包、白饭等升糖指数高的食物,患肺癌的风险会激增。接受研究的人当中升糖指数最高者,其患肺癌风险比最低者高49%。研究人员表示,这显示人们进食的碳水化合物质量会影响患癌风险,而进食的碳水化合物总量,则没有影响。

春天最好“披头散发”

@吉林消防:很多女性喜欢把头发紧紧扎起来,显得清爽利落。可春天要想帮助阳气升发,最好“披头散发”,使头部和外周皮肤处在舒缓放松的状态,使情志舒展、气血畅通。头发扎太紧、太繁复,还可能牵拉到神经和血管,引起头痛。披发的同时,可用手指梳头,刺激头部穴位,有助于疏通血脉,调节大脑功能。

筋长一寸寿延十年

@每日经济新闻:筋骨好了,能增强身体免疫力,从而延年益寿。说法虽夸张,但筋对健康的重要性不言而喻。拉筋方法:双手上举扶住两边门框,尽量伸展双臂;一脚在前站弓步,另一脚在后腿伸直;身体与门框平行,头直立,双目向前平视;以此姿势站3分钟,再换一条腿站弓步3分钟。

过去不是唯一

@治愈系心理学:其实后来的我们,都没有再联系,我不知道你过得怎样,就算偶尔想起,也只是用以前的记忆填补。我能做的是,再怎么想念都不去打扰,因为你只是过去,并不是唯一。

并不突然

@鹿惑:如果一个曾经爱你如同生命的人突然在你生命里消失了,听我说,这并不突然。

距离

@酱子哥哥:距离大概就是指:你知道我没睡,我也知道你没睡,看着彼此更新的消息,却不能说上一句话。

忠于原味

@时刻馆长:我不是不喜欢你了,是我真的等过你很久你都没有反应。你装糊涂也好,不理解也罢,都别再回来找我。就像凉了的饭菜,再加热一遍,也不是原来的味道了。

情难买

@大众情叔:喜欢,是很贵的。哪有那么容易消费得起,所以要存起来,只给一个人。

触不到

@青熬:我羡慕那些和你生活在同一座城市的人,可以和你擦肩而过、乘坐同一辆地铁、走同一条路、看同一处风景,他们甚至还可能在汹涌的人潮中,不小心踩了你一脚,说“对不起”,再听你温柔道“没关系”,而我只能从心里对你说“我想你”。

