

美心红酒小镇水上乐园欢乐“包饺子”



8月7日傍晚，涪陵南滨美心红酒小镇水上乐园，放眼望去，游泳池里人头攒动。五颜六色的游泳圈和充气玩具在水面上漂浮着，相互碰撞，交织成一幅充满活力的画面。滑道上，人们排着长长的队伍，期盼着那一瞬间的刺激与畅快。而在人造浪池里，一波又一波的海浪袭来，尖叫声、欢笑声此起彼伏。尽管人多得如同“包饺子”，但每个人的脸上都洋溢着快乐。在这炎热的天气里，大家在这片清凉的水域中，尽情享受属于自己欢乐时光。

重庆晚报通讯员 陈晓君

人大代表入户“账”量幸福生活

8月6日，大渡口口区人大代表陈鹏和春晖路街道锦华社区调查员像往常一样，前往辖区区内10户抽样调查对象家中，协助其自测记账情况。

陈鹏和社区调查员来到柏化小区调查对象的家中，细致地讲解记账的意义和方法。

通过共同入户走访抽样记账，让人大代表更加全面、准确、及时了解辖区城乡居民收入、消费及其他生活状况，为客观监测居民收入分配格局和不同收入层次居民的生活质量，提出更加“接地气”的人大工作建议打好基础。

“深入基层做好民生调研，切实代表群众发声，既是我们人大代表应尽的职责和义务，也是不断增强辖区人民群众获得感、幸福感、安全感的具体实践。”陈鹏表示。

重庆晚报通讯员 任菁 林利

重庆市福利彩票发行中心关于清理长期未销售投注站的公告

为加强我市福利彩票投注站管理，根据《重庆市福利彩票管理条例》(以下简称《条例》)、《中国福利彩票代销合同》等规定，未经福彩中心同意，投注站不得擅自停业、转让彩票销售资格，或擅自变更投注站名称、地址、经营范围等。对于长期未销售的投注站，中心将依法依规进行处理。请各投注站主及时与中心联系，逾期将依法收回销售资格。

Table listing lottery agents across various districts including Wusheng, Shapingba, and others, with columns for district, agent name, and ID.

Table listing lottery agents across various districts including Wusheng, Shapingba, and others, with columns for district, agent name, and ID.

Legal notices and advertisements from various companies and organizations, including notices about labor disputes, lost documents, and business announcements.

嚼口香糖的人情绪更稳定?

巴黎奥运会,我们常常看到运动员在嚼口香糖。为什么运动员要嚼口香糖?

奥运会不仅是一场体育竞技的盛宴,也是一次心理素质的较量。当技术不分伯仲时,心理素质往往成为决定胜负的关键因素。

为了保持良好的参赛状态,运动员们都有对抗紧张的“秘密武器”,口香糖就是许多运动员的共同选择。

咀嚼通常被看作是一种有节奏的、伴有神经发射活动的复杂过程,是人体赖以生存的生理活动。适当的咀嚼不仅不会让人分心,还能帮助运动员消除紧绷的神经,放松心情,激活大脑,唤醒思维,让精神进入应赛状态。

早在上世纪30年代,就有实验表明,咀嚼口香糖的时候,人们能放松10%—15%,后来的科学家还扫描了人的脑电波,发现咀嚼口香糖能增强人的α脑波,从而有效调节大脑中与紧张及焦虑相关的脑波,缓解绷紧的情绪。嚼口香糖还可以有效降低皮质醇,它也是压力和焦虑产生的罪魁祸首之一!

还有研究发现,咀嚼口香糖作为一种半自动化行为,能持续激活特定的脑区,而咀嚼口香糖所激活的脑区跟维持日常工作的脑区存在着重叠,可以提升前扣带回脑区的血流和供氧,以此来帮助集中并维持注意力。有人针对学习状态的学生们做了相关研究,发现在实验中咀嚼口香糖的学生不仅完成的学习工作量更多,而且心态更好,紧张、焦虑和抑郁水平较低。

据果壳网



一动就出汗的人,身体虚?

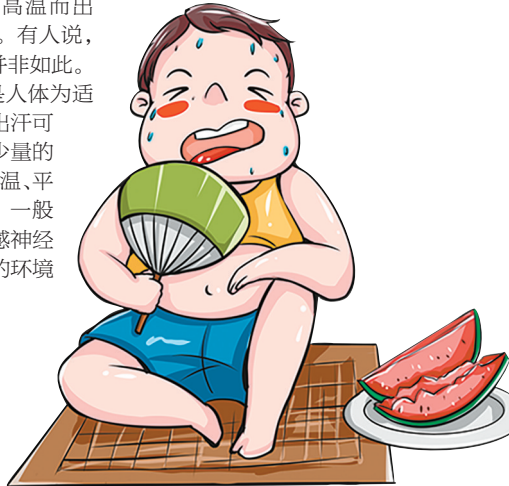
炎热的夏季,很多人都会因为高温而出汗,但有的人出汗多,有的人出汗少。有人说,一动就出汗的人,是身体虚。其实,并非如此。

出汗是一种正常的生理现象,是人体为适应周围环境进化出的“实用功能”。出汗可以将体内部分尿素、乳酸、脂肪酸和少量的无机盐等物质排出体外,起到调节体温、平衡体液的作用,进而降低体表温度。一般来说,当环境有所改变时,丘脑的交感神经便会令汗腺从毛孔排出汗液。这里的环境不光指人体所处的外部环境,还有内心深处——人在精神紧张、受到惊吓或恐惧等情绪的支配下也会出汗。

因为出汗的原因多种多样,所以多汗的原因也各有不同。当一个人觉得自己的出汗量比别人大时,有可能是以下几种情况:

- 1.生理性多汗:有些人天生就比别人爱出汗,这可能是因为拥有更多的或者更敏感的汗腺,也可能是因为身体代谢率高,新陈代谢快。
2.精神性多汗:容易紧张的人也会出汗更多。因为紧张时交感神经会变得兴奋,导致排汗量增加,但当紧张得以缓解时,出汗也会停止。
3.味觉性多汗:人在吃饭的时候也会出汗。当摄入辛辣或咸味食物时,神经末梢受到刺激,同样会引起交感神经兴奋,进而让你出汗。

据科普中国



牙上抠下来的小碎片是什么?

如果我们用指甲抠一抠牙齿内侧,会掉下一些硬质的小碎片,有人说这是牙齿的碎片,说明牙齿损伤了。其实,这种说法很不严谨。

这种抠下来的小碎片,绝大多数情况下其实是牙结石,并不是牙齿本身。影响牙周健康甚至口腔健康的主要因素之一,就是牙结石。

很多人会有这样的体验:某次喝了碳酸饮料,或者不小心咬了硬物,牙齿上就会掉下来白色瓷块。有人会以为这是牙齿破裂了,需要补牙。但实际上,绝大多数情况下它们并不是牙齿的碎片,而是依附在牙齿上的结石。

和其他身体部位的结石不同,牙结石的形成极为简单:若清洁不仔细,每次进食留在口腔角落里的残渣、刷牙留下的残留物,都会让牙菌斑极速滋长。待矿化完成,两天就可以在口腔角石的容易相比,清理牙结石的难度却很大。

形成以后,牙结石很难自行大范围脱落,只会聚沙成塔一样地不断增大。它们不但能沿着牙龈牢牢地依附在牙齿表面,甚至还会藏在牙齿和牙龈之间的狭窄沟槽里。普通的刷牙或者用牙线清理牙齿,都很难去除了。

最关键的是,它们极会伪装。这些牙结石表面大多呈黄白色,和牙齿的色泽接近,如果不注意,你甚至会以为它们就是牙齿的一部分,难怪有些朋友看到抠下来的小碎片会觉得是牙齿了。

据生命时报