



我国高血压诊断标准下调至130/80mmHg

11月13日,国家心血管病中心、中国医师协会、中华医学会心血管病学分会等机构共同制定的《中国高血压临床实践指南》发布。按照新指南,中国成人高血压诊断标准由 $\geq 140/90\text{mmHg}$ 下调至 $\geq 130/80\text{mmHg}$ 。据估算,中国高血压患者数量将由2.45亿增至近5亿,1/3国人都将成为高血压患者。

北京市宣武中医医院心血管科主任医师苏敬泽指出,此次高血压诊断标准下调,体现了预防高血压并发症的发生以及对高血压早防早治的理念。“对130-139mmHg/80-89mmHg人群及时进行生活方式干预以及药物治疗,可以降低如脑卒中、心梗、肾功能不全等严重并发症的发生概率,能够显著减少不良后果。”苏敬泽解释道。

新指南推荐成年人采用经标准化验证的电子血压计测量血压;明确推荐高血压患者用富钾低钠盐替代普通食盐,每日食盐摄入量控制在5克以下;推荐血压 $\geq 140/90\text{mmHg}$ 患者立即启动药物治疗。

越冬候鸟已抵达



近日,鸿雁在江西南昌高新区五星白鹤保护小区飞翔。随着冬季来临,首批冬候鸟陆续抵达我国最大淡水湖江西鄱阳湖。鄱阳湖是国际重要湿地,也是亚洲最大的越冬候鸟栖息地,每年秋冬,占全球种群数98%以上的白鹤,95%以上的东方白鹤,70%以上的白枕鹤,60%以上的鸿雁从各地飞抵鄱阳湖。每年冬季,有60万只到70万只候鸟在这里生活栖息。

非法捕鸟近千只 只是为了涮火锅

近日,浙江省温州市平阳县南雁派出所民警根据掌握到的相关线索排摸发现,在平阳县南雁镇雁峰村山上,有人在进行非法狩猎活动。

民警在附近路口蹲守发现,一名男子骑着电动车从山上下来,电动车后面载着一个绿色的编织袋,袋子里疑似麻雀等鸟类的尸体。

男子叫吴某情,贵州人,39岁,在平阳怀溪镇居住工作。被民警拦下之后,吴某情交代了自己捕鸟的事实。据交代,他用竹竿撑起捕鸟的网,然后用录音机播放事先录好的鸟叫声吸引小鸟投落网中。在吴某情设置的网上,仍挂着不少小鸟的尸体,这些死去的小鸟是他不要了的,因为他只要活的小鸟,将它们扭断脖子带走。他捕捉这些鸟是为了涮火锅吃。

经清点,现场从吴某情电瓶车上查获疑似麻雀948只,疑似画眉鸟13只、捕鸟网11张、录音机2台。根据相关规定,吴某情的非法狩猎行为已属“情节严重”范畴。

吴某情对非法狩猎的犯罪事实供认不讳。目前,吴某情已被平阳县公安局采取刑事强制措施,案件正在进一步侦办中。

男子分手后3个月逆袭减肥80斤

近日,据河南广播电视台许昌站报道,广东湛江一名小伙的真实经历让人感慨不已。报道称,当事人伍先生和女友分手后,下定决心减肥,没想到3个月减去80斤。从照片来看,他从一位胖小伙变身成了寸头型男。

伍先生介绍,分手后,前女友还鼓励自己减肥,他现在每天保持6小时的有氧和无氧运动并控制饮食。

对于减肥后的变化,伍先生感到身体和精神都有了很大的变化,支撑他减肥的动力也是前女友的支持与鼓励。

对此,网友们也是趣味调侃:“果然分手才是正确的减肥方式。”

当然,专家提醒,减肥要掌握科学的方式,不要过度运动或者节食。另外,健身一定要坚持,否则很可能反弹。

25岁女子已生4女又怀孕 丈夫提出离婚

11月14日,“女子已生4女儿又怀孕被要求离婚”引起广泛关注。近日,浙江临海一女子发视频称,自己已有四个女儿,却又意外怀孕,老公怀疑此次怀的又是女儿,便提出尽快离婚,两人最终达成一致。

该女子称,离婚后孩子全部跟着她,其老公每月支付1000元抚养费,每个孩子200元,更多的费用他无力承担,他还打算以后再婚生个儿子。看到老公如此决绝,自己毫不犹豫地答应了他的离婚要求。

据了解,该女子姓胡,今年25岁,来自贵州农村,目前在浙江打工养活四个女儿,平时还带着四个女儿上班。胡女士还称,老公有暴力倾向,曾经出轨,今年春节两人会回贵州老家办理离婚手续。

针对胡女士的情况,记者联系了临海市妇联工作人员,该工作人员表示会了解并核实此事的具体情况。



韩国第一夫人怀抱患儿照片引争议

日前,韩国总统尹锡悦与夫人金建希出访东南亚。出访过程中,金建希的多张照片在韩国引起争议。

据韩国媒体13日报道,金建希12日在柬埔寨金边探望一名患有先天性心脏病的儿童。随后,韩国总统府发布了她与这名儿童的合影。有韩国网民称,金建希这张怀抱患儿的照片与著名影星奥黛丽·赫本1992年在索马里拍摄的一张照片极为相似(上图)。金建希和赫本都是用双臂抱着孩子,眼神望向半空。而且,两人都穿着黑色上衣。对此,有韩国网民认为金建希“抄袭了赫本”。

韩国《每日新闻》称,这并不是金建希第一次被指“模仿”。5月30日,尹锡悦夫妇在总统办公室的合影被公开,这张照片与美国前总统约翰·肯尼迪和妻子杰奎琳在白宫的合影“类似”。在尹锡悦夫妇参加在西班牙马德里举行的北约峰会期间,有人认为金建希“模仿了杰奎琳的装扮”。

25岁女子爱上赤脚走路 两年没买过鞋

据英国《都市报》11月13日报道,来自英国布里斯托尔的25岁女子埃尔·罗伯特森爱上了光脚走路,她已经有2年没有买过鞋了。

埃尔表示,她从没感觉自己的脚这么舒服过。“赤脚走路让我意识到自己应该是什么样的人,我已经两年没有买过一双新鞋了。人们总是告诉我光脚是多么的危险和不负责任,我觉得自己被误导了。我觉得不穿鞋更安全、更自信。在石头路面上,我的脚比鞋子更有抓地力。我现在几乎总是光着脚。我还是有几双运动鞋的,可以让自己看起来漂亮或时尚。”她说道。

埃尔把普通的鞋子称为“脚的监狱”,还表示再也不会买这样的鞋子。不过,当她去超市购物时,就不得不穿鞋,因为商店不喜欢她光着脚去。她还在社交媒体平台分享了赤脚攀登斯诺登山的过程。

“我不会盲目地遵守社会规范,我觉得我们应该自己做决定,而不是总听从别人的意见。”埃尔表示。

工人跌入720℃熔炉 忍痛爬出奇迹生还

据《每日邮报》报道,当地时间11月6日晚,一名25岁的电工在瑞士东北部圣加仑的工厂工作时,掉进了一个装满720℃熔融铝的熔炉顶部的圆形开口里(右图),他忍痛将自己拉出炉子,并被紧急送医,奇迹般活了下来。而一般情况下,70℃以上的温度,就可以造成人体瞬间被烧伤。

报道称,熔化的金属一直淹没了这个年轻人的膝盖,但他忍住疼痛,设法将自己拉出了炉子,爬到了安全的地方。

两名瑞士紧急空中救援医生和医护人员赶到工厂对他进行救援,随后,全身大面积烫伤的他被直升机送往医院救治。院方事后证实,男子严重烧伤,但目前情况稳定。圣加仑市警方正在调查这起事故是如何发生的。

据报道,美国也发生过类似事件。今年6月,美国伊利诺州一间铸铁厂一名员工掉入温度超过1000℃的熔炉中,整个人被瞬间焚化,必须等到熔炉冷却数个小时后,才有办法在金属碎片中寻找残骸。



热气球“硬着陆” 4人被弹出篮筐

奥地利12日发生一起热气球降落事故。一个搭载游客的热气球在降落过程中因速度过快撞上地面后弹起,行进一段距离后才最终落地,共造成9人受伤。

事发地是奥地利布克利格韦尔特地区,位于首都维也纳以南约85公里,属于阿尔卑斯山脉东部边缘地带,因丘陵景观闻名。据报道,事发时,热气球本打算降落在一块草地上,但据信因降速过快撞上地面,将包括热气球驾驶员和副驾驶员在内的4人弹出篮筐并拖行了几米后再次升空,载着5名乘客继续飞行。

幸运的是,留在地面的热气球驾驶员通过手机指挥热气球上的乘客完成了紧急着陆。热气球最终在一片森林中停了下来。

紧急救援人员到达现场时,在一处地点找到4名伤员,其中两人重伤、两人轻微伤,又在另一处地点找到5名轻伤员,两地相隔近5公里。两名重伤员被直升机送往当地医院。据英国天空新闻频道报道,现阶段尚不清楚此次事故的原因。

本报综合新华社、央视新闻、《新京报》、中国青年网、极目新闻等报道