

星制作 | XINGZHIZUO

# 这几种癌最易发展成“夫妻癌”!

他和她，夫唱妇随36载。丈夫61岁时忽然病倒了，胃癌！仅仅5个月后，61岁的妻子接踵病倒了，也是胃癌！泪眼相对中，他们痛彻心肺：难道，癌症也会“夫唱妇随”？癌症的“夫唱妇随”真实地存在着，而且并不罕见。100对死亡夫妻中可能有5对“夫妻癌”！世界卫生组织上海癌症研究合作中心主任高玉堂研究员冷静地抛出该结论。另据金陵晚报报道，南京癌友康复协会里癌症患者9200余人，其中同一家庭中，两人或者多人同时患上癌症的家庭占到了20%。

**夫妻患癌：有相同的原因**

趋同的生活方式、互相影响的不良情绪、共同的环境污染

**这几种癌最容易发展成“夫妻癌”**

胃肠癌、肺癌、肝癌、阴茎癌-宫颈癌

**真的在劫难逃？可以预防！**

不是说夫妻一方患癌另一方就一定“在劫难逃”，尽管夫妻双方处在相同的环境与生活方式中，但只要体质健康、免疫力强，就能有效地抵制癌细胞的侵犯。

其实，“夫妻癌”现象应该值得警惕的是其背后反映出的不良生活方式问题。在日常生活中，夫妻要养成良好的饮食习惯，保持乐观的心态，相互关心相互忠诚，杜绝婚外性行为，这样才能远离“夫妻癌”。

另外，如果夫妻一方患癌症时，另一方应保持警觉，定期到医院去体检，及时纠正不良的生活方式，防患于未然。

吓人 | XIAREN

## 家里这个东西竟会暴露隐私

家住台中的吴小姐简直欲哭无泪，在家里装个网络摄像头，原本是想要看着家里的两只猫咪，但是没想到竟被黑客入侵，她竟然把自己赤裸裸地暴露在别人的面前，甚至还能听到监视器对他说“hello”。

**黑掉摄像头还知道你家地址**

“只要控制了摄像机，黑客就能远程使用，把你的一举一动，尽收眼底。”昨日，国内知名黑客、北京知道创宇信息技术有限公司研究部总监余弦，央视这一期曝光的实验，正是他带领的团队完成的。余弦表示，黑入家用网络摄像头后，随时随地开启摄像功能，只是小菜一碟。像带有旋转功能的摄像机，黑客可以远程遥控其拍摄角度，若是带有声音效果，黑客还能直接与用户对话。

“不同品牌、型号的网络摄像机，要采用不同的攻击方式。”说着，他给记者发来了一条链接，点开，网页提醒无法显示。但余弦却在他的电脑上看到了记者的IP地址和个人信息，

甚至连用户的居住地址都能查到。

**室内摄像头 不用时断电**

专家建议，作为家用安防的话，用户可将镜头对准大门和窗户，如果是室内监控，则可以在不用的时候，拔除网线、电源。

还要及时升级网络摄像机固件，查看产品官网发布的漏洞公告，及时升级修补漏洞。此外，用户一定要更改摄像机管理平台的登录密码，不要使用默认密码。

家用摄像头的安全问题应该受到人们足够的重视，人们可以通过经常改变摄像头登录密码、提高密码复杂度来尽量阻止黑客的入侵。如果只是家用，当有人在家时一定要关闭摄像头，离开的时候再启动，当无人在家时尽可能关闭电脑。

健康 | JIANKANG

## 爱吃黄瓜的注意了 80%的人还不知道

黄瓜清爽爽口，一年四季都深受人们喜爱。美国《吃好》杂志最新载文，刊出“常吃黄瓜的理由”：

1、**补水、预防便秘**。含水量高达96.7%，是所有食物中含水量最高的，能很好地补充体液。其中的膳食纤维能防便秘。

2、**排毒、抗癌**。有益于“清扫”体内垃圾，常吃还有助于预防肾结石。黄瓜中含有开环异落叶松脂素、落叶松脂素、松脂素三种木脂体，可降低卵巢癌、乳腺癌、前列腺癌和子宫癌等多种癌症危险。

3、**补充维生素、护肤**。富含多种维生素，需要提醒的是，黄瓜连皮吃，补充维生素的效果更好，有益皮肤健康。

4、**预防糖尿病，降低血压**。黄瓜中的一种激素有益胰腺分泌胰岛素，有益改善糖尿

病。黄瓜中的固醇类成分有益降低胆固醇。黄瓜富含的膳食纤维、钾和镁有益调节血压水平，预防高血压。

5、**清新口气、醒酒**。黄瓜汁对治愈牙龈疾病有益，常吃能让口气更清新。黄瓜含有大量的B族维生素和电解质，可缓解宿醉。

6、**顺发亮甲**。黄瓜中的硅可使头发更顺，指甲更亮更结实。

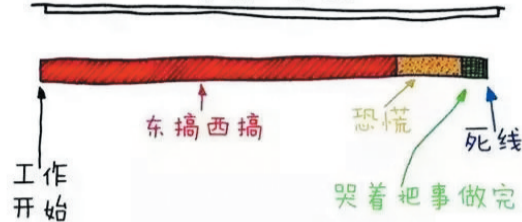
7、**减轻关节炎和痛风疼痛**。黄瓜中的硅有助增强关节结缔组织健康。与胡萝卜汁同食，可降低尿酸，缓解关节炎和痛风疼痛。

8、**有益肾脏健康**。黄瓜可降低体内尿酸水平，对肾脏具有保护作用。

提醒 | TIXING

这6种病已逐渐蔓延全中国 暂时无药可医!

创作过程



暴富病

年龄：大多为18~60岁  
职业：任何职业  
病症：幻想做土豪，卖豪宅，分分钟创业成功，走上人生巅峰。

不自拍会死病

年龄：大多为15~35岁  
职业：任何职业  
病症：去任何地方做任何事都要拍，然后在朋友圈传9张一模一样的照片。

手机癌

年龄：大多为15~45岁  
职业：任何职业  
病症：手机不离手，出门低头走，大拇指不停抖。

盼假症候群

年龄：大多为20~40岁  
职业：任何职业  
病症：上班没精打采，天天梦想说走就走。

炒股后遗症

年龄：大多为25~60岁  
职业：任何职业  
病症：本来听到股票就兴奋，现在听到“股”字就颤抖、头晕、心悸……

重度拖延症

年龄：大多为20~40岁  
职业：任何职业  
病症：所有事情不拖到最后一秒不舒服斯基，口头禅是“明天吧”。

防盗 | FANGDAO

## 女孩凌晨突然惊醒 发现一个陌生人站在床边

凌晨近5时，熟睡中的女子突然惊醒，她发现屋内一名陌生男子正拿起床头柜上她的手机。市民王女士描述：“我们检查了一下房屋内的财产损失，女儿挎包里的2000元现金不见了，女儿放在床头柜上的手机不见了。还有一部放在客厅的手机也不见了。损失估计有近万元。”

炎热的夏季到来了，警方提醒市民在夜晚熟睡时要有防范意识，避免入室盗窃事件的发生。

【警方提醒】

门→建议将A级锁换成超B级锁

民警解释：“A级锁，专业工具仅需数秒就能打开。而超B级锁，需要一个小时，过长的开锁时间，不法分子往往会放弃作案。”

窗→睡前检查所有窗户是否关闭

针对从窗户盗窃，民警建议，“市民最好在睡前检查家中所有窗户，是否在关闭锁死状态。”另外，窗边可摆放盆栽，或是酒瓶、易拉罐等。一旦盗贼入室行窃，会发出声响。有条件的，在不扰民、安全的前提下，可以饲养宠物狗、鹦鹉等易驯化的动物。这些小动物夜间警惕性很高，可起到“生物防盗”的作用。

室→发现小偷 别发生正面冲突

民警说，遇到情况，最好的办法就是把自己所在的房间门锁好，然后给有可能看到你短信的朋友发短信，让他帮你报警；或者尽量压低声音自己报警。千万不要逞能，要量力而行。小偷只为求财，不到万不得已，是不会伤人的。但是，如果逼急了，那就难说了，“千万别做舍命不舍财的傻事。”