

## 男女梦境有差异

据报道,5%到6%的人群会做噩梦。蒙特利尔大学的心理学家Genevieve Robert博士声称,男性的噩梦更可能含有灾难和灾祸的主题,比如洪水、地震等。与此同时,女性的噩梦多是关于社会矛盾和人际关系的。人际冲突的梦境可能引发女性更强烈的情绪反应,导致更多地出现噩梦惊醒的结果。研究人员要求572名调查参与者写出自己的做梦经历,最终接近1万个梦境被记录下来。研究人员发现人们处于悲哀、内疚、困惑或者厌恶状态时,他们醒来时通常会出一身冷汗。

## 品白沙溪黑茶 赢神秘茶乡之旅

# “约会白沙溪黑茶”有奖征文启动

白沙溪黑茶:健康之茶、神秘之茶

当前,黑茶已成为茶市的一匹黑马,凭借独特的茶味和健康养生之道,得到了人们的认可和喜爱。白沙溪黑茶更是以源远流长的黑茶文化和得天独厚的养生功效在黑茶界独树一帜。

科学研究发现,黑茶对降脂、降糖有显著疗效,能清毒护肝,抗氧化、防辐射、抗癌、抗突变,对人体脂肪代谢、体重控制非常有帮助。安化黑茶被韩国人称为“瘦身茶”,被日本人称为“美容茶”,被台湾人称为“消食茶”,被西方人称为“健康之

液,神奇之药,灵魂之饮”。

创建于1939年的白沙溪黑茶,拥有两项国家第二批非物质文化遗产和国家行业唯一列为二级机密保护的菌种。2010年,白沙溪黑茶被指定为上海世博会湖南馆指定礼品茶和联合国馆专用茶;2013年,白沙溪被评为“山东人最喜爱的茶叶品牌”……是当之无愧的黑茶之王,被誉为“中国古丝绸之路上的神秘之茶”。

吸一口白沙溪黑茶,想象当年“茶事斯为盛,人烟两岸稠”的茶业奇观,感慨汤显祖那“黑茶一何美,羌马亦无殊”的千古神话,如诗如歌,

如梦如醒。

参与征文活动:赢茶礼、旅游大奖

您对白沙溪黑茶了解多少?您和白沙溪黑茶有怎样的故事?它是否勾起了您的一丝往日情怀?它是否陪您走过了一段如歌岁月?

为答谢山东茶友的支持和厚爱,更好地传承黑茶文化和历史,白沙溪黑茶山东营销中心、爱茶人黑茶体验馆联合本报特别推出“我和白沙溪黑茶有个约会”大型有奖主题征文活动。征文不限字数、不限体裁,只要和白沙溪黑茶有关,我们都将细心阅读。



养生堂

齐鲁晚报

B04

2014年3月4日 星期二  
编辑:尹明亮 徐洁  
美编:宫照阳 制版:韩丹

## 雅培连续

### 第361个季度分红

2月21日,全球知名的多元化医疗保健公司雅培的董事会宣布即将派发新一季度的普通股股息,每股分红22美分。这标志着自1924年起,雅培公司已经连续第361个季度实现季度分红。现金分红将在2014年5月15日发放给股东,这些股东以4月15日闭市登记为准。

雅培股票季度分红已经连续42年保持增长,并入选标普500红利经典指数(S&P 500 Dividend Aristocrats Index),该指数由标普500指数成分股中过去25年间现金分红持续增长的大盘蓝筹股构成。

之前,雅培公布的2013年年度财报显示,受诊断产品、医疗器械和营养品业务的推动,雅培调整后营业利润较2012年度提高了110个基点,公司在新兴市场的整体销售额实现了两位数增长。不考虑汇率因素影响,2013年雅培销售额增长近4%,每股收益2.01美元,高于2012年同期15.5%。

雅培计划2014年增加其股份回购逾20亿美元。雅培公司董事长兼CEO白千里表示:2014年,雅培的目标是再次实现每股收益两位数的增长。值得一提的是,位于中国嘉兴的拥有世界一流设施的营养品工厂将在2014年投产。

## “顺清柔”处理“错误标注”责任人

近日,有媒体报道,“顺清柔”两个单品被北京市消费者协会抽检不合格。对此,“顺清柔”纸品生产厂家表示,被抽检的两个样品只是属错误标注,将“合格品”标注成了“优等品”。北京市消费者协会抽检发现“不符合国家标准”,指的是达不到“优等品”的国家标准,但达到了“合格品”的国家标准。目前,“顺清柔”纸品生产厂家已对“错误标注”的相关责任人作出处理。

据了解,此前,北京市消费

者协会委托相关检测机构对部分纸制品进行比较试验,发现“顺清柔”被抽检的两个标注为“优等品”的样品,在洞眼指标、横向抗张指数、纵向抗张强度方面达不到“优等品”国家标准,有媒体据此报道称“顺清柔”两个单品“不合格”。经“顺清柔”生产厂家调查发现,实际情况是,两个单品在工艺流程上应标注“合格品”,而加工车间员工错误地标注了“优等品”,造成相关检验不达标。此后,“顺清柔”纸品生产厂家东

顺集团将相关产品送权威机构检测。2月25日,山东省纸浆质量监督检验站出具了相关产品的检验报告,检验结论为所检项目符合标准要求。

东顺集团表示,“顺清柔”系列生活用纸采用100%进口优质木浆为原料,进口国际先进的技术装备进行生产,工艺行业领先,深受消费者欢迎。但此次出现这种“合格品”标注“优等品”的情况,凸显了企业管理中的漏洞,敲响了警钟,对此,企业向消费

者诚恳道歉。“经集团公司研究决定,根据公司产品质量管理相关规定,对于标注错误的直接责任人王某予以停止工作;对负有质检责任的品保部经理刘某通报批评并罚款。”东顺集团相关负责人表示。

东顺集团表示,作为国家标准的制定者、执行者、捍卫者,今后将进一步加强企业内部管理,在生产合格产品的同时,完善生产运营细节,切实保障消费者的合法权益。

## 小心五种不良认知影响身体健康

国外有学者曾将工作、生活等43项不同类型的生理事件予以量化进行调查,结果表明,生活事件高低与疾病明显相关,数值大于300者,未来一年患病可能性达86%。数值在150-300之间者,患病可能性为50%。数值在150以下者,来年身体可能平安。人们是否健康与生活事件本身影响有关,影响的程度也取决于人们对事件的心理认知。

一般来讲,适宜的压力

会提升人们的警觉与敏感性,促进工作的开展。工作中遇到同样的刺激或事件,每个人的感受之所以不同,是由于人们心理加工不同导致的。心理学认为,如何解读遇到的困难,对身心健康至关重要。面对失业,有的人能很快平静下来,相信自己有能力找到新的工作;而有的人则认为自己太无能,一切都完了。糟糕、极端的思维方式,往往将问题复杂化,徒增痛苦。因此,上班族要缓解工

作压力,需要警惕以下不良认知方式:

- 1、过于追求完美。具有此类认知方式的人,什么都必须做得恰到好处,不容许有半点闪失。
- 2、以偏概全。仅根据某个细节或非核心的部分信息便对自己、他人或某个事件做总体评价,下结论。
- 3、自我中心。思考问题、说话、做事都是从“我”出发,其他人也应该以“我”为中心,考虑到“我”的需要和感

受,难以理解别人为什么会有跟自己不同的想法。

- 4、固执思维。过于纠结某一事件或人生某一时段,心理行为难以同年龄相协调。
- 5、负性思维。具有这种认知方式的人,缺乏客观性,对人对事不能全面地思考和分析,脑海里充斥着各种负性暗示,对自己感到消极、悲观,比如“我无能”、“我无用”、“无望”、“没有人会真心喜欢我”等。据《北京日报》

## 1/3欧洲儿童超重 多因缺乏运动

世界卫生组织欧洲区域办事处发布的一份最新报告指出,欧洲地区11岁和13岁儿童中,大约有三分之一体重超过正常标准。

根据报告,欧洲地区的11岁儿童中,约有33%体重超标,其中希腊儿童的超标比率为33%,居该区域53个国家之首,葡萄牙以32%位居第二,爱尔兰和西班牙则以30%的超标率紧随其后。

报告指出,缺乏身体活动是导致儿童体重超标的主要原因之一。据统计,在欧洲地区23个国家接受调查的15岁以下儿童中,约有超过三分之一的人缺乏足够的身体活动。

<p>主治:痔疮、肛瘘、肛裂、肛周脓肿等</p> <p>0531-82979999 济南市市中区英雄山路87号 www.jngcyy.com</p>	<p>主治:皮肤顽癣、白斑、胎记、血管瘤等</p> <p>0531-88336666 济南市解放路12号 www.bdptb120.com</p>	<p>主治:腰间盘突出、骨折创伤、股骨头坏死、关节炎</p> <p>0531-68690000 济南市济齐路22号 www.jnzdgk.com</p>	<p>主治:耳鼻喉咽喉疾病</p> <p>0531-83178888 济南市市中区英雄山路162号 www.jnebh.com</p>	<p>主治:便血、拉肚子、腹泻腹胀、恶心、暖气等</p> <p>0531-82058988 济南市市中区英雄山路87号 http://new.4006188787.com</p>	<p>主治:男性疾病、前列腺疾病、泌尿系感染疾病等</p> <p>0531-82988882 济南市市中区英雄山路162号 www.sdfnk.com</p>
--	---	--	---	---	---