

研究显示消极情绪也有用

新华社北京 11 月 23 日电《参考消息》日前刊登美国《科学日报》网站文章《想实现你的目标吗？生气吧！》，报道摘要如下：

美国心理学工作者协会发表的一项研究称，尽管愤怒通常被视为一种负面情绪，但它也可以成为人们实现生活中具有挑战性目标的强大动力。

这项研究发表在《个性与社会心理学杂志》上。

“人们通常认为幸福是一种理想状态，大多数人认为追求幸福是人生一个主要目标，”该研究的主要作者、得克萨斯农业与机械大学心理和脑科学系教授希瑟·兰奇博士说，“积极情绪是心理健康和幸福的理想状态，这一观点在情绪研究中一直占据主导，

但之前的研究表明，包括愤怒等负面情绪在内的多种情绪混杂在一起也会产生最好的结果。”

兰奇说，已经被人们研究了数十年的情绪功能主义理论认为，所有的情绪，无论好坏，都是对一个人所处环境中的事件的反应，目的是提醒这个人注意需要采取行动的重要情况。例如，悲伤可能表明一个人需要寻求帮助或情感支持，而愤怒可能表明他们需要采取行动来克服障碍。

为了更好地理解愤怒在实现目标中的作用，研究人员进行了一系列试验，试验涉及 1000 多名参与者，并分析了 1400 多名受访者的调查数据。在每个试验中，研究人员要么引发情绪反应，要么引发中性情绪状态，然后向参

与者提出一个具有挑战性的目标。

在所有的试验中，在各种挑战性的情况下，与中性情绪相比，愤怒提高了人们达成目标的能力。在某些情况下，愤怒情绪与分数增加或反应时间缩短相关。

兰奇说：“这些发现表明，愤怒会增加实现预期目标的努力，这往往会带来更大的成功。”

根据兰奇的说法，愤怒在刺激人们追求目标以及实现目标方面的效果只适用于目标更具挑战性的情况。当目标较容易实现时，愤怒似乎与实现目标没有联系。研究结果表明，愤怒、无聊或悲伤等通常被认为是消极的情绪可能是有用的。



多种病原体可致儿童呼吸道感染 家长如何区别对待？

新华社北京 11 月 26 日电（记者 侠克）目前北方地区已进入呼吸道感染高发季节，呈现流感病毒、肺炎支原体、腺病毒、呼吸道合胞病毒等多种病原体共同流行的态势。当孩子出现发热、咳嗽、咽痛等症状时，家长如何正确处理？怎样区分是哪种病原体感染？记者采访了相关专家。

北京儿童医院呼吸一科主任医师秦强表示，支原体感染一般多见于学龄期的儿童，一些年龄较大的儿童早期症状表现为高热和刺激性干咳，而流感的早期症状是突然高热，往往伴有全身症状，一些年龄较大的儿童会出现头痛或肌肉关节酸痛，年龄小的孩子可能不太会表达，通常表现为精神状态与以往不同，婴幼儿可能会出现精神萎靡等情况，需要引起家长关注。

秦强说，腺病毒、鼻病毒、副

流感病毒等也是呼吸道感染中常见的病原体，但这些病毒感染没有特效治疗药物，以观察病情变化和对症治疗为主。“腺病毒有很多种分型，其中只有部分型别感染才可能在 2 岁以下的儿童中引起比较重的腺病毒肺炎，表现为持续高热，经过一般治疗往往没有缓解，同时伴有呼吸系统明显改变，出现呼吸费力、明显咳嗽喘息等，甚至出现精神方面的改变，家长要引起重视。一些年龄比较大的儿童检测出腺病毒阳性，如果没有明显的下呼吸道感染，可以在家对症处理。”

而鼻病毒、副流感病毒等一般来说就像普通感冒一样，只要科学护理、对症用药、适当多喝水就能安然度过感染阶段。只有少部分免疫功能低下或患有基础疾病的儿童，当病毒侵犯到下呼吸道才可能引起一些比较重的感染，情况比较少见，需要

临床医生鉴别诊断。

专家介绍，呼吸道合胞病毒是世界范围内引起 5 岁以下儿童急性下呼吸道感染重要的病毒病原之一，感染后早期症状类似于普通感冒，可出现鼻塞、流涕、打喷嚏、咳嗽、声哑、低烧等症状。大多数患儿症状会在 1 至 2 周内自行消失，少部分可以发展为毛细支气管炎或肺炎。大多数感染者可完全康复，但感染后不能产生永久免疫。

孩子出现发热等症状是否需要立刻来医院？秦强表示，年龄较小的婴幼儿，特别是 3 个月以内的婴儿出现明显发热，建议及时就医。学龄期以上的儿童，出现高热伴有轻微呼吸道症状，没有其他全身表现，建议居家观察并使用一些对症的药物。如果持续高热 3 至 5 天，或伴有明显的呼吸系统症状加重，建议家长及时带患儿就医。

日研究发现内脏脂肪多的人免疫力低下

新华社东京 11 月 25 日电（记者 钱铮）日本和歌山县立医科大学等机构的一项新研究显示，内脏脂肪多的人免疫力相对低下，也更容易感染流感等疾病。

第 44 届日本肥胖学会暨第 41 届日本肥胖症治疗学会学术集会 25 日至 26 日在日本仙台举行。日本花王公司、麒麟公司、和歌山县立医科大学的研究人员发布了这项成果。该研究主要涉及人体中一类重要的免疫细胞浆细胞样树突状细胞（pDC）活性与内脏脂肪

之间的关联性。

研究人员对和歌山县 220 余名 50 至 55 岁的居民开展健康调查，收集他们生活习惯、内脏脂肪面积、血液中 pDC 活性等数据。内脏脂肪面积以全体参加者的中间值 77 平方厘米为基准，基准以下人群为低内脏脂肪组，反之则为高内脏脂肪组；pDC 活性以全体参加者的中间值 9.52% 为基准，基准以下为低 pDC 活性组，反之则为高 pDC 活性组。

研究显示，内脏脂肪面积大

的组群与小的组群相比，体内 pDC 的活性相对低；与内脏脂肪面积小、pDC 活性高的组群相比，内脏脂肪面积大、pDC 活性低的组群感染流感等病毒的几率是前者的 19 倍。

研究表明，保持内脏脂肪量处于较少的状态，同时维持 pDC 较高的活性，可降低感染流感等疾病的风险。内脏脂肪面积大、pDC 活性低的人可从内脏脂肪量和免疫功能两方面着手改善，以降低患病风险。



新华社北京 11 月 20 日电 美国研究人员日前发表论文说，开发出了一种可服用“生命体征监测药丸”，这种药丸状设备可安全地在人体内监测呼吸和心率等重要生命体征，有望为呼吸和心脏等疾病的患者带来更多医疗保健机会。

近年来，科学家们一直在开发可服用设备。与心脏起搏器等植入式装置不同，可服用设备无需手术，使用方便，例如已投入用于结肠镜检查的可服用药丸状相机等。

由美国麻省理工学院、西弗吉尼亚大学等机构研究人员组成的团队日前在细胞出版社旗下《设备》期刊上发文说，新开发的可服用“生命体征监测药丸”，可监测与呼吸和心脏跳动有关的身体微小振动，从而从人体消化道内检测出一个人是否停止呼吸，并及时发出提醒。

在动物实验中，研究小组把该药丸放进猪的胃里，然后给猪注射了芬太尼导致猪停止呼吸。人类过量服用芬太尼等阿片类药物也会发生这种情况。结果显示，该设备能实时测量猪的呼吸频率，并发出提醒警报。

该团队给 10 名睡眠呼吸暂停患者服用了这种药丸。睡眠呼吸暂停是一种睡眠期间呼吸反复停止和开始的疾病。结果显示，该设备能够监测到患者的呼吸何时停止，并且与外部生命监测仪相比，它监测心率的准确率也达到 96% 以上。试验还表明，该设备是安全的，所有测试者在试验后都将它排出了体外。

论文第一作者、美国麻省理工学院机械工程系副教授乔瓦尼·特拉韦尔索说，目前该药丸能在人体内停留大约一天，但未来可通过升级使其能停留更长时间，并能在检测到风险症状后，自动输送缓解药物。

一种可服用药丸状设备能在体内监测呼吸和心率

