

冬眠的动物也许能帮人类减肥

冬眠的哺乳动物体内会蓄积大量脂肪，但苏醒后它们依然能保持健康。美国犹他大学的研究人员对不同栖息地的四种冬眠动物进行了研究，包括十三只纹地松鼠、避光鼠耳蝠、倭狐猴和马达加斯加小刺猬。经过基因组比对后，研究人员发现这些哺乳动物都独立进化出一种被称为“平行加速区”的短链非编码RNA片段，它们可能与“关闭”控制肥胖的基因片段有关。

研究人员通过收集人类基因组数据，发现人体内与控制肥胖相关的基因附近也不规则地分布着这类RNA片段。

为确认这种联系，研究人员检测了普拉德-威利综合征患者身上与综合征相关的基因，研究人员发现在与综合征相关的基因附近也出现“平行加速区”的富集。普拉德-威利综合征是由基因缺陷导致的疾病，症状表现为无节制饮食从而导致体重持续增加及严重肥胖。

通过收集人类和冬眠动物的数据，研究人员共发现了364个可能用来调控冬眠和肥胖的基因片段，他们正在利用表观基因组编辑工具在实验小鼠身上测试这些基因片段的功能。

研究人员认为，肥胖和代谢紊乱对人类健康构成多种风险，发现基因组中这些片段的功能将为未来的研究奠定基础，有望开发出衰老、痴呆和代谢紊乱等疾病的治疗方法。

据《文摘报》



美国阿拉斯加卡特迈国家公园和自然保护区最近给棕熊举办了一场“胖熊争霸赛”，冠军就是这只435号棕熊Holly。

延伸阅读

冬天在家怎样瘦

瑜伽轴 健身达人默默建议，可以先用瑜伽轴滚侧腰和臀部，这个动作通过刺激腰、臀来放松整个身体的疲劳。

用瑜伽轴按摩腋下可以促进毒素、身体水分的排出，颈部按摩对需要长时间使用电脑的人来说，更能减轻两肩的压力，还能促进新陈代谢，达到减脂的目的。

哑铃锻炼 做动作的时候，可以

让哑铃与肩膀同高，慢慢放下双手回到开始动作，以15下一套为目标，并连续完成3套。“这个动作会很好地锻炼到背肌与胸肌”，如果想进阶完成动作，默默建议，还可以利用哑铃当作伏地挺身的把手，双脚张开与肩同宽，左右各做一下为一次的完整动作，有利于加强核心肌肉，增强肌肉。

据《银川晚报》

园艺日志

这些多肉植物颜值高好养活

多肉植物颜值都很高，于是很多人开始购买多肉。今天就给大家介绍几种适合新手养护的多肉，这些多肉颜色特别美，而且用不了多久就能爆出好多小肉芽。

遵义市植物达人鲍大爷很喜欢种植多肉植物，他家里种植的多肉品种繁多，银手指、蛛丝卷绢、大和锦、姬红小松、黑法师、霜之朝、熊童子……在他的细心照料下，都生长得非常好，让人一看忍不住赞叹。

鲍大爷家养的一盆火祭长得红红火火。火祭又叫作秋火莲，叶片是长圆形的，由于现在温差较大，它的叶子已经由绿色转成黄色，再由黄色转变成红色。

火祭就是属于放在花盆里不用管都能长得很好的多肉，和它一样适合新手养护的还有小球玫瑰、不死鸟、紫米粒、虹之玉、姬星美人、长生草、唐印等。

小球玫瑰比较耐寒，阳光充足下会快速上色，颜色鲜艳，非常漂亮。一般用扦插的方法来繁殖，剪下长得比较壮的枝条，插进土壤基质中浇透水，放在阴凉的地方缓两天，7天左右就能生根，15天就可以长小芽。

现在这个季节最适合种的是紫米粒，颜色会由淡紫色慢慢变成紫色。而且这种多肉繁殖能力很强，随便剪一根枝条插土里就能活。

还有很多新手都养过虹之玉这



个品种，价格也很便宜。虹之玉的繁殖能力非常强，而且秋冬很适合它生长的，会慢慢地由绿色变为鲜红色，看起来非常有质感。

据《遵义晚报》

开心一笑

第一页

一对年轻夫妻因家务琐事吵了起来。男的得意扬扬地说：“以后家里的事都得听我的，户口本上我是第一页！”

女的也不示弱：“别拿第一页吓唬人，哪本书的第一页不是序言？正文得从第二页开始！”

酒后表态

兰兰：“倩倩，你和小赵谈恋爱很久了，他对你怎么样？”

倩倩：“说不准。”

兰兰：“怎么说不准？”

倩倩：“他一喝酒就说他爱我爱得发疯。父亲说这是酒后吐真言，母亲却说这是酒后说胡话。”

择偶条件

大哥一向自命不凡，年近三十，尚未成婚。他对小妹说：“本人择偶条件有七个字：聪明、漂亮、能干、乖，缺一不可。”

小妹接口道：“算了吧！我看要是碰上符合头六个字的姑娘，那‘乖’的人就该是你啦！”

据《广州日报》

找不同



上看看下看看，两幅图中有八处不同的地方，请读者朋友找出来。

据《北京晚报》

延伸阅读

多肉冻住了这样办

天气越来越冷，平时也要警惕我们的多肉植物受到伤害。若真被严寒打个措手不及，也可以用这些方法来补救。

第一，搬入常温的室内。多肉被冻上后，可以搬到室内，但不要放在暖气房、空调房、火炉附近，温差太大，就算能快速融化冰雪，同时也会伤害多肉。可以放在5℃~8℃、自然室温下让它慢慢融化，抵抗力好一些的多肉，还能恢复到原来的样子，不会被冻坏的。第二，及时剥掉“冰壳子”。如果是冰冻厉害，多肉头顶被罩上了“冰壳子”，最好动手“脱掉”，只是脱冰块是个运气活儿，一个不小心，就把多肉也掰坏了。脱掉冰盖的多肉，有好有坏，叶子没有受损的，可以放到室内继续养。不好的多肉，叶子会冻伤化水，应该没得救了。但如果主干没有冻坏，可以搬到室内，把冻伤的部分砍掉，看看会不会重新冒芽。