

小心你的手机“出卖”你

来源:龙都论坛 http://bbs.zhld.com/

当下,用手机上网、安装各类手机软件已经越来越普遍,可有多少人意识到,自己的个人信息正在面临被泄露的风险。在手机上安装软件时,很多人不会仔细阅读软件的授权说明,一旦点击授权确认,手机上存储的信息就有可能泄露。这些信息包括手机号、通讯录,以及在手机上使用过的邮件、文件、银行账号甚至手机使用习惯。手机里一个小小的应用软件,背后隐藏了多少我们不知道的秘密?

近日,龙都网友“子懂”发了一个名为“小心你手机里的‘贼’”的帖子,叙述了我们平时使用的手机软件会泄露很多我们的个人信息,那么这些个人信息,会被用在何处?我们的个人隐私,究竟该怎么保护?

发帖缘起

子懂:手机,现在对于大家来说是再普通不过的通讯工具,基本上人手一部,再加上电子产业的迅速发展,手机的更新换代周期也是越来越短。对于越来越普及的智能手机,大家在欢快地玩游戏、上网的时候,说不定你的信息就不知不觉地被泄露了,所以小心使用哦。

网友热议

应用现状

子非:看样子还是不智能的手机安全啊,不使用智能手机的用户就不用担心这个问题。

第一缕阳光:身边的人用手机用得也不亦乐乎,大都不知道手机应用软件、游戏软件会泄露个人信息,即使知道的,也都会想,一个普通人,个人信息被泄露应该不会引起很大的困扰,所以并不在意手机软件泄露隐私的问题。除了经常会收到中奖短信和房地产等广告信息,还有就是冒充亲戚发短信要借钱的信息,不过这个一看就知道是假的了,也不会轻易上当受骗的。

笑多了:太不可思议了,每天上班路上都要玩的“切西瓜”游戏,居然也可以时刻跟踪我的位置。地图、



导航、团购,这些要求定位都还可以理解,可是切西瓜游戏、阅读软件、拍大头贴软件、美图秀秀,你要我的位置干嘛呢?真是让人不可理解,原来有可能被泄露出去。

天空之空:虽说在安装每个游戏的过程中,都会有授权提醒,可是即使有授权提醒,很多用户也没当回事。在安装手机软件时经常会看到提示,软件会读取手机的通讯录、GPS等信息,如果不点确认,就无法安装软件。为了一个权限总不能不装软件了吧。反正我就是这样心态,授权了也没什么大事。

半生缘:相对于可以通过杀毒系统查杀的隐私窃取类恶意软件,越来越多要求“过度授权”的正规软件,对我们用户来说更是防不胜防。

比如,人人网手机客户端要读取用户通话记录,微信是可以看到往来短信内容的,微信“摇一摇”要暴露精确的位置信息。

懒得一动不动:现在很多推送广告投放的真是太准了,就好像是为我们这些使用者量身定做的,都快让人恐慌了。

一棵开花的树:个人信息对于应用开发者来说也是一种用户资源,某些应用获取个人信息是为了帮助开发者改善产品,为使用者提供更好的服务,比如:微博、人人、微信获取位置,能精准地推送信息;但是也不能否认,还有一些则是用于商业用途,这些信息常常未经用户同意就透露出去。

prada:大家都知道,用户的个

人信息是可以卖钱的,需要用户资料的人都有可能买走用户的信息,这在业界是普遍现象,很多还都有价格标准。

橡皮擦:短信、通讯录、照片都是个人极其私密的信息,如果被暴露出去不仅使得我们受到影响,同时还会影响身边的家人和朋友。那些不法分子能通过我们的手机使用和上网习惯来分析出我们的喜好。

胖大海:好多人都是使用一个账号密码来上网,我就是这样的,如果泄露其中一个,可能会让那些不怀好意的人钻了空子,如果登陆电子商城的账号密码,就可以直接盗走账户内可用的现金。有的还会以用户本人的名义,向亲朋好友发送

诈骗信息骗取钱财,例如冒充用户骗取手机充值卡或游戏点卡。

雪花飘飘飘:到底有多少软件在不正当获取用户个人信息,目前没有任何一个机构给出准确数字,这也反映出监管缺位和审核空白。即便像苹果iOS这样的封闭系统,由于审核规则不明确,人工审核效率不高,部分带有不合理授权要求的软件也会侥幸过关。

大雨天:听移动客服说,用户最好不要下载一些来历不明的软件,在下载安装应用程序时,应提高警惕,尽量选择来源可靠的,比如选择知名度高、负责任的应用商城或者相应程序的官方网站等。咱们也可以事先给手机安装360手机安全卫士等杀毒软件,这些软件都有防御个人信息上传的功能,通过定时杀毒等方式防止手机用户个人信息泄露。

专家建议

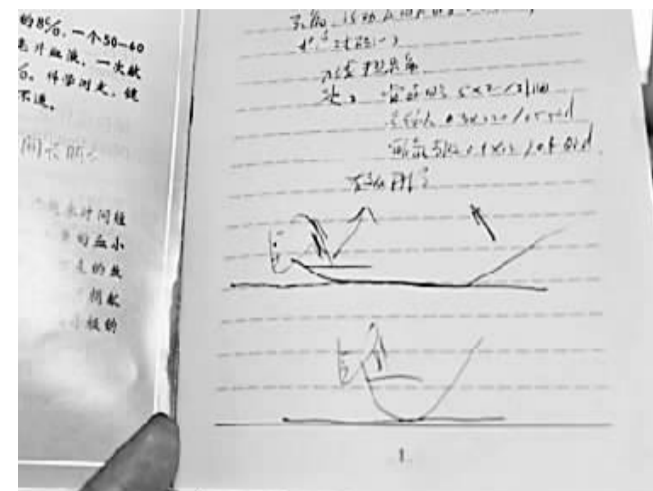
艾玛:提高隐私保护意识,养成良好的下载习惯是当务之急。尽可能到软件官网下载正式软件。一些手机安全软件可以为用户提供专业的个人隐私保护服务,防止用户在上网浏览和下载安装应用时误入陷阱,泄露个人隐私。

我是射手座:咱们平时也要逐步培养手机用户的付费习惯,从手机硬件消费者成长为软件消费者。比如说,越狱版的苹果系统,手机安全毫无保障,还是有很多人宁可花钱也要把正版系统刷成越狱的,就不怕个人信息泄露吗?与其花越狱的钱,还不如付费下载正版软件来保证个人信息的安全。

移动城堡:应用商店和各类软件平台应加强监管,加大审核力度;同时,完善相关法律,提高维权意识也应提上日程。目前手机安全领域几乎是无法可依,还是比照个人计算机领域信息安全在管理。而实际上,手机已成为实体世界和数字世界连接的门户,对个人的影响实在太大了,手机安全需要大幅提高。另外,完善行业认证规范标准,也是当前的可行之策,比如,所有涉及手机金融的软件,都由统一机构认证。



网络直通



医生画图写医嘱乐翻网友

“昨天腰闪了,今天去校医院,大夫在病历本上给我画了个康复练习方法,现在看一次笑一次,笑一次腰疼一次!大夫你是在拿我的生命卖萌吗?”23日,这条配着一张病历截图的微博引发热议。照片上的病历除了文字诊断外,下方还画了两个呈飞跃状的小人儿,眉毛、眼睛、嘴巴一个不少,甚至还有表情。

无数网友表示被这个欢乐的画图诊断所感染,第二个小人儿尤其让网友觉得喜感。网友乐道“笑死啦,这个大夫好可爱!”有网友留言称“支撑我一个下午,点亮我一天的秘笈!”对于医生画的这个康复动作,网友又展开“专业”讨论,网友“刘凡”解释,这个动作学名叫飞燕点水,对腰部功能锻炼很好。

网友倒叙西游记被热转

“倒写体”走红微博

DoNews12月10日消息,近日,网友“Rabbit儿爷”一条西游记倒过来写的微博被热转,这个家喻户晓的故事被逆时空重新演绎,瞬间在微博上掀起了“倒写体”风潮。随后又有网友陆续推出《红楼梦》《三国演义》等古典名著的倒叙版。很多网友看后均表示,结局深刻而感伤。

西游记倒叙版

如来派师徒四人去东去传教,路遇各种磨难,逐渐发觉众妖均有后台,遂沙僧钻进流沙河,八戒躲进高老庄,只剩悟空护送唐僧。天庭如商议,保唐僧平安为条件,解决掉悟空。然后悟空被压五指山下,唐僧在长安传教至寿终正寝。五百年后,悟空从五指山下蹦出来,一声不吭大闹天庭后,在东海把自己变成石头。

少年派的奇幻漂流倒叙版

派和老虎做伴从加拿大启程在海上环游世界,遇暴风雨被客轮救起,在船上派与多年前在海难中失散的爸妈和哥哥相认,老虎被经营动物园的爸爸关进笼子,一家人回印度,派感觉内疚,亲自喂老虎吃肉,爸爸教育他说动物眼中没有感情只有倒影,派仍旧不安,决定皈依各大宗教。

三国演义倒叙版

西晋惠帝智商低下,昏庸无能,国家一分为三,三家诸侯分割晋国。刘备占据蜀中,讨伐荆州时死了军师,占据荆襄和曹操孙权对抗时诸葛亮归隐南阳,东流西窜,先后奔逃豫州徐州右北平等地,一生颠沛流离,最后身边只剩下了两员大将关羽张飞,他们在哪个桃花盛开的季节里义结金兰结为异性兄弟。

(本栏信息均由编辑摘编)

画说周口



传播绿色理念 尽享健康生活

周口市中医院康复中心特色疗法——埋线减肥

一、穴位埋线疗法

穴位埋线疗法是传统中医针灸学中常用的一种方法,它是融合多种疗法(针刺、埋针、组织疗法等)、多种效应(刺激、机体组织损伤的后作用、留针、组织效应等)于一体的复合性的治疗方法。该法是以线代针,将可被人体吸收的一种蛋白肠线植入相应的穴位,通过线体对穴位产生持续有效的刺激作用(线在体内15天自然溶解吸收),来达到治疗疾病的目的。主要具有协调脏腑,平衡阴阳,疏通经络,调和气血,补虚泻实,扶正祛邪的作用。

二、穴位埋线疗法的理论依据

埋线疗法是针灸学理论与现代医学结合的产物,它通过针具与异种蛋白在穴内产生生物物理作用和生物化学变化,将其刺激信息和能量经神经传入体内,以达到“疏其气血,令其调达”的治疗目的。

1.物理刺激

(1)穴位封闭作用:穴封产生的刺激冲动通过经络穴位对脏腑产生影响,起到调节脏腑、平衡阴阳、调和气

血的作用。
(2)针刺效应:埋线针可以通过手法刺激,产生酸麻胀痛的感觉以及生物蛋白在穴位内产生持久性机械刺激,均可代替毫针在穴位内产生针刺效应。

(3)埋针效应:生物蛋白在体内软化、分解、液化和吸收过程,对穴位产生生理物理及生物化学刺激长达15-20天的时间,其刺激感应维持时间足任何留针和埋针法所不能比拟的。

2.化学刺激效应

(1)后作用效应:埋线时,针对穴位产生不同程度的机械性刺激,刺激过后局部组织细胞会释放出某种化学因子可造成无菌性炎症反应,使穴内局部组织产生一系列生理变化,这种后作用将不断维持机械刺激产生的物理效应。

(2)组织疗法效应:生物异种组织蛋白埋入穴位后,人体局部组织产生变态反应和无菌性炎症,从而在对穴位局部产生刺激作用的同时提高人体的应激能力,激发增强人体免疫,调节脏腑功能,使活动趋于平衡,疾病得

以恢复。

三、穴位埋线疗法主要适应症

埋线疗法适用于慢性、顽固性、免疫低下等疾病的治疗,特别是对半身不遂、肥胖、面瘫后遗症、癫痫、腰腿痛、腰椎间盘突出症、颈椎病、脊髓灰质炎后遗症、慢性支气管炎、哮喘、便秘、腹泻、慢性胃炎、胃痛、功能性消化不良、高血压、高血脂症、遗尿、尿失禁、神经官能症、免疫功能低下等疾病疗效显著,且能同时调节人体体质,改善亚健康状态。

穴位埋线疗法对肥胖症有独特疗效。是根据患者的个体差异、临床症状、肥胖机体进行合理有效的辨证选穴,在相应的穴位上埋线,从而起到祛湿化痰、健脾和胃、利尿通便的作用。

四、埋线减肥疗法

埋线减肥是针灸减肥的延伸和发展,它是用埋线器具将蛋白肠线植入相应的穴位,通过线体对穴位产生持续有效的刺激作用(线在体内15天至3个月自然溶解吸收),来达到减肥的目的。此法可15天埋线1次,免除了肥胖患者每天“针”一次的麻烦

和痛苦,是繁忙现代人首选的绿色减肥法。

五、穴位埋线如何减肥

穴位埋线法可以对肥胖者产生六大影响而达到减肥的效果。

- 1.可以改善肥胖者体内的酪类代谢,使酪类不会在体内堆积;
- 2.可以改善体内脂肪代谢,促进脂肪分解降低脂质;
- 3.可以使肥胖者的自律神经系统达到平衡状态而达到减肥目的;
- 4.可增强身体内分泌系统的功能,促进脂肪分解,氧化消耗多余的脂肪;
- 5.可使患者饥饿感下降,减低饮食及延缓餐后胃的排空时间;
- 6.增强肾功能,消除水肿达到减肥效果;

穴位埋线减肥的是人体的脂肪而不是水分,并能保证减肥过程中人体的健康和精力的旺盛,且反弹率极低,这是穴位埋线减肥的最大优点。

六、穴位埋线减肥的优势

随着现代生物医学材料的发展,目前埋线减肥已经发展到创伤更小的微创埋线减肥阶段。和传统穴位埋线减肥不同的是,微创埋线减肥采用了高分子的生物医学材料,产生的穴位刺激更加温和,避免了传统羊肠线所带来的过敏和感染等不良反应,在操作方面微创埋线减肥采用了非常细的一次性专用埋线针,无需麻醉、手术和切口,几乎没有任何痛苦,因此更容易为大众所接受。

七、埋线减肥与针灸减肥的区别:

1.将蛋白肠线埋植于穴位内,起到长期刺激穴位的目的,较传统针灸减肥时间持久,效果更好。

2.传统针灸需要每天都做针灸,这样患者由于工作、生活诸多的原因一般难以坚持疗程,而埋线减肥,埋一次线,穴位刺激时间长达半个月左右,节省了患者的时间,提高了疗程效果。

3.穴位埋线减肥最大优点是无任何副作用,保证减肥过程中人体健康和精力旺盛,且反弹率极低;同时能兼治伴随肥胖出现的一些疾病,如痤疮、疲劳综合症、便秘、月经失调(月经周期过长、月经量少或闭经)、性功能减退(女性性冷淡、男性阳痿、早泄)、高血压、高血脂、脂肪肝等。

我们埋线减肥法使用的“蛋白线”不是普通的羊肠线,而是用中药炮制而成的医用蛋白线,用于减肥蛋白物质。蛋白线能够直接嵌入皮下,表面上没有破损口,不痛不痒,深度触摸可以感到有硬硬的压迫感。

八、肥胖对身体的危害

增加心脑血管疾病的危险性;影响消化系统和内分泌系统的功能;诱发癌症发生的可能性;影响整体形象,缺乏审美自信;关节组织损伤,生活带来不便;生殖能力下降,严重影响质量。可以说肥胖是万疾之源!

九、产后形体恢复的黄金时期

据国外统计报告指出,两三个月至半年内是产后妈妈修复身材的最好

时机!因为这段时间新妈妈的体内脂肪还处于游离状态,未形成包裹状的难减脂肪。而在此时形体恢复、瘦身减脂,皮肤弹性的修复难度会比较小。医学研究也发现:产后两三个月,内分泌及新陈代谢逐渐恢复正常,这个时候选择正确的减肥方法,不但不会影响哺乳,还会让奶水更加通物。未能在产后六个月瘦身的新妈妈也不必担心,只要掌握饮食技巧,适度运动,科学减肥,照样能够回复苗条身材。

十、如何帮助肥胖者人群

首先我们在呵护健康的同时,也

应该树立他们的自信心,减少广大肥胖患者的心理问题,也可以大大减少由此引发的社会问题;其次我们纠正大部分肥胖患者错误的减肥意识,树立科学有效的减肥理念。绝大部分肥胖患者只注重减肥效果,不注意安全性。他们判断减肥好坏的标准是一次能减多少,只有4%的人提及安全性问题,对自然绿色健康减肥方法往往忽略。专家指出,减肥首先应考虑安全性,只有在安全得到保障的前提下,减肥才有意义。



图为医护人员正在进行埋线疗法

中医与健康