1575 城 01-24
源自1925·上海
2015年5月19日-25日
LIFE WEEKLY·CITY

真诚地为生活着的人们服务

城市优质生活读本
生活週刊
LIFE WEEKLY 源自1925·上海

1925年10月11日创刊　1985年1月6日复刊
Sponser 主管主办　共青团上海市委员会
Publish 出版　青年报社 YOUTH DAILY GROUP
国内统一刊号　CN31-0013
邮发代号　3-35

Producer 出品人　李学军
Chief Editor/General Manager 主编/总经理　田雨均 tianyujun@why.com.cn
Deputy Editor-in-chief 副主编　陈晓培 Anne chenxiaopei@why.com.cn
Mastermind Director 策划总监　杨　颖 Joyce yangying@why.com.cn
Advertising Director 广告总监　林明耀 linmingyao@why.com.cn
Operation Director 运营总监　孙丽辉 Tina sunlihui@why.com.cn
Print Director 印务总监　陈民吉 chenminji@why.com.cn
Chief Reporter 首席记者　唐骋华 Tommy yuayi@sina.com
Reporter 记者　冷　梅 Maggie lengmei@why.com.cn
蔡　娴 Estella estella1087@sina.com
News Editor 报道编辑　王　嫇 Elva wanghua@why.com.cn
钱　堃 Chan chankwon@126.com
Fashion Editor 策划编辑　杨力佳 Jasmine yanglijia@why.com.cn
李　勤 Nicole liqin@why.com.cn
Specially Invited Editor 特邀编辑　王柳媚 May wlm894@163.com
Designer 美术设计　汤智勇 Brian tangzhiyong@why.com.cn
李　肇 Lilian lizhao@why.com.cn
应　毅 Echo yingyi@why.com.cn
Flow & Reader Service 流程、读者服务　刘素平 liusuping@why.com.cn

广告经营中心：021-6117-7836　6117-7857
发行中心：021-6117-7837
广告经营许可证：3100420080051
编辑部地址：上海市梅园路77号上海人才大厦17楼 200070
制版印刷：常熟市双乐彩印包装有限公司
封印时间：每周五
定价：人民币叁元
《生活周刊》以及"life weekly"为注册商标，
未经书面许可不得全部或部分翻印或转载。
本刊所载除标明资料内容以外内容的版权为本刊所有，
非经同意不得作任何形式转载或复制。
本报特约法律顾问：上海市协力律师事务所　郭波律师
读者服务热线：021-6117-7878

官网网址 lifeweekly.why.com.cn
微博网址 weibo.com/lifeweekly

趋势
Trend

我们少很多护士

每千人拥有的护士和助产士数量是衡量一个国家卫生条件的重要指标之一，根据世卫组织的统计，全球人均拥有护士数量最多的是挪威，每千人拥有护士数量达17.27人，欧盟制定的基本标准即为8人以上，而美国和日本分别为9.8人和11.49人。相比之下，中国直至2013年才终于满足每千人拥有护士数量达到2人，在世界范围内横向对比绝对算得上是严重短缺，而那些看上去人均拥有护士数量如此之高的发达国家，却常年有报道称"面临严重护士荒，要加大引进国际护士"。

NUMBER 一周|数说

40棵

在4230平方米的展馆里，至少有40棵植物被刻上了汉字，包括"龙舌兰"、"齿牙龙"、"芦荟"、"毛里求斯麻"等龙舌兰科沙生植物，那些摆放在走道边上的植物叶子上简直变成了"签到板"。辰山植物园的工作人员说，因游客多、管理人员少，平时无法做到时时监督。不过，现在发生了这样的情况，园方会加强管理力度，尽量在客流量高峰期增派志愿者和保安加强监管。

10年

有这样一个关于完美生活的段子：有山有水，有房有田，百兆光纤、快递可达。在苏州东山陆巷古村，还真有一人过着这样的惬意生活，他叫张放，曾随家人移居深圳，是一名IT男。10年前，张放舍弃了大城市快节奏的生活，回到了祖宅鉴山堂。10年里，张放过着几乎是隐士的生活，并着手修复有着600多年历史的鉴山堂，前后投入已约百万元。

60万

工业和信息化部就实施"宽带中国"2015专项行动提出意见，称今年将新增光纤到户覆盖家庭8000万户，新建4G基站超过60万个。工信部将加大今年宽带专项行动中"加快4G建设"、"大幅提升网速"等重点工作的推进力度，使老百姓上网速度更快，价格更优惠。

调查|Research

吃点脂肪，才会帮助减肥？

Grain Brain组织的大卫·佩尔穆特博士表示，人类祖先的饮食结构由75%的脂肪、20%蛋白质及5%的碳水化合物组成，与之相比，现代人的饮食结构比例为60%碳水化合物、20%蛋白质和20%脂肪。针对这一改变，佩尔穆特博士解释道，正是过度摄入碳水化合物导致的体内及大脑炎症，进一步引发了老年痴呆症、多动症、抑郁、焦虑和慢性头痛等一系列现代疾病。其他研究也表明，导致过去的50年内肥胖症患者数量翻番的罪魁祸首并非脂肪，而是变得越来越随手可得的碳水化合物及糖分（包括水果和果汁中所含的葡萄糖）。

生活周刊 LIFE WEEKLY HD
生活周刊iOS新媒体平台
苹果商店官方推荐应用
在App Store搜索"LifeWeekly"即可免费下载阅读
官方微信号：lifeweekly1925
iPad　iPhone　生活周刊官方微博　生活周刊官方微信