
[首页](#)

[推荐](#)

— [亚运会](#)

[关注](#)

[朋友](#)

[我的](#)

[直播](#)

[放映厅](#)

[知识](#)

[热点](#)

[游戏](#)

[娱乐](#)

[二次元](#)

[音乐](#)

[美食](#)

[体育](#)

[时尚](#)

业务合作

2023 © 抖音

[京ICP备16016397号-3](#)

[京公网安备 11000002002046号](#)

[广播电视节目制作经营许可证](#)

[京B2-20170846](#)

[网络文化许可证-京网文-\(2022\)0938-030号](#)

互联网宗教信息服务许可证 京(2022)0000057

药品医疗器械网络信息服务备案(京)网药械信息备(2023)第00318号

[网络谣言曝光台](#)

[网上有害信息举报](#)

违法和不良信息举报 400-140-2108

青少年守护专线 400-9922-556

算法推荐专项举报 sfjubao@bytedance.com

网络内容从业人员违法违规行为举报 feedback@douyin.com

[广告投放](#)

[用户服务协议](#)

[隐私政策](#)

[账号找回](#)

[联系我们](#)

[加入我们](#)

[营业执照](#)

[友情链接](#)

[站点地图](#)

[下载抖音](#)

搜索

投稿

- [发布视频](#)

- [视频管理](#)

- [作品数据](#)

- [直播数据](#)

- [创作者学习中心](#)

- [创作者服务平台](#)

登录

登录后即可观看喜欢、收藏的视频

■ 我的作品

■ 我的喜欢

■ 我的收藏

- 观看历史











0

0

0

分享

[音乐](#)



[愿你我皆安好 \(剪辑版\)](#)

----- [贾晓龙](#) -----

举报

发布时间：20260403 20:03:00

全部评论

请先登录 后发表评论

暂无评论



[樅愷佑信息咨询](#)

[樅愷佑信息咨询工作室官方账号](#)

粉丝 57 获赞 1

关注

2月15日，800万粉丝的颜值网红迅猛龙在直播中首度卸下镜头前的精致光环，直面自己因长期高强度工作引发的健康危机。体重仅有84斤的她，在直播中明确表示未来数月会大幅缩减工作量，而她对2026年的唯一期许，简单到让人心酸——“身体能扛住就好了”。这句话也让流量行业背后，网红们为了数据牺牲健康的现实，再次被推到大众眼前。不免让人想到于文文演唱晕倒后发文：“

好好活着是人生最重要的事

”。直播里，迅猛龙向粉丝袒露了自己令人窒息的日常工作节奏：一天要完成5小时直播、拍摄50条视频，全年无休的状态让她从睁眼到闭眼都被工作填满，连一点娱乐放松的时间都没有。长期的连轴转，让她生出了“空心人”般的麻木感，化妆师也透露，她的行程表上全年都没有外出放松的记录，这样的状态也让外界对其健康状况愈发担忧。更让人揪心的是，迅猛龙直言自己的身体早已跟不上工作节奏，即便下播后，还要坚持学跳舞到凌晨三点，平均每天的睡眠时间被压缩到仅2小时。她无奈感慨，

这是自己这辈子第一次体会到，精力不足会对生活和工作造成这么大的影响。迅猛龙回忆，2023年的体检报告中曾显示有“轻度脑萎缩”的问题，家人当时便认为，这和她长期直播做着机械性工作、缺乏深度思考有关。而颇具戏剧性的是，2025年她全力备考复旦大学MBA期间复查，这一异常指标竟然消失了，她也自嘲道，是“考研让我长脑子了”。这一前后的变化，也无意间道出了网红日常工作的特性：看似忙碌，实则多是机械性重复，缺乏精神层面的深度锻炼，反而容易造成特殊的精神消耗。事实上，迅猛龙的身体早已频频发出警报。此前她就曾透露，自己为了赶工作，每天只吃一顿饭，靠奶茶维持体力，再加上长期直播久坐、缺乏运动，种种细节拼凑出一个在流量齿轮下高速运转，却不断被消耗身心的网红形象。即便身体已经亮起红灯，她在直播中说出“再坚持几个月，应该还可以”时，语气里既有职业惯性带来的强撑，也藏着对身体极限的隐约恐惧。从镜头前光鲜亮丽的颜值网红，到直面健康危机的普通女孩，迅猛龙的经历早已超越了个人故事的范畴，成为审视当代网红经济的一个缩影。在流量至上的行业环境中，不少从业者都陷入了“高速空转”的困境，而迅猛龙的选择，也让更多人开始思考网红经济与个人可持续发展的关系。迅猛龙的经历，也为整个网红行业敲响了警钟：无论身处哪个行业，健康永远都是最根本的底色，再耀眼的光环，都比不上一个健康的身体。

WhatsApp网页版：工作协同聊天新利器，扫码登录即用，高效沟通无障碍

随着互联网技术的飞速发展，移动通讯工具在我们的日常生活中扮演着越来越重要的角色。WhatsApp作为全球最受欢迎的即时通讯应用之一，其网页版的出现无疑为用户带来了极大的便利。特别是在工作协同中，WhatsApp网页版以其独特的扫码登录即用功能，成为了提高工作效率、促进团队沟通的新利器。WhatsApp网页版是WhatsApp官方推出的网页版应用，用户只需在电脑上打开浏览器，输入网址即可登录使用。相较于手机端，WhatsApp网页版在功能上并无太大差异，但其在电脑上的操作体验更为便捷，尤其是在进行工作协同聊天时，其优势更加明显。首先，WhatsApp网页版支持多平台登录。用户可以在电脑、平板、手机等设备上登录同一个账号，实现跨平台沟通。这对于经常需要在多个设备上工作的用户来说，无疑提高了沟通效率。其次，WhatsApp网页版支持多窗口操作。用户可以在电脑上同时打开多个聊天窗口，方便查看和回复不同聊天内容。这对于需要同时处理多个工作任务的用户来说，极大地提高了工作效率。再者，WhatsApp网页版支持文件传输。用户可以在聊天中直接发送图片、视频、文档等文件，方便快捷。这对于需要共享工作资料、讨论项目方案的团队来说，无疑是一个极大的便利。那么，如何使用WhatsApp网页版进行工作协同聊天呢？以下是具体步骤：1. 打开电脑浏览器，输入WhatsApp网页版网址（<https://web.whatsapp.com>）。2.

使用手机打开WhatsApp应用，找到“设置”选项，点击“WhatsApp Web”。3. 扫描电脑屏幕上显示的二维码，即可登录成功。4. 登录后，即可在电脑上查看和回复聊天内容，发送文件等。值得一提的是，WhatsApp网页版在保护用户隐私方面也做得相当出色。它采用了端到端加密技术，确保用户聊天内容的安全。此外，WhatsApp网页版还支持离线消息功能，即使手机处于离线状态，用户也能在电脑上查看和回复消息。总之，WhatsApp网页版凭借其扫码登录即用、多平台登录、多窗口操作、文件传输等优势，成为了工作协同聊天的新利器。在今后的工作中，我们相信WhatsApp网页版将会为更多团队带来便利，助力高效沟通，共创美好未来。

TA的作品

[更多作品](#)

[广告投放](#)

[用户服务协议](#)

[隐私政策](#)

[账号找回](#)

[联系我们](#)

[加入我们](#)

[营业执照](#)

[友情链接](#)

[站点地图](#)

[下载抖音](#)

[抖音电商](#) | [《新版官方资料大全公式规律图解》](#) | [《最准正版资料预测公开图解》](#) | [《最新澳门三肖三码高手专用大全网》](#) | [《网红公式规律免费资料图解》](#) | [《最准澳门三肖三码免费资料》](#) | [《精选澳门三肖三码高手专用入口》](#) | [《免费公式规律公式规律查询》](#)

[网络谣言曝光台](#) |

[网上有害信息举报](#)

| 违法和不良信息举报：400-140-2108 | 青少年守护专线：400-9922-556 |
算法推荐专项举报：sfjubao@bytedance.com |
网络内容从业人员违法违规行为举报：feedback@douyin.com

[京ICP备16016397号-3](#)

[广播电视节目制作经营许可证](#)

[京B2-20170846](#)

[网络文化许可证-京网文-\(2022\)0938-030号](#)

[京公网安备 11000002002046号](#)

[互联网宗教信息服务许可证京\(2022\)0000057](#)