

这些谣言,您信了吗

“每月科学流言榜”由北京市科学技术协会、北京地区网站联合辟谣平台、北京科技记者编辑协会共同发布。2015年3月“科学流言榜”日前发布,有哪些谣言上榜,其中你信了几个?

谣言1 小剂量降压药会让体重上升

来源:网上流传“服用降压药会导致体重上升”的说法,一些网民对此十分关注,这种说法可信吗?

真相:首都医科大学附属北京安贞医院高血压科主任余振球说,可以明确,服用降压药物本身不会导致体重上升,降压药物中也不含导致人体肥胖的激素。

从理论上讲,有少数降压药物如果一段时间内大剂量地服用,会使得某些患者血糖血脂代谢紊乱,导致体重上升。有些患者血压升高的时候,会出现头晕、头

痛、心慌、胸闷、乏力等症状,这期间患者一般不太愿意活动,缺乏运动也是导致肥胖的原因之一。

对于高血压的治疗,我们目前提倡小剂量联合用药,而且降压药物的可选择范围比较大。所以合理使用降压药物可明显减少甚至消除对血糖血脂代谢的影响。患者服用降压药血压正常后,症状减轻甚至消失,身体舒服了,心脏功能恢复了,是可以进行一些适量运动并以此来控制体重的。

谣言2 美国极端天气源于中国污染

来源:3月8日,美国国家公共电台报道“中国污染可能导致美国寒冷多雪冬季”,其中,美国航空航天局专家认为,中国和东南亚国家燃煤所导致的大量排放物吹向美国,与太平洋上空的风暴相遇,而这些风暴可能对美国冬季气候产生巨大影响,美国波士顿“末日暴雪”和纽约、华盛顿极寒天气与中国空气污染有关。这一观点到底是基于科学研究的可信论断还是缺乏根据的武断指责?

真相:中国气象局两位权威专家回应,研究显示,入冬以来,美国暴雪频繁主要是极地冷空气中心偏向美国和大西洋暖湿气流偏强造成的,与我国空气污染没有直接关系。事实上,查阅气候历史资料就可以发

现,美国冬季出现低温和暴雪事件,并非偶然。

国家气候中心气候监测室正研级高工周兵说,美国的地形特征是东西两侧高,中间低,南北开敞,冬季上空稳定维持着强大的低气压带,有利于中高纬度的冷空气迅速南下。同时,美国东部五大湖区存在“大湖效应”,冬季极地气团南下经过湖面时,温度极低的空气与相对温暖的水面接触交汇从而形成降雪,在地形与气候系统的双重作用下,容易出现低温和暴风雪天气。

那么中国的污染物对此是否存在影响呢?由多国科学家参与的评估报告《洲际传输评估报告》明确指出,东亚的污染物排放对北美极端天气的“贡献”是非常有限的。

谣言3 用蒸锅蒸食物相当于自杀

来源:网上有传言,用蒸锅蒸食物相当于自杀,蒸食物时一定要先开着锅盖把水烧开,再放入要蒸的食物,盖上锅盖。因为自来水中含氯,经过加热后,若锅盖是盖着的,氯会包覆在食物上,有致癌的危险。

真相:其实,自来水中氯的含量很低。不仅如此,氯在致癌物分类中,和咖啡因同级,属于“目前尚无足够

资料来确定该物质是否为人类致癌物”。况且,在蒸煮东西时,含氯物质会分解成氯离子、氯酸根和氧气。前两者不会蒸发,后者不会影响健康,根本不可能形成包裹物。这一过程有没有锅盖的遮挡都会发生,水开之前打开锅盖纯属多此一举,而且打开锅盖会造成热量散失浪费,还会影响食物的口感。

谣言4 用洗发水能防脱发

来源:随着成龙 Duang 流传网络,李亚鹏的秃顶被网友扒了出来,台湾媒体信口开河地说“大陆男性秃头面积相加占北京四分之一”也引起了男人的恐慌。各类能让你 Duang 起来的洗发水,无论是防脱还是生发的遍布网络。

真相:对于洗发水来说,它的主要作用是护理头

发,干性、油性和中性的发质适用的洗发水不同。如果洗发水使用不当,不仅不能养发,还会导致断发、头发脱落等。洗发水只是保健品,不属于医药产品,想要生发必须依靠医学手段。对于斑秃这种脱发现象,可以采用针刺加药物刺激毛囊生长的方法。如果仅仅依靠洗发水所说的生发功能,是很难有奇迹发生的。

谣言5 指甲竖线是健康晴雨表

来源:有人说,指甲上的竖线代表一个人体的好坏,如果体力透支,精神长期疲劳的话,竖线就会越来越多。年轻人如果已经有了的话,就说明呼吸系统和神经系统有压力。

真相:指甲的竖纹有很多原因,但最为常见的原因是老化,随着年龄的增长,指甲越来越无力留住水分了,指甲的竖线增加,就像是我们的皱纹一样。但是它们的表现形式与你的健康无关。

谣言6 吃斑点香蕉会生病

来源:在水果店挑选香蕉时,人们一般钟情于通体金黄色的;也有人买香蕉就买带有黑斑的香蕉,认为香蕉长黑斑说明它成熟,成熟的香蕉免疫活性相较于青绿色的香蕉要强得多。近日网上流传“食用斑点香蕉会生病”的说法,这种说法靠谱儿吗?

真相:要知道食用斑点香蕉是否有害,首先得确认香蕉上的黑斑是怎么形成的。像其他植物一样,香蕉也会害病,比如黄叶病、炭疽病、黑星病、花蓟马、裂果病等,其中患炭疽病会让香蕉呈现出黑斑症状。炭疽病是由香蕉刺盘孢菌引起的,属于真菌性的病害,这种病症

只有在香蕉成熟时才会显现出来。因此成熟后,被侵染的香蕉果柄和表皮上会出现一个个褐色的圆形斑点,渐渐扩大面积并且连结起来成为大块斑点。两三天以后整个果实就变黑甚至腐烂。

吃了患炭疽病的香蕉会不会染病?答案是不会。炭疽菌只是侵害香蕉,对人造不成什么影响。何况,使香蕉发黑的炭疽菌与炭疽病毒没什么干系,当然无法使人致病。表皮发黑说明香蕉已成熟,此时味道甜,口感好,最宜食用。如果又放置了几天,导致果肉发黑,就不要食用了。

谣言7 儿童用电子产品会得眼疾

来源:近期,一条微信在朋友圈内疯传。微信中说“北京同仁医院眼科有3位医生拿自己的孩子做了7天实验,出现3种结果:玩儿20分钟iPhone,3个孩子平均视力接近轻度假性近视状态;玩儿20分钟iPad,孩子的泪膜破裂时间与干眼症患者相当;玩儿10分钟手机,相当于看30分钟电视。所以,呼吁家长让孩子们远离手机,远离iPad,尤其不要在黑暗中玩儿手机,容易患黄斑病变,此病无法医治。”

真相:微信中所提到的电子产品对于眼睛的损害

并不是危言耸听,但这些症状只是短时间存在的,如果不长期、连续过度用眼,这些症状是可以消除的。至于所说的“黄斑病变无法医治”也是不科学的。

手机、电脑屏幕发出的蓝光真的会损伤眼睛吗?答案是肯定的。手机、电脑的屏幕都会放射出大量蓝光,而蓝光正是对眼睛损伤最大的可见光。自然光中也存在蓝光,但不是最强的,人类已经适应自然光,所以对自然光中的蓝光不是那么敏感。但手机、电脑屏幕的蓝光是非自然光,长时间使用手机、电脑会损伤眼睛。

谣言8 化疗会导致癌细胞扩散

来源:最近,网上有文章声称美国科学家承认手术或放化疗后癌细胞反而会加速扩散。手术、化疗不是治疗癌症的常用手段吗?这种说法是真的吗?

真相:癌症专指恶性肿瘤,主要的治疗手段有手术、化疗、放疗等,其中,手术切除适用于局部治疗,较彻底。但是,一旦癌症发病后,癌细胞脱落增殖并且通过血管、淋巴管向周围转移就不好办了,手术后仍会复发,因此,想要通过一刀切治愈癌症不太现实。这时需要借助化疗或放疗,有临床实验证明,放疗和化疗都可以破坏或消灭癌细胞,甚至会治愈某些肿瘤患者。但是,这两种方式都会让患者承受很大的痛苦,而且在抑制、杀害癌细胞的时候,会产生副作用,伤害人体的正常细胞和机体功能;有的化疗药物还会引起过敏反应,药物性发热等问题,而放疗对患者局部组织损伤较大。

“放化疗对人体健康细胞有害”的确是,但这并不等于“放化疗会加速癌细胞扩散”。

谣言9 吃了解酒药能千杯不醉

来源:近几年,江湖上出现了一些号称千杯不醉的人,有“4斤哥”、“5斤哥”、“6斤哥”,各种宣称能“加速解酒、保肝护肝”的解酒药也火了起来,吃了解酒药真的能千杯不醉吗?

真相:从医学的角度看,还没有一种真正的解酒药。人体主要通过肝脏、皮肤和呼吸系统代谢酒精,其中肝脏最为重要。要想不醉,就需要乙醛脱氢酶在肝脏中大量产生,把乙醛氧化,这一过程是一个缓慢的生物化学反应,在人体中是不能迅速完成的。因此,酒量的大小,由体内的乙醇脱氢酶和乙醛脱氢酶的多少来决定。而这两种酶的多少,是人体先天形成的,目前没有任何手段能增加这两种酶的分泌。

谣言10 吃母乳能抗雾霾

来源:民间抗霾的方法最近一直新招频出,甚至有人说吃母乳能抗雾霾。

真相:确切地说,母乳中的巨噬细胞可以增强新生儿及婴儿抗感染的能力,但进入婴儿胃肠道后难免被胃酸破坏分解,能否继续保持活性、发挥功能,还是学术界悬而未决的问题。

巨噬细胞并非PM2.5的终极对手,吃母乳抗雾霾的想法虽然美好,并不科学。(摘自《北京晚报》,网友“凹忠”推荐。)



把您认为值得一读的文章发送到本栏目微信号“晨报网摘”(扫描左侧二维码关注),即可和万千读者分享。



本期推荐:一剂名叫“攀比”的春药

在一个资讯过于丰富的年代,感情往往容易陷入攀比之中:拿自己的男朋友或者丈夫,跟高富帅比,跟国民老公比,甚至跟动画片中的人物比,进而生出无数烦恼。当然,攀比从来不只局限于感情,而男人的攀比带来的烦恼或者说是麻烦更多。扫描二维码,阅读《一剂名叫“攀比”的春药》。

灵睿庆典礼仪策划中心
lingrui celebration etiquette plan center

开业庆典、婚庆礼仪、文艺演出
设备租赁、设计制作(专业VI设计)

策划·设计·应用·推广 一站式服务

庆典热线:15039247856 15639216177
地址:黎阳路与华夏北路交叉口向西20米路北