科学真伪辨

“美白针”打太勤当心血栓、反季水果不会致性早熟、量子+日用品都是在炒作、氢燃料电池汽车很安全……

九大真相，粉碎最新“科学”流言

■ 中国妇女报全媒体记者 项丹平

“美白针”一打就能变白？反季水果易致性早熟？量子水、量子眼镜等“量子产品”是真的吗？年轻人身体好血压高不是事儿？安装识图软件挖野菜安全吗？氢燃料电池汽车不安全？颈椎病睡觉不该用枕头……近日，中国妇女报全媒体记者从北京市科协获悉，2021年3月、4月的“科学”流言榜已最新出炉。这是由北京市科学技术协会、北京市委网信办、首都互联网协会指导，北京科技记者编辑协会、北京地区网站联合辟谣平台共同发布的。相关专家对这些流传甚广的最新科学传言逐一辟谣。

流言1：“美白针”一针能见效

目前，不少医疗美容机构都推出了“美白针”，号称一针见效，可以帮助皮肤彻底美白。此外，还有许多消费者使用网络代购的进口美容产品。

真相：目前所有注射类美白产品都不靠谱，国家也没有批准相关产品。如一种常见“美白针”的主要成分氨甲环酸属于凝血剂，通常在围手术期作为止血药使用，氨甲环酸能不能美白现在还没有科学定论，但可确定的是一旦长期、大剂量注射，会有造成血栓的风险。特别是一些没有经过国家药品管理局批准的美容产品，在进入人体后可能导致感染、排异反应、过敏反应、皮肤溃烂等。

专家提醒，最好不要贸然尝试商家的推销。整形美容应该在安全的前提下进行，首先要做到对健康没有伤害，不能以牺牲保护性功能为代价来“变美”。

流言2：反季水果易导致性早熟

最近，“9岁女童出现月经”的新闻，再次引发大家对儿童性早熟的关注。其实，无论是女童的月经初潮，还是男童出现“小胡子”，都属于正常生理现象，是性发育开始的标志。但这些生理现象在孩子身上提前出现，总会让很多家长忧心忡忡。甚至有人认为，性早熟是由于孩子吃了反季水果导致的。

真相：目前尚没有证据表明，食用反季水果会导致性早熟。儿童发生性早熟的原因很复杂，饮食只是影响因素之一。但孩子过多摄入高蛋白类及含有性激素的食物、营养滋补品、油炸类快餐，确实有增加性早熟发生的风险；营养过剩导致的肥胖，也容易导致孩子激素水平改变，进而诱发性早熟。水果无论是当季还是反季的，都可以安全食用。

流言3：年轻人身体好，血压高一点没事儿

不少二三十岁的年轻人体检发现血压偏高，他们多半没有不舒服的感觉，依旧抽烟、喝酒、熬夜，对血压偏高置之不理，还会觉得无所谓，“我还年轻，身体好，血压高一些也没啥影响”。

真相：此说法完全不正确。中青年高血压患者多为轻度（Ⅰ级）高血压，相较于老年人群，高血压病程短、所造成的的器官损害轻，心血管风险多处于低危或中危水平。但近年来，中青年高血压患者伴发肥胖、糖脂代谢紊乱的比例逐渐增加，中青年高血压人群的心血管风险有所上升，应重视长期及终生风险评估。所以，年轻人应该更积极主动控制血压。

流言4：干细胞护肤品能修复皮肤、抗衰老

据称，目前时兴的“脐带血面膜”“植物干细胞”“胎盘提取物精华”等化妆品中都含有干细胞成分，有修复皮肤细胞损伤、延长细胞寿命、抗衰老等神奇功效。

真相：这些产品其实并不具备上述神奇功效。虽然干细胞在人体中真实存在，但目前干细胞还没有应用到日常生活中，仅停留在实验室研究层面。此外，从生物学角度讲，细胞衰老是不可逆的，唯一可能是给细胞提供充足养分，使衰老现象得到暂时性掩盖。干细胞类护肤品，虽说可刺激皮肤自然修复的功能，但再有效的成分也只是在局部和短时期内起作用，不会有“逆龄”的神奇功效。

流言5：颈椎病睡觉不应用枕头

随着互联网和电脑、智能手机的普及，整日伏案工作或刷手机到深夜，成了不少人的家常便饭，颈椎病的发生率也因全民皆是“低头族”连年上升，且发病人群逐渐年轻化。对此，有些人建议：去掉枕头平躺，睡几天就好了。

真相：不建议长期在睡眠中不使用枕头。从医学角度来说，短时间不用枕头，只要颈椎感觉舒适且能安静入睡是可以的；但如果长期不用枕头，就可能出现各种不适感。因为颈椎和颈椎小关节长时间处于过伸位，易引发颈椎前部肌肉过度拉伸，进而导致肌肉劳损并造成过早退变。所以，当颈椎不适的疼痛症状消失后，睡觉时使用枕头才对颈椎健康更好。

流言6：量子产品技术成熟已大量“出山”

目前市场上，各类“量子产品”层出不穷，如量子水、量子鞋垫、量子眼镜等，这些“量子产品”的共同特点是价格不菲、号称“功能强大”，其关于“科学原理”的神奇描述更是十分吸睛。这真的代表量子技术已非常成熟，产品已可以进入千家万户吗？

真相：“量子”是一个物理概念，由德国物理学家普朗克于1900年提出，是描述微观世界一个物理量的不可分割的最小单位。量子力学等量子理论研究进展很快，目前主要应用于量子通信、量子计算和量子精密测量，其他领域还没有实用化。

如何辨识一件商品到底有没有用到量子科技？这要看它有没有用到量子的相干性、叠加性等特性，如果没用上，那就是在蹭概念。一个最简单的识别方法是：现阶段量子科技还没有应用到大众生活中，凡是打着“量子+日用品”旗号的，一般都是在利用量子概念炒作、讲故事，甚至可能涉嫌诈骗。

流言7：用“识图软件”挖野菜，方便又靠谱

出门游玩，不认识野菜不打紧，手机里下载一款植物识别软件，就可以去踏青挖野菜了。

真相：用识图软件“认野菜”来食用很危险，不靠谱。使用这些软件时，如果照片中缺乏花果等必要信息，软件很可能会误判。万一误食毒芹、石蒜、白屈菜等有毒野菜，可能引发身体不适甚至危及生命。此外，常见野菜中的蕨菜含有生物碱及“原蕨苷”，这种成分属于强致癌物，一定要避免误食。

120北京急救中心医生提醒，如果进食可疑野菜后出现腹痛、恶心呕吐、头晕、腹泻、全身无力等中毒症状，应立即停止进食。如果患者意识清醒，可采取催吐方法。同时，尽快拨打120急救电话，及时就医。别忘了保留食物样本一并带给医生，便于诊断治疗。

流言8：氢燃料电池汽车不安全

在新能源政策的引导下，随着纯电动车市场保有量一路攀升，一种新型汽车燃料能源——氢燃料进入人们视野。据称，由于汽车本身就存在碰撞风险，氢燃料电池汽车上的高压氢气瓶犹如一枚潜在的“炸弹”，因此这种汽车不安全。

真相：氢燃料是一种新型汽车燃料能源，既环保又节能；氢燃料电池汽车也有很高的安全性和可靠性。早在19世纪，人们就开始对氢燃料的应用装置进行了探索。氢燃料电池汽车比电动车成本更低、续航时间更长、受环境温度影响更小。此外，经人为点火实验证实，氢燃料电池汽车在空旷道路上发生爆炸的可能性很小，安全性非常高。氢燃料电池汽车目前已商业化，在未来有望代替传统燃油汽车实现绿色出行。

流言9：麻醉药七氟烷可以“一捂就晕”

许多影视作品中都有一捂就能让人昏迷的迷药桥段，麻醉药七氟烷就是其中之一，这是真的吗？

真相：七氟烷是临床上应用最广的麻醉药之一，但其使用也并非“一捂”那么简单。在临床应用中，医生通常会采用“潮气量法”或“肺活量法”进行吸入诱导，正常成年人在诱导麻醉阶段，佩戴呼吸罩吸入七氟烷的浓度在5%～8%，2分钟左右会进入外科麻醉所需的无意识状态。

因为七氟烷很易挥发，所以使用中需要麻醉机这样源源不断提供麻醉剂的密闭通气回路。日常生活中是很难维持一定浓度、一定时间吸入七氟烷的，因此影视作品中那种“一闻就晕，一晕就晕好久”的状况很难发生。

从理化性质和药理学角度分析，目前所有吸入的麻醉药物均不可能达到几秒钟内使人意识消失。其实，相比于人们害怕的“一闻就倒”，反倒是口服摄入麻醉药物的危险更应引起警觉，在多数使用麻醉药的犯罪案件中，不法分子都是将迷药掺入酒水、食品中，让受害人“中招”。

科技观察

电动晾衣架很难真杀菌

■ 澜欣

继钢丝绳、手摇升降晾衣架后，电动晾衣架已成为不少家庭的新选择。这类产品中，不少带有照明、烘干、紫外杀菌等功能，它们真这么“神奇”吗？近期，上海市消费者权益保护委员会对25件电动晾衣架产品进行了比较试验，样品均配备紫外灯并宣称具有杀菌除菌功能。其中，紫外灯有2件为UVC波段、23件为UVA波段。

检测发现，近一半样品紫外灯设定的工作时间在20～30分钟，很难真正起到杀菌效果。紫外灯中的杀菌效果与波段密切相关。UVC波段的紫外灯具有一定杀菌效果，但在使用过程中存在一定的安全禁忌；而UVA波段的紫外杀菌效果则相对较弱，需要8小时以上照射才具有一定杀菌作用。市场上能真正使用UVC波段紫外线灭菌的电动晾衣架并不多，消费者购买时需分辨清楚。

另外，使用具备紫外杀菌功能的电动晾衣架时要注意：安装在室外阳台或有实体隔绝的阳台上；按产品说明使用紫外杀菌功能；勿直视光源，禁止人员尤其是儿童在紫外灯照射范围内出现；杀菌结束后要开窗通风；皮衣、真丝等面料以及色彩鲜艳的服装，不宜在紫外灯下杀菌。

科学趣发现

“智能烫发新技术”让头发秒变机器人

一根普通的人类头发可以秒变爬行机器人？南开大学药物化学生物学国家重点实验室、化学学院刘遵峰教授团队利用加捻和冷烫技术，研发出一种自行固定的智能头发人工肌肉，可通过感知湿度实现自动伸缩，用它制成的毛虫机器人可以做出爬行、扭转等动作。该技术为含化学键的加捻纤维定型提供了一种新策略，在生物相容性智能材料、传感器和软体机器人研发领域中具有广阔应用前景。

刘遵峰团队从美发厅的烫发技术中获得灵感，由于头发中α-角蛋白对水具有高灵敏响应性，因此研究团队认为，头发非常适合制备自固定人工肌肉。经过反复试验，团队利用头发中二硫键和氢键形成的交联网络，开发出了这种“智能烫发新技术”，实现了湿度响应的头发人工肌肉的自固定，并实现人工肌肉可逆性调节。刘遵峰说，这项新技术可拓展应用于含-SH键的其他天然和人造材料的自固定中，并对含其他动态可逆共价键材料的自固定具有借鉴意义。

（敏稳）

乡村振兴路上的“吉林巧姐”

吉林省是农业大省，国家重点商品粮基地，玉米叶、稻草等自然资源丰富、农闲季节人力资源充足。近年来，吉林省妇联立足资源优势，大力实施“吉林巧姐”手工制作项目，带动广大农村妇女姐妹利用农闲时间学习草编技能，推动乡村产业振兴，成千上万农村妇女用自己勤劳的双手和聪明才智追逐致富梦想，成为吉林省乡村振兴路上的一道靓丽风景。

2013年以来，吉林省各级妇联面向贫困妇女、普通农村妇女、草编技师、草编研发设计者开展分级分类培训，累计培训6万余人次，目前已培育有专业素养、有帮扶能力、有业务渠道的高素质“吉林巧姐”导师380余人，中高级职业技能人才近千名，形成了多层次的草编人才队伍，带动8万余名妇女实现了创业和居家灵活就业。

2017年，长春市妇联引领7名草编带头人发起并成立了长春市妇女草编协会，建立了“协会–合作社–生产小组–农民”四级组织网络，形成了完整的产业链条。带动创立妇女草编合作社（基地）38家，组织吸纳了1500余名草编技能人才抱团发展，草编产品远销国内大中城市及美国、俄罗斯、韩国等国家，累计销售额近4亿元。

为推动草编项目持续发展，拓展“吉林巧姐”产品销售渠道，吉林省连续三年在长春农博会期间举办“吉林巧姐”大赛暨市集活动，搭建“吉林巧姐”产品技艺交流和展示销售的平台。长春市参赛选手车桂琴创作的长5米、宽1.2米的“草编九龙壁”一举夺得2020年“吉林巧姐”大赛草编金奖，赛后作品以2万元价格被一家农业休闲度假有限公司收藏，见证了农村妇女“编废为宝”“点草成金”、用双手创造财富和自我价值的成长历程，也向社会各界展示和证明了在助力打赢脱贫攻坚战、实现乡村全面振兴中大有作为的巾帼力量！

2021年是十四五开局之年，在构建国内大循环为主体、国内国际双循环相互促进的新发展格局中，“吉林巧姐”希望和全国妇女姐妹们携手共进，相约八月中国长春农博会，相聚在草编大赛和市集的现场，与来自全国各地的巧手姐妹们切磋技艺，共闯市场！

吉林省妇联联系人：
刘畅 0431-81162365

长春市妇女草编协会会长：
王丽文 13614477771

社址：北京市西城区地安门西大街103号 邮政编码：100009 联系电话：新闻57983124 新媒体57983164 发行57983237 广告57983080 订阅处：全国各地邮局 国外发行：北京399信箱 国外发行代号895D 定价：全年396元 每月33元 广告经营许可证：京西工商广字第0127号 人民日报印刷厂印刷 法律顾问：北京市格平律师事务所郑菊芳律师