

吃大蒜、生姜等辛辣食物能预防新冠？盐水漱口能预防新冠？吃黄桃罐头可治疗新冠？长期戴口罩会导致肺结节？新冠抗原阴性意味着没被感染？听咳嗽就可识别新冠病毒感染？发烧到40℃但没有肺炎也是无症状？健康码要下线了……

抗击新冠，别忘了遏制“新冠谣言”

科学真伪辨

中国妇女报全媒体记者 张峰

近期，随着各地新冠感染者越来越多，网上有关新冠病毒的各种防治信息备受关注，一些真假难辨的传言也纷至沓来……

预防篇

流言1.多吃大蒜、生姜、辣椒等辛辣食物能预防新冠病毒感染？

真相：不能。大蒜素、蒜氨酸及相关营养成分在体外细胞实验中，确实表现出了对病原微生物的一定抑制作用……

流言2.服用VC能预防新冠病毒感染？

真相：不能。维生素C是人体所必需的营养素，可以维持人体免疫功能，但无法对新冠病毒起到直接抑制作用……

流言3.喝酒能预防新冠病毒感染？

真相：不能。70%~75%的酒精可以有效杀灭新冠病毒，但不代表“喝酒可以杀灭病毒”……

流言4.盐水漱口能预防新冠病毒感染？

真相：不能。早在2020年1月22日，中国工程院院士钟南山团队明确表示，盐水漱口有利于清洁口腔和咽喉……

流言5.长期戴口罩会导致肺结节？

真相：不会。所谓肺结节，是指在肺部平片或者CT检查中发现的直径小于等于30毫米的圆形或者近圆形的阴影……

流言6.口罩中间层是用塑料做的，会掉出小颗粒，被吸入肺中易引发疾病？

真相：不会。合格的防护口罩核心层是熔喷布，以石油化工产品聚丙烯为主要原料……

流言7.口罩中有消毒剂环氧乙烷，长期戴易致癌？

真相：不会。环氧乙烷消毒是目前最主要的低温灭菌方法之一，在食品包装、各种纸制品中广泛应用……

流言8.没有戴满一定时间的口罩可以重复使用？

真相：不可以。中国疾控中心提醒，虽然每个口罩累计佩戴时间不超过8小时……



般无症状和轻型不需要吸氧；重型和危重型才需要吸氧，但在这类患者中，家中的制氧机无法发挥治疗效果……

制氧机同样没必要。氢气曾出现在《新型冠状病毒肺炎诊疗方案（试行第七版）》中……

流言24.新冠病毒感染后15天才会有抗体？

真相：不一定。北京佑安医院感染科主任李侗曾表示，虽然新冠病毒感染后，一般2周左右才产生抗体……

生活篇

流言25.吃橙子、喝可乐或酒等会导致核酸假阳性？

真相：不会。新冠病毒的核酸检测是通过提取咽拭子中的核酸物质，然后加以纯化，最后运用荧光定量PCR技术检测病毒核酸基因……

流言26.吃了橘子、橙子等水果会导致新冠抗原检测阳性？

真相：不会。抗原检测时如操作正确，取样部位是鼻腔黏膜，就算吃了橘子，此处也不会接触到橘汁……

流言27.用56℃热水洗澡能杀灭新冠病毒？

真相：不建议。新冠病毒在56℃且持续30分钟的环境下会灭活……

流言28.香油滴鼻孔可阻断新冠病毒感染？

真相：不能。鼻子中的鼻毛能阻挡空气中的粉尘等颗粒物进入人体，鼻黏膜会分泌黏液吸附空气中粉尘和颗粒……

流言29.紫外线 0.3 秒可消灭新冠病毒？

真相：不能。在国务院联防联控机制新闻发布会上，疾控专家明确表示常见的紫外线消毒需要半小时才能发挥效果……

流言30.健康码要下线了，疫苗接种记录找不到了？

真相：不会。疫情防控只是健康码应用的一部分，但不是全部。上海市大数据中心表示，没有停用健康码的说法……

真相：没有必要。如果感染了新冠病毒，一般无症状和轻型不需要吸氧……

现脏污、变形、损坏、异味时，需要及时更换；在跨地区公共交通工具上或医院等环境使用过的口罩不建议重复使用……

流言9.打了新冠病毒疫苗也不能有效预防新冠？

真相：不对。有不少人认为自己打了3针新冠疫苗，但仍然不幸“中招”，于是认为打了疫苗也没用……

流言10.听咳嗽就可识别新冠病毒感染？

真相：不可以。最近市场上出现一款“智能声音识别”小程序，先录下一段咳嗽声，然后小程序自动识别……

症状篇

流言11.新冠抗原阴性意味着没被感染？

真相：不一定。国务院联防联控机制有关专家指出，虽然抗原检测的速度快、操作便捷，但一般要等到病毒复制到较高水平……

流言12.抗原检测线条颜色越深说明体内病毒含量越多？

真相：不是。抗原检测是对抗体进行定性判断，即判断“有”或“没有”抗体……

流言13.发烧了就是感染了新冠病毒？

真相：不一定。中国工程院院士钟南山表示，目前处于冬季流感高发期，近期出现发热的原因不单纯是感染了新冠……

流言14.发烧到40℃，但CT显示没有肺炎也是无症状？

真相：不是。根据我国《新型冠状病毒肺炎诊疗方案（第九版）》，无症状感染者定义是……

防控方案（第九版），无症状感染者的定义是，新冠病毒病原学检测呈阳性，无相关临床表现……

流言15.北京流行的新冠奥密克戎变异株比广州的更毒？

真相：并没有。我国现阶段流行的新冠病毒以奥密克戎变异株BA.5的亚分支BA.5.2和BF.7为主……

流言16.感染新冠会有后遗症吗？

真相：没有。北京市呼吸疾病研究所所长童朝晖表示，目前新冠后遗症的研究针对的是之前的毒株……

流言17.吃黄桃罐头可治疗新冠？

真相：不能。专家解释，黄桃罐头不仅不能替代药物治疗新冠，还可能刺激咽喉，加重咳嗽……

流言18.感染一次新冠病毒相当于打一次疫苗，早“阳”早好？

真相：不是。感染新冠病毒后，在一定时间内会获得针对该毒株的免疫力，但并不代表不会再次感染……

流言19.感染了新冠病毒要马上去医院吗？

真相：不一定。张文宏团队通过“华山感染”公众号发布“华山新冠居家指南”指出，99.5%的人不需要去医院……

流言20.居家治疗只要跟着网传“国家卫健委推荐新冠治疗中成药”吃药就可以？

真相：不建议。网传表格中的中成药确实在国家诊疗方案中有所推荐，但当真正出现重症、危重症时……

流言21.网上有各种“囤药宝典”和“吃药顺序”，跟着吃就行？

真相：不建议。广州中医药大学第三附属医院急诊科主治医师曾远峰指出，目前，感染新冠病毒的患者会有多种症状中的一个或者几个……

流言22.世界卫生组织提醒新冠病毒感染不能吃布洛芬？

真相：没有。在新冠肺炎疫情暴发初期，人类对于这种病毒了解有限，世界卫生组织在2020年3月指出……

流言23.家庭准备制氧机/制氧机可以应对新冠感染？

真相：没有必要。如果感染了新冠病毒，一般无症状和轻型不需要吸氧……

流言24.新冠病毒感染后15天才会有抗体？

真相：不一定。北京佑安医院感染科主任李侗曾表示，虽然新冠病毒感染后，一般2周左右才产生抗体……

流言25.吃橙子、喝可乐或酒等会导致核酸假阳性？

真相：不会。新冠病毒的核酸检测是通过提取咽拭子中的核酸物质，然后加以纯化，最后运用荧光定量PCR技术检测病毒核酸基因……

流言26.吃了橘子、橙子等水果会导致新冠抗原检测阳性？

真相：不会。抗原检测时如操作正确，取样部位是鼻腔黏膜，就算吃了橘子，此处也不会接触到橘汁……

流言27.用56℃热水洗澡能杀灭新冠病毒？

真相：不建议。新冠病毒在56℃且持续30分钟的环境下会灭活……

流言28.香油滴鼻孔可阻断新冠病毒感染？

真相：不能。鼻子中的鼻毛能阻挡空气中的粉尘等颗粒物进入人体，鼻黏膜会分泌黏液吸附空气中粉尘和颗粒……

流言29.紫外线 0.3 秒可消灭新冠病毒？

真相：不能。在国务院联防联控机制新闻发布会上，疾控专家明确表示常见的紫外线消毒需要半小时才能发挥效果……

流言30.健康码要下线了，疫苗接种记录找不到了？

真相：不会。疫情防控只是健康码应用的一部分，但不是全部。上海市大数据中心表示，没有停用健康码的说法……

真相：没有必要。如果感染了新冠病毒，一般无症状和轻型不需要吸氧……