

“阳康”后可吞芥末喝酱油唤醒味觉?

流言:新冠“阳康”后如果出现味觉减退,可以通过吞芥末、喝酱油来“唤醒”味觉。

真相:新冠感染者若出现味觉、嗅觉的丧失,一般两周到一个月即可自行转好。试图用刺激性食物“以毒攻毒”去恢复,不可取,这样可能会损伤局部口腔黏膜甚至消化道黏膜。

新冠急性期过后,部分人鼻塞、咳嗽、嗅觉味觉减退等并不属于后遗症,只是病毒感染的症状之一,可逐步减轻,自行恢复正常,不必过于担忧。

“阳康”之后要坐“小月子”?

流言:新冠“阳康”之后,应该坐个“小月子”,敞开吃喝、多多进补,休养30天。

真相:阳性康复之后适当进补可以,但不需要“坐月子”,切忌操之过急。“阳康”后很多脏器包括消化道恢复需一定时间,太急、太多、太猛地补,或暴饮暴食,会适得其反,从少到多、循序渐进更安全。

可以正常进食的人,“阳康”后遵循中国居民膳食指南2022版的基本原则:尽量保持食物多样化,餐桌丰富多彩一点,每日三餐定时定量;保证重要营养物质或食物摄入,包括但不限于优质蛋白;每日三餐荤素搭配,餐餐有蔬菜、每天有水果;保持充足饮水,少量、多次、规律性饮水,保持良好习惯。

新冠痊愈标准是能憋气40秒?

流言:新冠痊愈标准是能憋气40秒以上,不足40秒就说明肺有问题。

真相:新冠是否痊愈有明确标准,如第九版诊疗方案中所列出的:第一,体温恢复正常3天以上;第二,症状基本消失或明显好转;第三,有肺炎症状的,在复查CT时,显示肺部病灶已明显吸收;第四,连续两天核酸检测阴性,或者Ct值≥35,或者3次抗原阴性。满足上述条件可达到治愈标准。

简单的憋气并不能反映肺部真实状态。临上很多病人的憋气时间或者肺功能检查仍然正常,而一些肺功能正常的人,也因为各种原因无法完成憋气。

辅酶Q10能防治新冠感染诱发的心肌炎?

流言:辅酶Q10可预防病毒性心肌炎,还可治疗心脏病,因此感染新冠后需要大量补充辅酶Q10。

真相:目前没有任何证据表明辅酶Q10可以预防新冠感染诱发的心肌炎,辅酶Q10对于心脏类疾病的治疗也仅是辅助作用。

辅酶Q10作为药品需在医生或药师指导下服用,作为保健品不建议长期大量服用。人体内的辅酶Q10主要靠自身合成,少量从食物中补充。当人体不缺乏辅酶Q10时,大量补充并不能带来额外益处。

历史

换一句话说,西阴村的陶人等到陶业发达到了很高的程度方着手于加彩的实验,甘肃的陶人却在陶业尚粗糙的时候就加彩了。我们可以说这就是甘肃先有带彩陶器的证据。这种解释也与那西方起源说暗合。不过我们还不知道那甘肃的做工是否到过西阴村最高的境界,那甘肃的不带彩的陶器的种类是否有西阴村的多。这两点要没有研究明白,那带彩的陶器的原始及移动的方向,我们不能确定。”

12月14日,李济和袁复礼乘坐达特的汽车返回到太原。第二天,李济在太原的一家旅馆致信毕士博说:西阴村的考古工作已于12月6日结束,光打包就花了一周,

总计有76箱的陶片、石器、动物骨骼、土壤样本等,由3台推车装运,以及12匹强壮的骡子来拉。许多人没有注意到,李济在西阴村发掘出的“一块小的绿松石,贴着一块同样面积的黑石;这块半黑半绿的石片的用处是不很明了的,那黑石边有一个半透的小穿,大概是还没作成功的装饰品”。而这还没作成功的绿松石装饰品,似乎比中科院考古队在河南偃师二里头3号墓坑出土的“超级国宝”绿松石龙形器要早多年。

李济在给毕士博的这封信中还坦承,这76箱的出土古物,有许多是不具备可供研究的无用残片:“如果我们有时间在田野做实验室工作的话,其中很大部分可能都

1月“科学”流言榜发布——

新冠痊愈标准是能憋气40秒? 国六B新汽油会让现有汽车 “水土不服”?

国六B新汽油 会让现有汽车“水土不服”?

流言:国六B(或称国VIB)标准车用汽油近期全国上线,但现有汽车“喝”上新汽油会“水土不服”。

真相:不必担心油品升级会对车造成损坏。与国六A相比,国六B汽油主要降低了烯烃含量的上限,更加清洁、环保。新的国六B汽油和此前的国六A汽油短期混用,对汽车的使用不会造成影响。不仅如此,由于烯烃具有热不稳定,很容易增加发动机的积碳,长期使用国六B汽油,还可减少发动机内积碳和胶质的沉积,降低发动机故障率,延长发动机使用寿命,降低车辆保养成本。

油品升级核心目的是治理大气污染。近年来,我国汽车保有量不断上升,汽车尾气排放对大气的污染日益严重。机动车排放影响PM2.5细颗粒物20%至30%,是造成灰霾、光化学烟雾的重要原因。油品质量是影响汽车尾气排放的重要因素,油品升级就是为了从源头防治环境污染,保障广大人民群众的身体健康。国六汽柴油标准是目前全球最严格的排放标准之一,个别指标超过欧盟标准。全面使用该标准汽油,可进一步降低污染物排放,有利于加快改善环境空气质量。

使用空气甲醛检测剂, 能测出香蕉甲醛超标?

流言:把香蕉切块,再用一张“空气甲醛速测剂比色阶”的卡片测试,变化的颜色说明“香蕉甲醛超标”。

真相:甲醛检测试剂盒主要由显色剂、吸收剂、吸收盒、比色卡四个部分组成,利用甲醛易溶于水的特性,用吸收剂吸收空气中的甲醛,加入显色剂后,根据化学反应后的颜色,参照比色卡来判断空间中甲醛的浓度。这类产品专门用于检测室内、家具等特定空间内甲醛浓度,将其用于检测果蔬里的“含甲醛”,是用错了测量工具和测量方法,得出的结论显然是不科学的。

以任何方式在食品中添加甲醛都是违法的。不过,在生物体内,甲醛作为一种生长代谢的中间体是广泛存在的,食用菌、蔬菜、水果、肉制品、乳制品、水产品甚至人体内都会产生甲醛。一些果蔬等农产品在生产过程中会自然代谢产生微量甲醛,但这并非人为添加或环境污染所致,对人体没有危害。

每月“科学”流言榜由北京市科学技术协会、北京市网信办、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,得到中国科普作家协会科技记者与编辑专业委员会、中国晚报科学编辑记者学会、上海科技传播协会、北京市科学技术研究院科技情报研究所的支持。

中国科学家 测定月球年龄为20.3亿年?

流言:中国科学家分析研究了由“嫦娥五号”带回来的月球样品,并且最终精确测定出了月球的年龄为20.3亿年。

真相:科学界普遍认为,月球的实际年龄在40亿年以上,且接近45亿年。“月球年龄为20.3亿年”的说法是对近期月壤研究成果的误读。

首先月壤年龄和月球年龄不是一回事,本次研究精确测量的是月壤中的月球玄武岩。月球玄武岩是月幔部分熔融形成的岩浆经火山喷发至月球表面冷却结晶形成的岩石,并不能代表月球的真实年龄。中国研究者精确测量出月壤样本的年龄为“20.3亿年”,代表了迄今发现的最年轻月球火山活动时间,但并不是月球诞生至今的年龄。

■ 作家出版社

27

苏
华
著



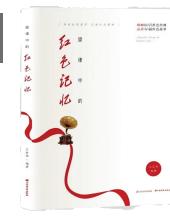
《大禹禹都》

可被抛弃——但正因为没有机会做这件事,于是决定把在这丰富的遗址上发现的东西全部带回。”李济在信的最后,还提前告诉毕士博,他准备给他一个惊喜,但不是现在:“我们在发掘期间度过了许多让人发颤的时刻,简直就是一个接着一个的惊喜,我相信我已经有了最重要的发现之一。

■ 山西经济出版社

92

王宏伟
编著



《旋律中的红色记忆》节选

时刻准备,
建立功勋,
要把敌人,
消灭干净,
为着理想勇敢前进,
我们是共产主义接班人。

这是写给中国少年先锋队的歌曲,是写给新中国全体少年儿童的歌曲。当这首进行曲在耳边唱响,笔者仿佛重又回

到青春萌动、热血沸腾的孩童时代。那时,以能成为一名少先队员而光荣,以能获得一块经过血与火考验的红领巾而自豪。红领巾是红旗的一角,是革命先烈用鲜血染成的,代表着革命先辈为了民族解放和人民自由幸福而浴血奋战的光辉历程。中国少先队是中国少年儿童的群团组织,是少年儿童学习共产主义的学校,是建设社会主义和共产主义的预备队。少年儿童是祖国的希望和未来,是早晨初升的太阳,是建设人类美好社会的担当者和主力军。

这首优秀少儿经典红歌,首先是少年儿童向社会表明自己的决心,要做共产主义事业接班人,并要继承革命先辈的光荣传统,沿着革命先辈指引的道路前进。接着,进一步动员全国少年儿童要爱祖国、爱人民,要刻苦学习、顽强奋斗,鼓励全国少年儿童不怕困难,时刻准备着消灭敌人,在革命路上为了理想勇敢前进。最后,歌曲再次昭告天下:我们是共产主义接班人。

在历史上,先后有过两首少先队队歌。1949年10月13日,中国少年先锋队的前身“中国少年儿童队”诞生,后改名为“中国少年先锋队”。1950年4月,“第一次全国少年儿童工作干部大会”公布了由著名文学家、史学家郭沫若作词,著名作曲家、演奏家马思聪作曲的《中国少年儿童队队歌》。歌词分三个层次,节奏铿锵有力,旋律优美动听。

文艺