

大家为什么反感高调示爱

在演出现场用笔悄悄在手心写“Marry me (我们结婚吧)？”的方式低调求婚，对方回复“Yes(好的)”后，当事人将照片发在网上，收获祝福无数。

对“高调示爱”的争议不仅存在于旁观人群之中，很多被表白的人也难以接受，“90后”女生周周还因此留下“心理阴影”。剧情很“狗血”，周周闺蜜喜欢的男生在人来人往的街上向周周表白，3个人相对而立，面面相觑。“虽然后来我和闺蜜关系依然不错，但我总觉得她还是心存芥蒂。”现在周周见到闺蜜的历任男友，都迅速绕道而走，从不说话。“高调表白让回应也被迫变得高调。”周周说，如果你不喜欢对方或中间存在纠葛，很难体面收场。

刘佳佳也曾受此困扰。大学时的某天，她接到一个男生的电话表白并让她去KTV，“那天他把全班同学都喊了过去，还买了蛋糕和鲜花”。在此之前，刘佳佳从没谈过恋爱，面对如此高调的表白，她吓得没敢赴约。“这和性格有关吧，不喜欢高调的人可能无法接受这种方式。”刘佳佳说。

激情、亲密和承诺是亲密关系的重要元素，而官宣是承诺的一个表现形式。武汉大学发展与教育心理研究所教师陈武说，对于有的人来说，官宣也

是一件私事，希望将二人的关系公布于仅限亲友的小范围之内。“这一方面出于一种自我保护，在网络或公共场合公开有可能让自己遭受陌生人的言语攻击。”他说，另一方面是由于亲密关系本身的不稳定性，“有的人可能会想，现在大范围秀恩爱，万一之后分了呢？”

对于“高调示爱”，陈武认为，有些人的反感只是出于妒忌，有些人则是觉得这种方式有些幼稚，毕竟现在秀恩爱，以后并不能一起走。此外，社会思潮的变化也是重要原因。“现在大家的个体化意识增强，越来越强调公众场合的规范性。”以演唱会为例，“很多人认为在公众场合就应该做适合公众场合的事，他们是来听歌的，求婚不符合买票的初衷，不应该占用公共资源。”

在今年由中国科学院心理研究所、社会科学文献出版社联合发布的我国第三本心理健康蓝皮书中公布的《2022年大学生心理健康状况调查报告》显示，有27.61%的大学生处于恋爱状态，有41.93%的大学生单身且不想脱单，有25.40%的大学生处于单身想脱单的状态，其余学生未报告。当脱单意愿较低的年轻人和“高调示爱”的人群相遇，两者的价值观不同，对于某一行为的看法可能存在差异。

“人在年轻时有一些冲动是正常的。”在陈武看来，“高调示爱”在年轻人

中更常见，随着年龄的增长，选择用这种方式的人越来越少，意识到公共场合的规范性和婚恋观念的变化是主要原因。“在年少时，很多人认为高调说出来，才能让别人看到我们的爱，但这不是真正的爱。”他说，爱是一种责任，是在日常相处中的细节。当你长大后，逐渐意识到相互包容、共同成长在亲密关系中的重要性，也许会认为“高调示爱”没有必要。

那么，面对喜欢的人，我们到底应该如何表白？“很多人表白追求的是一种仪式感。”陈武表示，如今在毕业典礼或演唱会等公开场合表白的方式已不再新鲜，这不是制造惊喜的必要条件。“大家可以选择一个具有两个人的共同记忆的场景，在此基础上设计表白，更有意义和惊喜感。”他说。

如果想要在公众场合表白，陈武认为，要遵循社会性和公共性的原则，满足公共场合应具备的一些基本道德规范。“陌生人没有义务也没有责任来见证你的表白，这种行为虽然可能收获赞赏和祝福，但也具有潜在的负面风险，例如听到反面的声音、造成一些不必要的骚动等。”他建议，求婚或表白可以提前和活动相关方打好招呼，方便工作人员作好准备，维护秩序，同时在心理上作好承受负面声音的准备。

据《中国青年报》



空气循环扇可以媲美空调吗

全国多地气温“狂飙”，让人们备受“烤”验，导致电风扇、空调等“清凉家电”销量飙升，其中就包括空气循环扇。有商家称，空气循环扇的风感更自然，甚至比空调性价比更高。

那么，空气循环扇与普通电风扇有何不同？空气循环扇是否可以媲美空调呢？带着这些问题，记者采访了相关专家。

与普通电风扇降温原理基本一致

出汗是人体散热的一种方式。出汗后如果遇刮风等空气流动现象，人们常常会感到凉爽，这是因为流动的空气加快了人体表面汗液的蒸发速度，而汗液蒸发的过程会带走人体热量。

与这个原理相同，空气循环扇也是通过增加空气流动、加快人体表面汗液蒸发的速度，进而提升人体的散热效率，让使用者感觉凉爽的。

“空气循环扇本质上就是电风扇，是一种可以增强室内空气流动的家用电器。”中国科学院力学研究所非线性力学国家重点实验室特别研究助理乔正对记者表示，“空气循环扇通过吸入空气并将其加速排出，让使用者附近的空气流动速度变快。当快速流动的空气经过使用者的皮肤时，就会帮助其汗液更快蒸发，进而加速散热。”

也许有人会问：明明没有出汗，为什么空气循环扇也能让人感到凉爽？

人类皮肤表面有200万到400万个汗腺，它们时刻都在分泌汗液，而人类的肉眼可能看不到它们。空气循环扇通过加快汗液蒸发速度，进而给使用者送去“清凉”。

然而，人们也常常有这样一种感觉：当天气过于潮湿闷热，再怎么吹风扇也不会感觉凉快。这是因为此时空气相对湿度较高，人体表面汗液的蒸发受到了阻碍。

“当空气相对湿度较高时，空气循环扇可能就不会让使用者感觉凉爽了。”乔正解释道，“空气相对湿度高，意味着空气吸收水分的能力下降。这就像一个已经装满水的杯子，如果再往里面倒水，水就会溢出。因此，如果空气中的湿度已经很高，它就无法再吸收更多来自人体

皮肤的水分了。”

乔正表示，空气循环扇与普通风扇在帮助人类降温的原理上虽然基本一致，但前者往往具有更大的电机功率、更大的风扇叶片、更大的摇头角度或者特殊的风道设计，这可以让空气循环扇在一个更大的区域内加快空气流动速度。“形象地说，空气循环扇就像一根搅拌棒，如果制备精良且正确使用，它就可以让房间内的空气更快地流动起来。”他补充道。

更适合需增强室内热交换的环境

那么，什么样的场景适合使用空气循环扇呢？

“空气循环扇的主要功能是增强室内空气循环，适合需要增强室内热交换的环境。”乔正表示，举例来说，如果家中只有一台空调，而人们希望将空调的冷气送到家中其他位置，那么空气循环扇可能是个不错的选择。

至于空气循环扇是否比空调更省电、更健康，也因场景而异。

在炎热的天气，当空气相对湿度较低时，如果达到同等降温效果，使用空气循环扇可能比空调更省电；但如果在极端高温且空气相对湿度较高的天气，使用空调降温往往更有效。

乔正补充说：“如果不定期清洁、更换滤网，空调可能会使室内空气变得更加干燥，且可能会吹出尘埃或细菌使人生病，但是空气循环扇却没有这样的问题。”

因此，空气循环扇和空调各有利弊，该如何选择，取决于消费者的具体需求和使用环境，不能一概而论。在某些情况下，将两者结合使用可能是较好的选择。

此前有媒体报道，根据2023年6月香港消费者委员会发布的最新测试结果，香港市面上逾六成半的空气循环扇样本安全测试不达标，不同样本之间的送风量最多相差超过五成，能源效率最多相差达67%。因此，是否购入该产品，消费者一定要合理评估自身使用需求、仔细鉴别相关产品。

据《科技日报》

暑期注意食品风险

目前处于暑假假期，“避暑游”“亲子游”“研学”等成为出行主流选择，旅游人流量增大、聚会活动增加，各类食源性疾病暴发的风险也随之增加，广东省疾病预防控制中心网站日前发布消息，提醒市民暑期要重点预防米酵菌酸中毒、误食有毒野果等风险。

预防米酵菌酸中毒

广东疾控专家提醒，要警惕凉皮、河粉、肠粉(卷粉)、粿条、米线(米粉)等淀粉制品，发酵玉米面、糍粑、吊浆粑等谷类发酵制品，变质木耳、银耳等，在高温潮湿天气下，受椰毒假单胞菌酵米面亚种污染，长时间室温存放产生米酵菌酸毒素，引起中毒。

在外就餐时：可以观察销售者的环境卫生。尽量选择湿米

粉、谷类发酵制品等食物存放在冰箱里冷藏，现煮现吃的店铺；购买湿米粉等产品时：重点看包装和标签，产品应该有完整独立的包装，标识生产日期和保质期。

购买湿米粉等产品后：尽快烹调，若不能马上烹调，要放置冰箱暂时冷藏。建议当天购买当天食用完，尽量不吃隔餐、隔夜饭菜。

预防误食有毒野果

暑期外出旅游，很多家长都会选择带孩子亲近大自然。这个季节也是各种果实成熟的季节，野果种类繁多，极易出现采摘误食野果导致食物中毒。广东疾控专家提醒，野外游玩不要随意采

摘食用果子，有毒的野果外形和口感与可食用的果子十分接近，就算是专家，如果不仔细辨认都可能认不出来。部分有毒的野果毒性较大，误食严重的可能危及生命。

食用小龙虾要适量

炎炎夏日，叫上几位好友，嗦上一盆小龙虾，是人间一件美事。作为宵夜里的“扛把子”，“虾”红是非多，既往曾出现因食用小龙虾而出现肌肉酸痛、四肢乏力、酱油色小便等横纹肌溶解综合征表现的病例。

广东疾控专家提醒，食用小龙虾要注意“不过季”“不过量”和“少吃头”。“不过季”是指小龙虾属于时令性食物，通常养殖小龙虾的上市季节在4—7月间。过季

吃到的小龙虾有可能是来路不明的野生小龙虾或者不新鲜的小龙虾，品质无法得到保证。

与此同时，对于尿酸较高、过敏人群，食用大量小龙虾会增加痛风、过敏的风险。

此外，小龙虾的头部容易吸附重金属、毒素及细菌等污染物，有调查显示，吃小龙虾的虾头会增加横纹肌溶解综合征的风险，广东疾控专家建议大家只吃小龙虾尾部的肉。据《中国新闻网》