

左撇子的智商更高 无菌蛋可放心生食

假的!

左撇子的智商更高？无菌蛋没有细菌，可放心生食？喝汽水能解酒？……对于这些网络流言，8月科学流言榜一一作了回应。每月科学流言榜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，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。

左撇子的智商更高？

流言：左右开弓能有效锻炼大脑，因此左撇子的人智商会更高。

真相：左撇子即左利手者，有人称他们的右脑被高度开发，而一般人则是只锻炼了左脑，因此左撇子更聪明。其实，惯用哪只手与智商无关，以智商为测试标的，左利手和右利手并没有显著差异。

“双手左右开弓训练，能提升大脑功能”被很多教育机构用来作为增强记忆力、提升思维能力的方法。但在日常生活里，不管是右撇子还是左撇子，大脑本就是双侧并行的。“只用一只手，会让另一半脑半球得不到锻炼”的说法是完全错误的。

眉毛越长寿命越长？

流言：许多高寿老人的眉毛都很长，这表明眉毛越长寿命越长。

真相：眉毛的长短是随着人的生长周期变化的，对于上了年纪的人来说，代谢变慢了，眉毛更新的速度也变慢了，所以就容易变长，但并不代表长寿。而且，毛发也受到基因遗传的影响，因人而异。另外，若是年纪轻轻就长了长眉毛，需注意这可能是疾病的外在表现，要及时检查，若是疾病所致应积极治疗，不可耽搁。因为年轻人的代谢速度没有老人那么慢，一般眉毛更新是比较快的。

金鱼喂多了会被撑死？

流言：投喂金鱼的时候不能往鱼缸里放太多食物，否则它们会一直吃，直到撑死为止。

真相：金鱼不是被撑死的，是被憋死的。金鱼的饲料主要是鱼虫、红线虫等活食和合成鱼食，但不论是哪一种，投喂量过大的时候都会有吃不完的饲料剩在鱼缸中。饱食后的金鱼因消化食物而使需氧量增加。剩在水中的食物会被微生物分解而变质，一方面腐坏的食物会产生各种有毒的代谢物，污染水体；另一方面微生物在分解过程中也会消耗水中的溶解氧。同时，如果投喂的是活食，食物本身也会增加耗氧量。

因此，在过量投喂鱼食后，鱼缸中的水就会出现水质变坏、溶氧量下降等问题。当水中溶氧量不足时，金鱼就会出现由于缺氧导致的身体机能障碍，从而导致金鱼的死亡。因此，金鱼并不是不知饥饱，养在鱼缸里的金鱼大多数都是因为水中溶解氧变少而憋死的。

所以，喂养金鱼时一定要注意少量多次，而且有鱼食剩下时要及时清理。当然，有时还要注意额外供氧，这样才会避免悲剧的发生。

双胞胎人脸识别技术上无法实现？

流言：按照如今的技术水平，人脸识别系统无法对面貌十分相似的人（如双胞胎）进行认证。

真相：理论上，识别面貌相似的人会增加识别难度，降低准确率，但并非无法做到。现实中那些长得十分相像的人，他们的父母或对熟悉的人仍然能分辨出来，说明这些面孔还是有区别的，人工智能肯定也可以识别出来——这需要加强对系统的训练，如采集大量的双胞胎人脸数据作为训练样本，让人工智能训练时专门把他们区分开，加大识别力度。

不过，AI的深度学习训练比较耗费能源，很多研发单位认为没必要为了少数人进行技术投资。大模型的神经网络层数和节点都非常多，每一次训练都会花费大量的成本。所以，识别面貌相似者并不是技术上做不到，只是基于降低成本等因素综合考虑，不如采用多重验证（如人脸识别+声纹）来解决这个问题。

喝汽水能解酒？

流言：人醉酒之后血液中的水分减少，而可乐等汽水可以快速稀释血液中的酒精，达到解酒的效果。

真相：酒后喝汽水不仅不能解酒，反而比单独喝酒更伤身体，因为碳酸饮料会加快胃肠道对酒精的吸收。碳酸饮料里的二氧化碳气体不仅会撑大胃的容积，还会加快酒精从胃进入小肠的速度（小肠对酒精的吸收能力比胃要强得多），加大肠胃的压力，诱发急性肠胃炎。本身有肠胃疾病的人，这样解酒还会让肠胃问题更加严重，甚至导致胃出血。

蚝油吃多了会致癌？

流言：蚝油中含有大量的谷氨酸钠，加热超过120℃时就会变成焦谷氨酸钠，吃多了会致癌。

真相：谷氨酸钠是味精的主要成分，可以提高食物的口感。谷氨酸钠是全球公认的安全的食品添加剂，目前没有一项研究发现谷氨酸钠含有毒性，所以说谷氨酸钠吃多了会致癌的说法是假的。此外，目前也没有任何证据表明焦谷氨酸钠有致癌性，它只是没有原本的香味了。

当然，过量添加谷氨酸钠也不合适。因为谷氨酸钠也是钠盐，过度摄入会引起血压的改变，婴幼儿过度摄入还可能引发缺锌，从而影响神经系统的发育。此外，蚝油里基本都添加有白砂糖，调味时使用过度也会增加糖的摄入量。

无菌蛋没有细菌可放心生食？

流言：市面上流行的无菌蛋，不含沙门氏菌、没有腥味、蛋黄更黄，可以放心生食。

真相：无菌蛋一般指经过巴氏杀菌以及严格加工处理过的鸡蛋，其内部细菌含量很少，但并非完全无菌，称其为少菌蛋更合适。

普通鸡蛋通过高温加热，其所含致病微生物都会被杀死，因此没必要过度追求无菌。特别是常见的食源性致病菌沙门氏菌，这种细菌有很强的耐低温性，可在冰箱存活3至4个月，而当环境温度达到100摄氏度时就会直接死亡。

商家宣称的无腥味、蛋黄更黄、富含更多营养成分，也并非无菌蛋的专属，鸡蛋是否有腥味主要与饲料及鸡的品种有关，蛋黄颜色则取决于饲料。

需要注意的是，水煮蛋中91%的蛋白质可被人体吸收，而生吃的话，这个数值约为55%。因为生鸡蛋含有一些蛋白酶抑制剂，会影响蛋白质的消化吸收。生食无菌蛋，不如熟吃普通蛋。

卖旧手机时恢复出厂设置就能保护隐私？

流言：卖旧手机之前把数据清空，再恢复出厂设置，就不会泄露个人隐私了。

真相：手机恢复出厂设置只是把系统文件简单还原、用户数据简单删除，手机内部存储芯片上的内容并未彻底删除，就如同我们在电脑上删除文件一样，通过一些软件是可以找回的。一般而言，进行删除数据操作，只是对这一部分数据所在区域的存储空间进行释放，实际上数据还在那里，除非后

面再有另外的数据存入（写入）这部分区域，这时原始的数据才会被覆盖。

因此，想要保障旧手机出售时的信息安全，在手机恢复出厂设置并重启后，需要通过多次拷贝视频、下载软件等方式，把原有手机存储内存占满，覆盖掉原有数据，然后再恢复出厂设置才可以。

给西瓜覆盖保鲜膜会滋生细菌？

流言：人们买了整个西瓜，一次吃不完，会覆盖上保鲜膜存放，但西瓜覆盖上保鲜膜反而会营造细菌生长的潮湿环境。

真相：西瓜切开后，用保鲜膜覆盖存放是正确的。切开的西瓜表面含有多少细菌，取决于刀具的清洁度、保存环境的卫生情况、保存温度、保存时间等多个因素，而食品保鲜膜本身并不会造成细菌的增加。

家庭常用的保鲜膜是PE膜，也就是聚乙烯塑料保鲜膜。这种高分子材料具有一定的透气性和透湿度，能调节所包裹食

物周围的氧气、二氧化碳和水分含量，起到给食品保鲜的作用。另外，给切开的西瓜表面覆盖上保鲜膜能很好地保持水分，并能阻隔环境中的灰尘和细菌，放在冰箱保存时还能防止串味儿和交叉污染。

然而，无论加保鲜膜还是冰箱冷藏，都无法阻止细菌生长繁殖，如果西瓜存放的时间过长，细菌照样会大量增长。

常吃护肝片可以增强肝功能？

流言：很多药物可能伤肝，而吃护肝保健品可以“补”肝，增强肝功能。

真相：护肝药物不能随便服用，使用不当甚至会对肝脏造成损伤。想要保护肝脏，最重要的还是要养成健康良好的生活习惯，千万不要把希望寄托在药物和保健品上。

市面上常见的护肝保健品，其中的有效成分一般为水飞蓟宾，这是从菊科药用植物水飞蓟（别称“奶蓟”）种子的种皮中提取获得的黄酮木脂素类化合物，能够对多种肝脏毒物引起的肝损伤发挥不同程度的保护和治疗作用，常用于各类有护肝作用的处方药中。那些以水飞蓟宾为主要成分的保健品，与同类处方药的区别可能仅仅在于水飞蓟宾的含量更低，价格却往往高出不少。

不过，这类药物一般只对已经出现损伤的肝脏有促进修复的作用，并不能预防肝病的发生，正常人在肝功能没有出现异常时服用的意义不大，甚至会因

此增加肝脏的代谢负担，导致药物性肝炎的发生。

另一种常见的护肝药其实就是临幊上常见的降酶药。众所周知，转氨酶升高是肝功能异常的常见指标，很多人会选择马上服用降酶药物，让血液中的转氨酶指标恢复到正常水平。

但是，降酶不能和护肝画上等号，这类药物只是通过抑制转氨酶的活性，让指标暂时恢复正常，并不是真的修复了肝损伤，如果不及时接受专业治疗，停药后，原本已经恢复正常转氨酶指标又会“死灰复燃”。

更糟糕的是，自行服用降酶药物，很可能导致病情变化无法被及时发现，影响医生的判断和治疗，进而造成更加严重的后果。

其实，护肝没有秘籍和捷径。在日常生活中，不喝酒，少吃油腻的食物，规律作息，少熬夜，拒绝滥用药物，减轻肝脏负担，就是对它最大的保护。