

高温洗衣,比低温洗得更干净?

流言:洗衣服时,高温比低温洗得更干净。

真相:这种说法以偏概全,存在误导。

高温确实能加速分子的热运动,有助于油脂类污垢的软化和溶解。然而,随着温度的继续升高,最后会起到反效果。

很多洗涤剂中都普遍添加了多种生物酶制剂,如蛋白酶、脂肪酶和淀粉酶。这些成分在去除人体汗渍、食物残渣等有机污垢时起着至关重要的作用。然而,生物酶对温度非常敏感。大多数家用洗涤酶的最佳活性区间在30至40℃之间。如果水温超过60℃,这些酶分子的空间结构会发生不可逆的改变,从而失去分解污垢的生物催化能力。因此,过高的温度反而会影响洗涤效果。

对于某些特定类型的污渍,高温甚至会产生负面影响。汗渍、血渍或奶渍等含有大量蛋白质,蛋白质在遇到高温时会发生变性并凝固。这种物理变化会使污渍与织物纤维结合得更加紧密,导致原本可以通过常温洗涤去除的污垢变成了难以清除的顽固斑点。

孩子太早戴眼镜不好?

流言:孩子近视后越早戴眼镜,度数涨得越快。

真相:民间流传的“眼镜越戴度数越深、戴了就摘不下来”的说法并无科学依据。相反,度数合适、验光准确的眼镜,是矫正屈光不正的重要辅助工具。孩子一旦出现近视、远视、散光等屈光不正问题,应及时到正规医疗机构进行全面检查,结合检查数据为孩子配置合适的眼镜。戴上眼镜后,孩子能清晰视物,自然会保持“一尺、一拳、一寸”的正确阅读姿势;若视物模糊,孩子可能会歪头、趴着看东西,反而导致度数快速加深,还可能影响学习成绩。

眼科专家强调,一般情况下,孩子确诊真性近视且度数超过100度,就需要佩戴眼镜。家长切勿因盲目担心而“藏着掖着”,这种掩耳盗铃的做法反而会耽误孩子的视力矫正。

出现高反吸氧会产生依赖?

流言:去高原游玩,出现高原反应时,吸氧会产生依赖。

真相:吸氧并不会产生依赖,如果出现了高原反应,应当及时吸氧治疗。

高原反应又称急性高山病,是因为高海拔地区的气压较低,氧气含量少,在这样的环境里人体血液中的氧气浓度会降低,可能引起头痛、头晕、恶心、失眠、气短等症状,严重的可能会昏迷。

如果出现了明显的高原反应,是有必要进行吸氧治疗的。吸氧能够快速提高血液中的氧气浓度,缓解高原反应症状。

氧气并不是一种成瘾性的药物,它只是一种短期的辅助手段,帮助人们适应高海拔地区的环境。在出现严重的高原反应之后如果不及时吸氧,可能会进一步导致高海拔肺水肿、脑水肿,造成更加严重的后果。

老年人粗粮吃得越多越好?

流言:老年人要避免“三高”问题,粗粮吃得越多越好,甚至可以完全用粗粮代替白米、白面。

真相:粗粮虽对健康有益,但过量食用也可能给消化系统带来负担,导致腹胀、消化不良等问题。正确的做法是:粗细搭配,合理比例。

老年人的胃肠功能比较弱,多吃粗粮就意味着过多的膳食纤维摄入。在膳食纤维中,不溶性膳食纤维会对胃黏膜产生机械性损害,而可溶性膳食纤维又有吸水膨胀的作用。多吃粗粮易引发老年人胃部不适,如腹痛、腹胀。

因此,老年人是不适合多吃粗粮的。老年人应坚持“粗细搭配”的原则,既能获得粗粮的营养益处,又能保证消化系统的健康运转。

老年人粗粮吃得越多越好
高速路上车速越快越省油

2月『科学』流言榜发布

播协会、北京市科学技术研究院科技情报研究所的支持。国科普作家协会科技记者与编辑专业委员会、上海科技传播编辑协会、北京地区网站联合辟谣平台共同发布,得到中会、北京市委网信办、首都互联网协会指导,北京科技记者题进行了解读。每月『科学』流言榜由北京市科学技术协近日,2月『科学』流言榜发布,对近期公众关注的问

脑机接口能读取思想和记忆?

流言:脑机接口技术能够直接读取人的思想和记忆,尽量不要采用。

真相:这种说法完全没有根据。当前脑机接口技术尚无法读取人类复杂的思想与记忆,其核心功能只是解析特定脑电信号指令。根据目前脑机接口的研究成果,其主要是通过捕捉运动皮层信号,辅助瘫痪患者完成机械臂操作等基础动作。但现有技术仅能识别经过刻意训练的简单意图信号,比如“点击鼠标”,无法解码自发产生的抽象思维,读取思想、记忆更是无从谈起。

而且技术层面也存在根本性瓶颈。因为人脑包含860亿个神经元,而目前的技术只能监测数以千计的神经元,远远无法构建完整思维图谱。此外,目前的脑机接口设备,只能单向接收大脑主动发出的信号,根本无法像访问电脑磁盘驱动器那样检索、下载大脑中的信息。

因此,说脑机接口技术能够直接读取人的思想和记忆,完全没有根据。

燃气泄漏时要打开抽油烟机排气?

流言:发生燃气泄漏时,打开抽油烟机,可以快速排出燃气。

真相:这其实是非常危险的错误操作,甚至可能引发致命爆炸。

燃气泄漏时,可燃气体在空气中快速扩散积聚,当浓度达到爆炸极限(天然气爆炸极限为5%至15%)时,仅需一根静电火花大小的点燃能量就可能引发爆燃事故。抽油烟机作为电器设备,启动时电机运转,开关触点闭合的瞬间极易产生电火花。

发生燃气泄漏,正确的处置方式应是:立即关闭燃气总阀门,切断气源;轻轻推开或拉开门窗,形成空气对流,让燃气自然排出,过程中避免猛烈撞击产生火花;迅速撤离至室外安全区域后,再拨打燃气公司抢修报警电话,等待专业人员上门处理。

务必要注意,严禁触动室内任何电器开关,包括抽油烟机、排风扇、灯等;严禁在泄漏现场拨打电话;严禁穿脱容易产生火花的化纤衣物。

高速公路上车速越快越省油?

流言:在高速公路上,应尽量高速行驶,因为车速越快越省油。

真相:事实上,汽车通常在一个特定的“经济时速”区间内最省油,而非速度越快越省油。

当车速过低时,发动机转速较低,处于低效工作区间,燃油燃烧不充分,单位距离的油耗反而较高。随着车速提升到某一范围,发动机进入相对高效的工作状态,此时燃油利用率更高,单位距离消耗的燃油也减少,此速度区间即被称为“经济时速”。

然而,当车速超过这一区间继续升高时,空气阻力会迅速增大,发动机需要输出大量额外动力来克服强劲的风阻,同时转速进一步攀升,导致油耗显著增加。因此,高速行驶往往比中等车速更费油。

此外,不同车型、排量和变速箱结构,其对应的“经济时速”也不完全一样。总体来说,保持平稳、中速的车速行驶,避免急加速和急刹车,才更有利于省油。

本报记者 杨质高