



2015 5月 流言榜

流言 1: 人工甜味剂阿斯巴甜会致癌

来源:最近有一则消息引发了中国消费者的担忧——2015年8月起,百事可乐旗下的健怡系列汽水将不再使用有致癌争议的代糖“阿斯巴甜”,改由三氯蔗糖、乙酰磺酸钾混合而成的代糖。这一改变仅限于美国,不涉及中国市场。

真相:人工甜味剂是否致癌是个老调重弹的问题。多个权威机构都曾为阿斯巴甜开过安全证书,包括FDA(美国食品药品监督管理局)、EFSA(欧盟食品安全局)、国际食品添加剂委员会等权威机构都认为,阿斯巴甜在推荐剂量内使用不会对健康造成危害,也没有发现对人体有危害或者致癌的案例。唯一需要强调的是,由于阿斯巴甜含有苯丙氨酸,有苯丙酮尿症的患者不能食用,还有一部分人有阿斯巴甜不耐症,会产生诸如呕吐、恶心等类似过敏症状。

流言 2:“嫁接西瓜”不能吃

来源:夏天来了,甘甜多汁的西瓜也来了。可是,“爆裂西瓜多用膨大剂”、“西瓜注射增甜剂”、“嫁接西瓜不能吃”等说法接二连三地亮相,让消费者们不知何去何从。

真相:膨大剂是植物生长调节剂中的一类,在中国、美国、欧盟、澳大利亚、韩国、日本等都有着广泛使用。正常使用对人体不会造成任何危害,但是不当使用(过量或是时期不对)会引起果实畸形。“打针西瓜”的



流言长盛不衰,但无论是对瓜苗还是果实进行注射,都是有问题的。依照植物学原理,只有在活体情况下才能吸收水分和营养,而一旦注入了甜蜜素和胭脂红后,少了植物的运输系统组织的帮助无法移动。而液体成功注射的概率很小,即使注射成功,瓜果也难以吸收,强行注入后会在微小组织内积累,破坏西瓜瓤组织。嫁接西瓜只是一门技术,利用的是植物间互补的性质以提高产量,对人体是无害的。它可以有效阻止枯萎病等问题的发作,杜绝减产甚至绝收等问题,使得西瓜能够连作,不仅我国广泛使用,日本的西

●人工甜味剂会致癌? ●防晒霜的SPF值不宜超过30? ●草莓农残超标可能致癌? ●饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒? ●观赏植物“滴水观音”有毒? ●水果酵素减肥排毒比水果还好?

“嫁接西瓜”吃不得?

瓜生产中嫁接育苗栽培占95%以上。

流言 3: 草莓农残超标可能致癌

来源:网传草莓种植过程中会使用乙草胺,而乙草胺被列为B2类致癌物,长期大量食用可能会致癌,并配发了相关的检测结果,这让广大消费者对草莓望而却步。

真相:乙草胺是一类苯胺类除草剂,在中国只允许在糙米、玉米、大豆、花生和油菜籽中检出,残留量限定也比美国的标准更低。正常情况下,种植草莓是用不到乙草胺的。虽然乙草胺对禾本科植物更加有效,但如果在种植草莓过程中使用大大剂量,会直接影响收成。而且,北京昌平区的草莓在8月底开始种植,10月中旬覆盖地膜,11月初开花,次年元旦前后结果,采收在5月底,生长期远远超出了乙草胺的残留期,消费者根本不可能购买到乙草胺残留量超标的草莓。而且,北京市食品药品监督管理局、昌平区农业局、昌平区农业服务中心也针对草莓市场进行了大规模检测,均未检出乙草胺。另外,从安全性上来讲,国际癌症研究机构和美国国家毒物学项目都没有将乙草胺列入可疑的致癌物清单中,消费者不必

流言 4: 防晒霜的SPF值不宜超过30

来源:为了防御日光紫外线的损害,多种防晒剂被开发出来,防晒霜也成为夏日必备。但是,市场上流传着这样一种说法——“SPF不能超过30,而且SPF越高反而越便宜,说明对皮肤不好。”

真相:SPF指的是在同样强度的太阳照射下,除了防晒霜后被晒伤的程度,出现最小红斑量和他所需要的强度比值。理论上说,防晒霜可以减少到达皮肤里的紫外线数目,SPF值越高,防晒效果越好。但不管防晒指数有多高,都无法阻挡100%的紫外线,而且阻挡功能和数字的倍数并不成正比。不管是哪一种防晒霜,都应该隔2到3小时

流言 5: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

至于担心。

流言 6: “滴水观音”汁液有毒

真相:冷热水兑着喝分两种情况,如果是兑凉开水(煮沸后的水),因为经过了高温灭菌的过程,大部分致病菌被杀死,所以对人体造成的影响较小;如果是兑生水,如自来水,就可能带进去一些微生物,或者是致病菌,水温又达不到灭菌效果,就有可能引起腹泻等肠道不适的症状。

在热水中兑入饮水机里的凉水,前提是饮水机的清洁和桶装水的质量都达标,如果清洁不到位,饮水机内部滤芯没有按要求更换的话,水经过滤芯也会带出很多细菌。如果桶装水质量不过关,或者饮水机上直接用过滤桶过滤自来水,那么冷热水交替喝,则可能会有害身体。

另外,“阴阳水”可以清肠毒、缓解便秘的说法并不正确。人们早晨起床产生的起立反

流言 7: 水果酵素减肥排毒比水果还好

来源:近几年,社会上掀起了一股“水果酵素热”。水果酵素被渲染成了一种能减肥排毒的养生食品,尤其是自制的水果酵素大为流行。

真相:“水果酵素”本质上就是一种自然发酵制品,成分组成和酸果汁或酒酿没有本质差异。从营养素摄入角度来说,食用水果酵素的效果还不如吃水果,因为水果酵素中缺乏纤维素。水果酵素的制作过程中还会带来一定的风险,比如发酵时间不足会产生较高含量的亚硝酸盐,操作不当会造成杂菌污染等对人体健康不利的因素。因此,并不推荐食用自制的所谓“水果酵素”。如果一定要自制,应将容器和食材清洗干净,操作时注意卫生,有条件的话可以投入一些商业化的菌种提供初始菌群,发酵时注意密封,从而降低杂菌污染风险。

流言 8: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:近日,有网友求助咨询能够解观赏植物滴水观音之毒的民间偏方,起因是“同学的父亲腿上皮肤瘙痒,抓伤后涂抹了滴水观音的汁液,没想到毒气攻心,竟然生命垂危,目前住进浙江省第二人民医院,治愈的希望仅有百分之三十。”

流言 9: 水果酵素减肥排毒比水果还好

真相:“水果酵素”本质上就是一种自然发酵制品,成分组成和酸果汁或酒酿没有本质差异。从营养素摄入角度来说,食用水果酵素的效果还不如吃水果,因为水果酵素中缺乏纤维素。水果酵素的制作过程中还会带来一定的风险,比如发酵时间不足会产生较高含量的亚硝酸盐,操作不当会造成杂菌污染等对人体健康不利的因素。因此,并不推荐食用自制的所谓“水果酵素”。如果一定要自制,应将容器和食材清洗干净,操作时注意卫生,有条件的话可以投入一些商业化的菌种提供初始菌群,发酵时注意密封,从而降低杂菌污染风险。

流言 10: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

至致癌。还有人认为,喝“阴阳水”可以清肠毒,起到保健作用。

真相:冷热水兑着喝分两种情况,如果是兑凉开水(煮沸后的水),因为经过了高温灭菌的过程,大部分致病菌被杀死,所以对人体造成的影响较小;如果是兑生水,如自来水,就可能带进去一些微生物,或者是致病菌,水温又达不到灭菌效果,就有可能引起腹泻等肠道不适的症状。

在热水中兑入饮水机里的凉水,前提是饮水机的清洁和桶装水的质量都达标,如果清洁不到位,饮水机内部滤芯没有按要求更换的话,水经过滤芯也会带出很多细菌。如果桶装水质量不过关,或者饮水机上直接用过滤桶过滤自来水,那么冷热水交替喝,则可能会有害身体。

另外,“阴阳水”可以清肠毒、缓解便秘的说法并不正确。人们早晨起床产生的起立反

流言 11: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:近日,有网友求助咨询能够解观赏植物滴水观音之毒的民间偏方,起因是“同学的父亲腿上皮肤瘙痒,抓伤后涂抹了滴水观音的汁液,没想到毒气攻心,竟然生命垂危,目前住进浙江省第二人民医院,治愈的希望仅有百分之三十。”

流言 12: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 13: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 14: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 15: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 16: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 17: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 18: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 19: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 20: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 21: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 22: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 23: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 24: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 25: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 26: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚



射,和早餐后产生的胃肠反射,都可促进结肠集团蠕动,产生排便反射。水进入人体后肠胃蠕动产生排便欲望,与“阴阳水”并无大关系。而且,水在人体起到运载营养素的作用,脏水对营养素的运载作用差,会影响身体健康,专家建议公众尽量做到安全饮水,尤其是胃肠免疫力低的人最好喝干净的饮用水。

流言 27: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 28: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 29: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 30: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 31: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 32: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 33: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 34: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 35: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 36: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 37: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 38: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 39: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

流言 40: 饮水机凉热水兑成的“阴阳水”能排毒

来源:最近,网上流行这么一种说法:饮水机开水与凉水兑后的水叫做“阴阳水”。有人认为,喝这种“阴阳水”可能致人中毒,甚

新理念颠覆传统施工法

□本报记者 毛浓曦

5月26日,陕西户县,中铁一局西咸客专项目户县东站路基工程施工现场。路基已高过麦田,司机陈文生正驾着压路机缓缓行进。他扫了一眼监视器,亮起的绿色显示他正在压第6~8遍,而压实度已达65。技术员董斌用手机打开一个专用网址,看到这样一行字:“段落四:层数 3/25,厚度 0.89/6.79,报警 0,异常 0。”他解释道,这表示正确压的是25层路基的第三层,厚度已达到0.89米,一切到位。

内行看门道,别小看了这些东西,它可是当今铁路施工最先进的技术之一——路基连续压实系统。铁路客专为了保证列车高速行驶,要求路基沉降必须小于10mm,这就需要连续压实系统。其实,该系统是种信息技

术,即依靠装在压碾旁的传感器,将施工状态同步传送到监视器和网络。“以前压路是凭经验”,陈文生说。“技术员、管理层,即使不在现场,也能实时监控施工状态,差一丝毫都有记录。”董斌说。

计划2017年投运的西安至成都铁路客运专线,设计时速250公里,预留时速350公里。中铁一局承担着从西安阿房宫至秦岭的29.3公里工程建设。从2013年2月进场以来,该局引入新理念新技术,使很多传统的铁路施工方法发生革命性改变。“比如不排放一方废水,不影响既有公路通行,工地工厂化,施工信息化、专业化等等,完全颠覆了传统的铁路施工方法。”项目部总工程师赵红刚说。

绿色环保理念的不断细化和新技术的应用,把对环境、交通的影响几乎降为零。在该

项目梁枋场,养护预制梁的水每天需100吨,但通过全循环,做到了不向环境排一方废水。在所有跨越公路的施工中,采用悬臂现浇、免底防护新方法,即使是西汉高速,车辆通行也不再像过去那样围挡、变道、限速。

传统印象中那种乱糟糟的工地场面在这里也绝迹了,取而代之的是工厂化生产、机械化和专业化施工。在枕枋场,高大的厂房里,整卷的钢筋从一个专门的机器进去,然后经过十几个工位,最后出来的是轨枕。在架梁工地,也绝对看不到人员、机械杂沓的场面,只有64个轮子的巨型架梁机抓起数百吨的预制梁,安静地往桥墩上放,有限的工人各司其职安装配件。

新理念和新技术的大量应用,不仅显著提高了功效、质量、安全,而且突出地减少了对自然、社会的影响。



我们爱环境

近日,重庆市永川区红旗小学通过黑板报、手抄报、绘画等形式,开展环保主题教育活动,进一步增强师生们的环保意识,教育学生以实际行动向污染宣战,激发广大师生参与环境保护的主动性和积极性。图为四年级的学生在展示自己画的环保画。 陈仕川 摄

生活小常识

请关注霉变指数

我国的主汛期是每年的5~9月,在这个时段,各地的降水普遍增多,空气湿度普遍增大,加之气温偏高,风速偏小,容易导致食品、药品发生霉变,直接危害人们的身体健康。因此,气象部门就根据易霉变的气象环境条件研制出霉变指数,提醒人们及时改善居室环境,科学地贮存食品、药品,从而确保食品、药品的安全。

当霉变指数为0时,一般食品、药品不易发生霉变;当霉变指数为1~7时,易发生轻度霉变,这时就要通风降温,以降低霉腐速度;当霉变指数为8~13时,易发生中度霉变,食品、药品要放置低温环境中贮存;当霉变指数为14~20时,易发生重度霉变,这时食品、药品宜放在密封环境中。

食品之所以发生霉变,是因为食品里的微生物在一定的温度湿度条件下会繁殖生长,其中就有引起霉变的霉菌。食品发生霉变不仅与环境湿度有关,而且与自身含水量也密切相关。据研究,不同物品发生霉变对温湿度条件要求不一。如当粮库温度在20℃至35℃,相对湿度≥85%时,粮食就容易发生霉变;烟草等商品,当气温达15℃,相对湿度≥85%时就会发生霉变。

当空气的相对湿度超过70%时,如果药品是裸露在空气中,通过逐渐吸收空气中的水分,致使含水量增高,药品就容易发霉变质。所以,西药一般都采取密封包装。比较起来,包装简单的中药因为直接与空气接触,如

果贮存不当,最容易霉变。所以,家庭药品存放地,以阴凉、干燥、闭光处较适宜。

我国气候复杂,同一时段霉变指数的分布,南北差异及海陆差异均很大。北京地区的霉变指数全年一般不会超过7,但福建、浙江沿海地区的五、六月,霉变指数一般都超过10。分析表明,我国江南5至9月有利于发生霉变的频率为34%,其温湿度条件易导致库房内大部分仓储物品霉变,其中六、七月间的梅雨时段,霉变指数会天天居高不下,食品、药品甚至普通物品都极易发生霉变。

当霉变指数超过10时,降低室内的温湿度,其实就是降低食品、药品霉变的可能性。降温降湿的方法,可归纳为“自然法”、“物质法”和“机器法”。

“自然法”,就是根据室外的温湿度差异,用自然通风或关闭门窗的方法,使得室内保持适宜的温湿度。“物质法”,就是在存放食品、药品的容器里面或周围,放置一些吸湿物质(如木炭、草纸、生石灰或一些食品干燥剂),直接降低食品、药品周围的湿度。“机器法”也很简单,主要是利用空调设施给室内降温降湿。(寿春)

龙卷风的威力

说起龙卷风,真正见过的人并不多。如果用科学的语言定义,龙卷风是一种强烈的小范围的空气涡旋,是在强烈不稳定天气条件下,由空气强烈对流运动产生的,通常是由雷暴云伸展至下垫面的漏斗状云产生的强烈旋风。

龙卷中心气压很低,中心风力可达100米/秒~200米/秒以上,同时还有巨大的轰鸣声,有人形容它像几十架喷气机低空掠过,震耳欲聋,给人一种恐惧感。龙卷风从生成到消失一般不到半小时,真正造成灾害的只不过几分钟,但是它的破坏性很大,所到之处造成的灾害都是毁灭性的。1995

年在美国俄克拉何马州阿得莫尔市发生的一场陆龙卷,诸如屋顶之类的重物都被吹出几十英里之远。

龙卷风以美国发生最多,每年有800~1100多次,着地而造成灾害的平均1000次。而我国每年发生龙卷风50~80次,不足美国的十分之一。由于龙卷风个体太小,旋风的直径不过几十米到100多米,活动时间又太短,对于目前各国的常规气象站网而言,它属于“漏网之鱼”,捕捉和观测到它的可能性很小。

近二三十年来,随着气象卫星和高性能多普勒雷达网的应用,人们才对龙卷风有了不少新的认识,也找到了一些龙卷风的时空分布规律;我国龙卷风的易发地是长江口三角洲、苏北、鲁西南、豫东等平原、

较普遍,千万不能开车和龙卷风比速度,也不能躲在汽车中,因为一般的小汽车根本没有抵抗龙卷风的能力,一旦汽车和人同时被龙卷风卷入,造成的危害将会更大。

当客轮或船只在水面上遇到龙卷风时,除了要像陆地一样与龙卷风方向垂直航行外,更有效的逃生手段是利用好船上的救生设备;如果瞬间翻船,要及时寻找到有“气穴”的空间,等待救援。跳进水中后,会游泳者或拥有救生设备者一定要保持镇定的心情和求生的信心。如果在江河湖泊中遇险,可尝试游(划)向岸边,若水速很急,可顺着水流游(漂)到下游岸边。如果事故船在海中遇险,看到救援船时,要挥动手臂或展示醒目物品,示意自己的位置。

最新科研动态

菌的食物是否会对人格和社交焦虑症产生积极影响展开研究。在研究中,700名本科生被问及他们食用泡菜、红茶菌、酸奶、发酵豆制品、腌菜和开菲尔酸奶等食物的情况。研究人员还对他们进行了五大性格特质和社交焦虑症评估。社交焦虑症通常表现为在社交场合感觉不自在、怕被别人评头论足等。研究报告将发表在《精神病学研究》月刊8月号上。

正如假设的那样,食用发酵食品与社交焦虑症的缓解有关。这种关联性在严重神经敏感患者中最明显,这意味着神经敏感者从发酵食品中受益最多。神经敏感是一种以焦虑、恐惧、喜怒无常、担忧、嫉妒、沮丧和孤独等负面情绪为特征的人格特质。

吃泡菜能缓解焦虑症

据新华社电 美国威廉·玛丽学院的心理学家最近发现,多吃发酵食品与神经敏感症和社交焦虑症缓解之间存在关联。据美国《赫芬顿邮报》网站报道,心理学助理教授、研究报告的作者之一马修·希利迈尔在一份声明中说:“发酵食品中的益生菌可能有利于改善肠道内环境,而肠道内环境的改善反过来又能对社交焦虑症产生影响。我认为,肠道内的微生物能影响人们的情绪是一件极为有趣的事情。”

益生菌是一种可促进消化吸收和肠道健康的活细菌,而且已被证明还能促进免疫和神经功能。

由于初步研究(主要是实验鼠研究)表明食用益生菌可以缓解焦虑症和抑郁症状,希利迈尔和同事决定对摄入富含益生菌的食物是否会对人格和社交焦虑症产生积极影响展开研究。在研究中,700名本科生被问及他们食用泡菜、红茶菌、酸奶、发酵豆制品、腌菜和开菲尔酸奶等食物的情况。研究人员还对他们进行了五大性格特质和社交焦虑症评估。社交焦虑症通常表现为在社交场合感觉不自在、怕被别人评头论足等。研究报告将发表在《精神病学研究》月刊8月号上。

正如假设的那样,食用发酵食品与社交焦虑症的缓解有关。这种关联性在严重神经敏感患者中最明显,这意味着神经敏感者从发酵食品中受益最多。神经敏感是一种以焦虑、恐惧、喜怒无常、担忧、嫉妒、沮丧和孤独等负面情绪为特征的人格特质。

“土壤修复”技术装备研发中心落户新乡

本报讯(记者余嘉熙)6月12日,由中国环保机械行业协会和中国机械工业环保产业发展中心联合授予的国家级“土壤固化与修复技术装备研发中心”在新乡市豫飞重工集团挂牌成立。

目前,国内生产的土壤固化修复装备基本空白,在土壤固化修复方面也不能够提供有效的技术指导,不能满足国内土壤固化修复市场的需要。而作为产粮大省,目前河南全省18个省辖市除濮阳外,均有污染物超标现象,土壤环境保护形势较为严峻。据介绍,豫飞重工集团“土壤固化与修复技术装备研发中心”成立后,将为修复污染土壤提供强有力的科研支撑,同时承担起监测检测、挖掘——移除——热处理——复原为主体的设备体系与修复药剂为主体的产品体系,达到“调查——检测——分析——修复”一体化工程建设的能力。

高寒动车组齿轮驱动技术获重大突破

本报讯 近日,由中国中车威墅堰所自主研发研制的CRH380B高寒动车组齿轮箱通过了30万公里运营考核,标志着我国高寒动车组齿轮驱动装置自主研发取得重大突破。

CRH380B高寒动车组由长春轨道客车股份有限公司研制,主要运行在哈大高速客专上,根据最近30年的气象记录,中国东北三省冬季极端最低温度达零下40℃,全年温差达到80℃,是中国最寒冷,也是温差最大的地区。低温对于高铁齿轮箱是一种严峻的考验,甚至会导致轴温升高、轴承失效等严重后果,造成行车安全隐患,此前高寒动车组齿轮箱技术一直被德国公司垄断。威墅堰所为应对恶劣的运营环境,对高寒动车组齿轮箱专门进行了设计优化和仿真分析,采用耐低温性能更加优良的齿轮和箱体材料,保证轴承在低温工况的可靠性。(张凯)

人工智能+大数据为高考志愿填报指路

本报讯 最近中国正值互联网创业浪潮,各种互联网创新应用层出不穷,iPIN.com就使用大数据和人工智能技术,将高考志愿填报的互联网+服务化提升到了新的高度,成为一些学子的人生导航仪。近日,iPIN.com在北京发布了《iPIN 2015年中国大学就业竞争力排行榜》,清华大学稳居榜首,北京大学其次,而榜单前十位的高校中,七所位于北京或上海。

据悉,由于利用大数据和信息技术去发现事情的真相,目前,iPIN已经成为国家自然科学基金委(NSFC)大数据重大项目技术支撑单位;同时,iPIN作为公益大数据项目,获得了广东省政府的支持与资助;此外,iPIN也与新浪达成战略合作,成为其就业大数据独家提供方。(颖文)

提炼安全“三字经”提升风险管控水平

本报讯 日前,呼和浩特铁路局集宁站把握安全重点,创新思维方式,深入排查C类事故隐患,精心提炼安全风险“三字经”,有效提升安全风险管控水平。

该站对照《事规》基本条目,围绕客车、道口、人身、防溜安全重点,逐项研判可能导致C类事故的安全隐患,逐条研究如何规避安全风险的防范措施,并分别在车间干部、班组长和作业职工三个层面广泛征求意见,最终确定了34项一般C类铁路交通事故安全隐患和卡控措施,并调动和激发干部职工的聪明才智,用简洁精准的语言对34项安全风险和控制措施进行高度提炼,浓缩编成“三字经”。车站还分工种制作“三字经”图示卡、flash动漫,在工作岗位揭挂明示。(王士超)

引进新技术打造施工标准化

本报讯 凡是到过中铁二十二局集团五公司铜玉项目部的人,都会对他们的隧道施工标准化赞不绝口。而漂亮的隧道不是后期装修出来的,是靠引进新型铰接式衬砌台车这项新技术创造出来的。

在施工过程中,该项目部认为隧道工程二衬的混凝土施工质量是保证隧道安全及美观的关键因素,传统的衬砌台车已满足不了现有需求,因此引进国外先进技术并进行优化。引进的新型铰接式衬砌台车与传统台车相比,利用三角支撑断面富余量大,半径可根据断面大小进行调整,对于铁路双线隧道基本可以通用,在受力最大的地方注浆孔处设置液压式支撑点,可保证台车不变形。并且,台车安装后完全靠自身结构就可以抵消混凝土产生的外力,规避了在混凝土浇筑过程中易爆裂的问题,使混凝土外观质量有了新提高。(刘波)



山东文登市商山镇为延长产业链条,解决农产品销售难问题,积极出台鼓励扶持政策,重点发展电商产业。为解决物流配送问题,由镇政府牵头引进三家知名物流企业入驻创业园提供配送服务。受益于这一政策,该镇90后青年农民冯海波自筹资金在网上销售渔具,现已实现年销售额近3000万元。图为冯海波(