

# 11月,这些谣言 又刷了一波存在感

11月立冬,天气逐渐变冷,真正的冬天来了。每到这个时候,一些与冬天有关的老梗又会沉渣泛起。其实,每到冬天,这些谣言都会被炒一波,这次我们就把它们一网打尽。

□ 据《科技日报》

## 谣言一 穿秋裤会丧失抗寒基因

“有一种思念叫望穿秋水,有一种寒冷叫忘穿秋裤。”随着天气日渐寒冷,很多不扛冻的人早早把秋裤穿了起来。但网上也有流言说,穿秋裤可以令人丧失抗寒基因,腿部肌肉和运动神经会退化。这又让很多穿上秋裤的人默默的把秋裤脱了下来。事实真的是这样的吗?

湖北省中医院老年病科学科主任医师谭子虎说,不同地域的人耐寒能力本就不同,长年生活在寒冷的北方,其耐寒能力远远高于生活在热带地区的人群。而且,耐寒能力

可以通过锻炼提高,如游冬泳的人,会比一般人更耐寒,体质也更好。此外,腿部抗寒能力还与腿部皮肤感知温度的能力有关。简单地说,每个人的皮肤对冷热的敏感程度不同,皮肤对冷不敏感的人抗寒能力也相对较强。

因此,为了保住所谓的抗寒基因,冷也不穿秋裤的行为是不明智的。如果在寒冷的季节里不注意腿部保暖,尤其是人过中年,产热能力降低,若不及时穿上秋裤,经年累月就会造成腰腿痛、坐骨神经痛、膝关节痛等。

## 谣言二 冬天骨头会变脆

这些年,各地医院门诊显示,一到冬天,骨折尤其是中老年人骨折患者就会增加。因此网络上流传起这样的谣言:人的骨骼矿物质密度在冬季呈减低的季节性变化,部分骨头会变得极其脆弱,也就是常说的“一到冬天骨头就变脆”。

对此,中国中医科学院主任医师樊新荣认为,天冷时出门少加上运动少,受太阳光照射时间短,这确实会影响钙、磷的正常吸收和骨化作用,导致体内钙质流失较大,但不一定会导致人体

的骨骼在冬天变脆。

“这种说法属于偷换概念。”谭子虎说,冬天因为晒太阳少导致人体骨骼出现的钙流失等问题,完全可以通过春、夏、秋3个季节弥补回来。骨头变脆是一个长时间渐变的过程。冬天骨折多可能与冬季地面变得坚硬,且与人们衣服穿得比较厚、行动笨拙,在冰雪天容易滑倒有关,中老年人尤其如此。因而,冬天比其他季节更容易让人滑倒和骨折,但不能因此就说冬天骨头会变脆。

## 谣言三 电热毯有辐射会致癌

天气越来越冷了,出门在外靠秋裤,晚上睡觉就只能靠电热毯了。但是,关于电热毯“有辐射会致癌”的说法,却在朋友圈里广泛流传。

“现在的科学实验还没有证据证明电热毯辐射与癌症具有相关性。”樊新荣说,生活中,任何电器只要插上电就有电磁辐射,大到空调、电视机、电脑、加湿器,小到吹风机、手机、充电器,甚至接线板都会产生电磁辐射。虽然辐

射无处不在,但是并非所有的电磁辐射都会对人体产生危害。普通家用电器的电磁辐射都在300赫兹以下,属于极低频的非电离辐射,并不会损伤DNA和细胞,更不要说致癌。

尽管如此,樊新荣建议,电热毯辐射虽不至致癌,但孕妇、老人、婴幼儿等群体要慎用。另外过敏性体质人群使用电热毯可能会引发皮炎、呼吸道疾病,所以也要谨慎使用。

## 谣言四 冷空气会让你生病

“天气这么冷,很容易生病呀。”在冬天,这句话常被大家挂在口头上,那么冷空气真的会让我们生病吗?

就此问题,樊新荣介绍,有些人认为,少接触冷空气就可以少着凉、少感冒,从而减少患病。其实不然,人是恒温动物,体内有一套完善的体温调节系统。冷空气从鼻腔吸入气管、支气管和肺叶以及和皮肤表面接触以后,可使这些部位的黏膜、表皮发生一系列变化,引起血管收缩、皮肤发白,并刺激全身神经、内分泌、体液、免疫等系统做出相应的调节反应。

人体多次反复接触冷空气后,这种调节反应的灵敏度可以得到提高,反应速度可加快,以此起到保护机体免受寒冷损伤,预防疾病的作用。另外,人在安静状态下每小时呼出的二氧化碳有20多升,冬季若不勤开窗接受些许冷空气,人体就会出现头晕、疲劳、恶心等症状,严重危害健康。

“但是冬季室内室外温差大,老年人群血管舒张收缩功能、身体适应能力下降,骤然接触冷空气容易引发心脑血管疾病,因此老年人群更应注意保暖,避免过冷过热刺激。”谭子虎提醒说。

## 携程亲子园虐童案一审宣判 8名被告人被判刑

上海市长宁区人民法院27日依法对携程亲子园虐童案一审公开宣判,郑燕等8名被告人被判刑,并被禁止在一定期限内从事看护工作。

法院经审理查明,被告人郑燕负责携程亲子园的日常管理,被告人梁硕、吴微、廖红霞、唐颖、周高兰、沈春霞、嵇兰为携程亲子园工作人员。2017年8月间,被告人梁硕、唐颖购买芥末,后与被告人吴微、廖红霞、周高兰、沈春霞、嵇兰等人在分别看护云朵班、彩虹班幼儿过程中,采取用芥末涂抹幼儿口部、手部或让幼儿闻嗅、持芥末恐吓方式对数名幼儿进行虐待,期间有对幼儿拉扯、推搡、拍打或喷液体等行为。2017年8月底至案发,被告人郑燕在日常工作中明知云朵班、彩虹班存在对幼儿使用芥末进行管教的情况并未制止,反而在日常管理中要求其他被告人对幼儿“做规矩”时注意回避监控等。2017年11月上旬,幼儿家长查看视频后案发。被告人唐颖、周高兰、沈春霞、郑燕、吴微、梁硕先后被公安人员抓获;被告人嵇兰、廖红霞主动投案。

上海市长宁区人民法院认为,幼儿是一个需要特殊保护和照料群体,被告人

梁硕、吴微、廖红霞、唐颖、周高兰、沈春霞、嵇兰作为携程亲子园工作人员,理应为幼儿的人身安全、健康成长尽到看护职责,却违背职业道德和看护职责要求,多次对幼儿采取用芥末涂抹、恐吓等方式进行虐待,情节恶劣;被告人郑燕作为携程亲子园负责的管理人,放任其他被告人多次虐待幼儿,各被告人的行为均构成虐待被看护人罪,依法应予惩处。被告人嵇兰、廖红霞系自首;被告人郑燕、梁硕、吴微、唐颖、周高兰、沈春霞如实供述罪行,认罪悔罪,可从轻处罚。根据各被告人犯罪情况,应适用从业禁止或禁止令。

依照《中华人民共和国刑法》相关规定,法院作出一审判决,以虐待被看护人罪分别判处被告人郑燕有期徒刑一年六个月;被告人梁硕、唐颖有期徒刑一年二个月;被告人吴微、廖红霞、周高兰、沈春霞、嵇兰有期徒刑一年二个月至一年,缓刑一年六个月至一年不等刑罚。禁止被告人郑燕、梁硕、唐颖自刑罚执行完毕之日或者假释之日起五年内从事看护工作。禁止被告人吴微、廖红霞、周高兰、沈春霞、嵇兰在缓刑考验期内从事看护工作。 □ 据新华社

时代楷模  
李保国  
我的事业才算成功  
父老乡亲都富起来

富强

市场星报公益广告

李保国生前是河北农业大学教授、博士生导师。他长期奋战在扶贫攻坚和科技创新第一线,把毕生精力投入到山区生态建设和农村脱贫致富的事业中,让140万亩荒山披绿,带领10万农民脱贫致富,深得山区人民的感戴。

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 | 自由 平等 公正 法治 | 爱国 敬业 诚信 友善

中宣部宣教局 宣

市场星报 中国最具原创力都市报

### 彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告 第18324期中奖号码:034	中国福利彩票“双色球”开奖公告 第2018139期中奖号码: 红色球号码:11、18、20、23、31、32 蓝色球号码:15
全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告 第18324期中奖号码:03417	中国福利彩票15选5玩法开奖公告 第2018324期 中奖号码:03、08、09、12、13 中国福利彩票3D玩法 第2018324期 中奖号码:319
全国联网电脑体育彩票“七星彩” 第18139期开奖公告 本期开奖结果:7335278	