

# 2022年度十大科学辟谣榜发布

## 吃素就不会得脂肪肝、O型血更招蚊子等入选

“典赞·2022科普中国”揭晓盛典特别节目3月26日播出,现场揭晓2022年度十大科普人物、十大科普作品、十大科普事件和十大科学辟谣榜。其中,吃素就不会得脂肪肝、O型血更招蚊子等10条流传甚广的谣言,入选备受关注的年度十大科学辟谣榜。

**谣言1——吃素就不会得脂肪肝。**长期吃素、营养不良、过度减肥的人,也可能得脂肪肝。脂肪的代谢需要载脂蛋白作为“交通工具”。当蛋白质摄入不足时,体内没有足够的载脂蛋白,肝脏无法向外运输多余的脂肪,这些脂肪堆积在肝脏导致脂肪肝。

**谣言2——孩子生病后打针比吃药“好得快”。**口服药物多数会经过肝脏的首关消除作用,起效相对比较平缓,耐药性和不良反应的风险会降低。而注射药物直接进入人体,不良反应风险增加。通常在不适合口服给药的情况下,才会选择注射方式给药。

**谣言3——吃了橘子后做抗原或核酸检测会阳性。**吃橘子难以影响检测结果。抗原检测时如操作正确,取样部位是鼻腔黏膜,此处也不会接触到食物。而新冠病毒核酸检测通过扩增新冠病毒的核酸来判定结果,该过程中要经过洗脱、纯化,杂质对检测结果的影响微乎其微。

**谣言4——土豆发芽,把芽削掉就可以吃。**龙葵素有毒,土豆发芽后,其龙葵素含量会大大提高,一次摄入200mg龙葵素,即相当于约30g已经变青或者发芽的土豆,就可以使人中毒,严重还会致命。发芽严重的或无法判断发芽程度的土豆,坚决不要食用。

**谣言5——O型血更招蚊子。**蚊子通过触角来识别人体散发出的气味,通过气味来选择叮咬对象。而人的气味主要由

基因决定,这种差异跟血型并无关系。招蚊子的人一般可以采用物理防护和化学驱蚊的办法。

**谣言6——蜂蜜、大蒜能治疗幽门螺杆菌感染。**网传“杀菌神器”如蜂蜜、大蒜等,并不能治疗幽门螺杆菌感染。虽然细菌在蜂蜜中会因失水而凋亡,但蜂蜜进入胃部会被稀释,无法达到杀菌效果。大蒜所含的大蒜素虽能抑制细菌生长,但进入人体后会分解,也难以发挥杀菌抑菌功效。

**谣言7——感染新冠后要综合用药,这样好得快。**这种做法可能带来生命危险。每种药物都有严格的用法用量,擅自服用多种药物,很容易造成重复用药、过量用药,危害人体健康。居家治疗的患者,建议按照卫健委居家治疗指南用药,不要自行联合用药。

**谣言8——近视可以通过手术治愈。**近视不可逆。近视的原因是眼轴变长。现阶段,包括手术、戴眼镜在内的任何手段,只能矫正视力,而不能使眼轴变短恢复原状,也不能预防高度近视带来的并发症。因此,近视预防更重要。

**谣言9——可以靠只吃水果来减肥。**只吃水果难以减肥且不健康。要想维持健康,需要蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素、矿物质等多种营养素。长期只吃水果会导致身体营养不良,而且部分水果含糖量较高,过量食用体重甚至会增长。

**谣言10——家附近有变电站很危险,需要搬家。**中国变电站的交流电频率为50Hz,在电磁辐射领域属于极低频率,辐射范围非常小,居民无需担心。同时,变电站有一定的覆盖区域即供电半径,超过供电半径,就无法保证有效供电,因此城市变电站也无法随意远离居民区。

(据中新社电)

## 预计今春沙尘过程偏多 沙尘天气是否呈现变多趋势?

近日,今年以来强度最强、影响范围最广的沙尘天气侵袭多地,波及20个省(区、市),影响面积超过485万平方公里。本次过程强度达到强沙尘暴等级,为2000年以来3月第三强。据气象部门预计,4月至5月我国北方地区沙尘过程次数较近10年同期偏多,沙尘强度总体与近10年持平。

今年3月以来,我国已经出现4次沙尘天气过程,比常年同期偏多。为何近期沙尘天气如此频繁?

据介绍,沙尘天气的形成需满足3个主要条件:持久强劲的大风、沙尘源和低层大气不稳定。中央气象台环境气象室主任张碧辉表示,3月是沙尘天气高发期。今年3月以来蒙古国和我国北方地区降水偏少、气温偏高、多大风天气,加之植被尚未返青,配合裸露的沙源地地表条件,易出现大范围沙尘天气。

近年来,我国沙区生态环境得到明显改善,为什么还会出现严重的沙尘天气?国家气候中心气候预测室研究员丁婷分析说,我国北方植被增加总体上有利于侵袭我国的沙尘天气次数逐步减少,但蒙古国南部的戈壁沙漠也是影响我国沙尘的重要源地,2022年植被生长季蒙古国降水较近20年同期偏少,沙源地植被覆盖较差。

“此外,今年沙尘天气频发主要和近期大气环流异常有关。”丁婷说,今年春季前期气温明显回暖,尤其是3月初出现了一次极为罕见的回温天气,导致前期冻土层沙土快速融化。3月至4月本就是北方大风高发季节,在一定的上风条件下,造成沙源地的沙尘多次输送至我国。

张碧辉说,预计4月至5月,蒙古国南部至我国内蒙古中西部沙源地降水偏少,气温较常年同期偏高,且有蒙古气旋阶段性南下影响,利于形成沙尘天气。预计3月31日至4月2日,受新一轮冷空气影响,我国西北地区、华北地区、东北地区等地自西向东将有一次沙尘天气过程。

沙尘天气频繁来袭,不少公众疑问:我国沙尘天气将来是否会越来越多?

“从统计结果看,2018年至2022年期间,我国北方平均沙尘总次数和沙尘暴次数都多于2013年至2017年平均数,但这并不能认为沙尘暴出现了明显变多的趋势。”丁婷说,从更长时间尺度来看,21世纪前10年,沙尘总次数和沙尘暴次数均明显多于近10年,这表明现阶段我国仍处在沙尘影响减少的大背景下。此外,沙尘天气频次还受到中高纬度大气环流直接影响,因此会呈现出一定的年际变化特征,例如2017年和2022年春季沙尘暴次数均仅有一次。

专家表示,我国及周边有沙源地的国家,在气候变暖背景下,尤其是叠加春季前期气温偏高,非常有利于沙源地沙土变得疏松,从起沙条件来说,增加了沙尘天气发生的可能性。

国家林草局日前表示,近年来,我国荒漠化、沙化土地面积持续缩减,防沙治沙工作取得了较好成效。但我国仍有257.37万平方公里荒漠化土地和168.78万平方公里沙化土地,特别是大面积的沙漠和戈壁始终是巨大且永久性的沙尘源,防沙治沙将是一项长期而艰巨的重要任务。

气象专家建议,加大科技攻关和部门合作,加强对沙尘起源、沙尘输送动力等机理研究和沙尘天气数值模式预报技术的研究,提升预报预警服务水平;同时,进一步加强沙源地生态治理、沙尘天气监测预报预警评估和沙尘灾害应急处置之间的联动,为防灾减灾和科学精准治沙提供支撑。

(新华社北京3月26日电)



## 中国代表团斩获6金

3月25日,在法国梅斯举行的第十届国际残疾人职业技能竞赛中,中国选手田亮参加烹饪比赛。第十届国际残疾人职业技能竞赛于当地时间25日晚在法国梅斯落幕,来自中国代表团的29名选手参加了9个类别20个项目的竞赛,获得6金7银7铜的成绩。

新华社发