

具迷惑性的流言盘点

别让“科学”流言“重复昨天的故事”

2024年,各种离谱的健康流言在网络上广泛传播,流言总是“似曾相识”,这些所谓“科学道理”,其实都并无依据。这些谣言不仅影响了社会心理和舆论,还对公众的认知造成了严重误导。进入新的一年,晚报君为您盘点了近期流传的五大离谱谣言。

多吃胡萝卜能治疗近视?

近视是眼球屈光问题导致的视力障碍,与遗传因素、用眼习惯以及环境因素有关。维生素A对维持弱光下的视力以及改善夜盲症有一定帮助,但它并不能改变人体眼球的结构,所以也无法治疗近视。对于已经患上近视的人,需要通过科学的方式(如佩戴眼镜或手术)来矫正视力,而不是单纯依赖食物。(来源:科学辟谣)

老年人喝果汁更好吸收?

并非如此。首先,水果在榨汁过程中,大量的膳食纤维会被丢失。此外,由于“喝果汁”没有咀嚼过程,很容易不知不觉喝下大量糖分,而且果汁的糖分吸收比水果快,很容易导致老年人血糖波动,增加糖尿病、肥胖等风险。另一方面,水果中的维生素、矿物质和抗氧化物质在榨汁后仍然保留,但直接食用水果可以更全面地摄取。水果还需要咀嚼,这对老年人的牙齿和口腔健康有好处。(来源: @中国新闻网)

护腰坐垫可以“久坐不累”?

长时间久坐很容易引起不良坐姿,导致压力不均匀地施加在椎间盘上,长期维持同一不良坐姿,可能引发腰椎间盘突出、脊柱侧弯、腰肌劳损等。研究认为,人体保持静态坐姿的时长持续超过30分钟,就将引发身体不适。而造成脊柱问题的罪魁祸首正是久坐,保护脊柱最好的措施就是不要久坐。“久坐不累”本身是个伪概念,坐垫只是辅助工具,无法解决久坐引起的脊柱问题。(来源:科学辟谣)



图片来源网络

用狗尾草可以点痣?

关于“狗尾草点痣”的说法在民间流传已久。有些人认为狗尾草的汁液具有腐蚀性,能够祛除皮肤上的痣,还有些人利用狗尾草的尖端戳破皮肤、破坏痣组织。但实际上这种做法毫无科学依据,狗尾草的成分并没有任何已知的药理作用能够安全、有效地祛除色素痣。即便某些成分可能对皮肤有刺激作用,从而在表象上产生了“祛痣”的效果,但使用这些未经科学验证的“偏方”,往往会导致皮肤损伤、感染,甚至可能掩盖恶性皮肤病变的早期症状从而延误治疗。(来源:科学辟谣)

化疗药物会传染给身边人?

这种说法完全立不住脚。化疗药物在患者体内代谢后主要通过尿液、粪便、汗液等体液排出,但这些代谢产物对健康人的影响微乎其微,除了密切照护者在处理病人排泄物时建议做必要的防护(比如洗手,戴口罩手套,不共用餐具等,其实这也是基本的个人卫生要求),正常一般性日常接触正在化疗的病人,不会对健康人带来身体上的伤害。(来源:中国互联网联合辟谣平台)

河北等29省份上线运行
医保定点药店比价小程序

2024年7月份以来,北京、天津、河北等29个省(自治区、直辖市)以及新疆生产建设兵团已陆续推出定点药店比价小程序,可实现药品价格在手机上一键查询、实时比对和位置导航等。群众可通过当地医保局App和小程序等途径获取药品比价。同时,部分省份定点药店比价程序还提供了库存信息展示、异常价格提醒、价格趋势分析等相关功能。

@河北日报

冒充“网信办”的诈骗电话
又来了!勿听勿信!

近日,有不法分子冒充北京网信办工作人员,在主动告知姓名或工号后,声称“有人在广东用当事人的身份证办理了电话卡,并在网络上发布大量投资理财等诈骗信息,要求举报人提供个人信息,配合所谓的公安部门做好相关工作,否则将停用举报人名下所有电话号码”。这类诈骗与冒充公检法诈骗的手段如出一辙,多地均有出现,套路类似。 @北京网络举报

讲诚信代代相传!

“拉钩上吊一百年不许变”

大手拉小手让诚信传承下去

中宣部宣教局 中国文明网