



谣言粉碎机

【谣言文章】:延迟退休时间表,请各位对号入座
【辟谣观点】:(来自“四川日报”)

1.网传“延迟退休年龄表”,老谣言了!网传表格早在2015年就已通过网络传播,人社部曾进行辟谣,相关信息也被收录在“百度百科”词条内。
2.在2月26日新闻发布会上,人社部

副部长游钧明确,对于渐进式延迟退休政策,将广泛听取各方面意见,充分吸收社会各界意见建议,凝聚社会共识,取得最大公约数,确保方案科学可行,平稳实施。因此不可能在现在就确定和公布方案。

【谣言文章】:年赚十亿的不粘锅,(特氟龙涂层锅)毒害国人60年!你也在用。
【辟谣观点】:(来自“阮光锋 腾讯医典”)

这是个老谣言了。特氟龙(聚四氟乙烯),它是一种十分优秀的惰性材料。符合国家标准特氟龙涂层在正确使用的前提下是安全的。特氟龙的熔点约为327℃,短时间内可耐300℃的高温,而在260℃以下能长期使用。一般我们在烹饪中的温度达不到

这个程度,爆炒的油温大概也才到190-240℃,这已经是七八成热的油温了。注意不直接空锅干烧就好。美国环境保护局(EPA)和美国癌症学会(ACS)也都认为,人在接触到的特氟龙和同类氟聚合物产品本身都不需要担心。

【谣言文章】:吃完苹果千万不能碰“它”(胡萝卜、牛奶),否则病痛找上门!
【辟谣观点】:(来自“济宁市全媒体辟谣平台”)

网传苹果不能与胡萝卜、牛奶等一起吃?不可信!这些说法的根源是食物相克理论,认为食物之间存在相生相克。轻则身体不适,重则致命,老百姓对此深信不疑。其实,食物相克本身就是伪科学。早在80年前,我国著名营养学家郑集教授就用实验证明了所谓

的食物相克其实由食物不洁或过敏引发的身体不适,归结为相克都是错的。根本就没有不能一起吃的食物,最多也就是因为可能会影响营养素的吸收而不适宜在一起吃,致命的说法更是无稽之谈。所以,苹果与某些食物相克,确是谣言无疑。

【谣言文章】:天然降压药来了,而且超级便宜,只需要一味药泡茶喝,没有副作用,还是食物哦!(文中讲的是玉米须)
【辟谣观点】:(来自“全民较真—腾讯新闻”)

1.首先任何特定的食物都没有降压的功效,控制血压还是得靠降压药,某一种物质如果达到治疗效果,除了其中含有治疗成分外,还需要足够的剂量,临床中使用的药物就是有足够剂量的“精华”,此外,高血压患者要注意平时限盐,多吃新鲜蔬菜和水果,膳食均衡、适量运动。
2.所谓的玉米须其实是玉米的花粉管,作为植物繁殖器官的一部分,玉

米须确实含有复杂的化学成分,比如黄酮类物质、氨基酸、矿物质以及部分氨基酸。但是这些物质就目前来看,很难直接作用于人体的代谢系统。在人类身上是否有效,还是个未知数。就别说,仅有的几个动物实验本身,都存在样本量过少、没有后续重复实验等诸多问题了。简单来说就是,玉米须煮水的降三高功效,目前为止仍缺乏确切的证据。

三星堆「上新」后的几个问答

聚焦

目前,四川省文物考古研究院联合北京大学对三星堆6个坑的73份炭屑样品使用碳14年代测定方法进行了分析,对年代分布区间进行了初步判定:三星堆4号坑年代最有可能是在公元前1199年至公元前1017年,也就是距今约3200年至3000年,年代区间属于商代晚期。

中国考古学会理事长、中国社会科学院学部委员王巍,解答三星堆“上新”后,大家关注的一系列问题。

1.繁盛一时的三星堆文明为何突然消失?
三星堆遗址出土的许多器物,显示其文明程度相当高,但它为什么仿佛突然消失了?王巍表示,未在遗址发现大规模洪水痕迹,推测不是由洪水导致。“这是最大的谜。个人认为,三星堆繁盛一个时期后,政治中心转移到了成都的金沙。最新考古测年发现,两者之间年代是紧密衔接的。”

2.为何三星堆两次发掘间隔长达34年?
1986年三星堆1、2号坑亮相,为何两次发掘间隔长达34年?王巍表示,因为1号坑、2号坑发现之后,马上就建了一个做展示和保护的平台,把另外几个坑压在下面了。2019年,四川又全面对这个区域进行勘探,才发现3到6号坑。这34年并不是没有工作,尤其是在进入新世纪以来,四川省考古院一直对三星堆遗址展开工作,比如发现大型城址、高等级建筑等。

3.三星堆为什么出土那么多象牙?
王巍表示,这代表象牙对于三星堆古蜀文明有特别意义,无论是三星堆遗址还是金沙遗址,都有这个特色。但是这个意义究竟是什么,尚待研究。

4.三星堆到底是不是“外星文明”?
三星堆遗址出土的“青铜纵目面具”造型夸张,让不少网友怀疑三星堆是外星文明。对此,王巍表示没有这种可能。“青铜纵目面具”的“纵目”特别夸张,只是因为古人把它作为一个“神”,并不能当成古人真实的长相。

5.三星堆是来自两河流域的苏美尔文明吗?
王巍表示,没有可能。“小人像基本上是方脸,是比较典型的四川人长相,它的鼻子、眼睛是夸张了的,不能当作当时人的真实面相。”

(文章来源:央视新闻,综合《新闻1+1》)



三星堆出土的黄金面具

新知



关于棉花,你还知道多少? 小棉

最近,“新疆棉花”冲上热搜。作为世界最大棉花消费国、第二大棉花生产国,我国2020年度棉花产量约591万吨,其中,新疆棉产量520万吨,占国内产量比重约87%,占国内消费比重约67%。

新疆长绒棉,世界顶级,做衣被,暖和、透气、舒适,长年供不应求。为满足国内需求,中国每年需进口200万吨左右棉花,近年来积极拓展进口渠道,确保国内棉花供应链稳定。我国还建立了棉花储备制度,确保棉农无虞。

人类穿衣保暖的天然资源中,棉花胜过了所有的物种,温暖、轻柔、纤维长、柔韧性好、易于染色、性价比比高,适合全世界不同纬度地区的各种不同人群的着装要求。毫不夸张地说,没有棉花,就没有我们如今的文明生活。

中世界,大部分欧洲人这样想象棉花:它是长在一种动植物杂交体“羊树”上的:白天,树端结出的棉羊在阳光下静静生长;夜幕降临后,枝条垂向水边,以便树上的羊能够低头喝到清水。但从哥伦布发现新大陆开始,棉花就成为欧洲人弯道超车的助力;第一次工业革命就是从棉花纺织业开始的。

棉花不仅用于纺织产业,工业和造纸业也都有它的身影,人民币的主要原料就是棉,因此纸币与纸张相比光洁坚韧、挺度好,耐磨性能强,经久流通纤维不松散、不发毛、不断裂。

棉花用途还能吃,是制作牙膏和冰淇淋的原料,种子能榨食用油,榨油剩下的渣渣还能洗衣服。在食品中,棉不仅仅只在冰淇淋中运用到,随着棉籽油和棉籽纤维的广泛应用,从香肠到沙拉酱,原来我们几乎每天都在“食用”棉。

不单单是食品,蜡烛、棒球、纸币、邮票、上世纪的胶卷也都含棉,主要是指含棉籽短绒,它是工业上提取纤维素的主要原料,用于制造纤维素酯类、醚类及其他纤维素衍生物。

原来棉花的用途有那么多,一直以为只有身上穿的衣服才含有棉花呢?那是当然,棉花的运用可不只是这些,可以说棉花浑身是宝!

我国规定,剩下的短纤维,其长度按陆地棉不足16毫米、海岛棉不足20毫米的定为短绒,短绒含纤维素90%以上,是提取纤维素的重要原料。

长13毫米以上的一类绒可用于织制棉毯、绒衣、绒布,并可弹棉絮,制造高级纸张。12毫米以下的二类绒和3毫米以下的三类绒是优质纤维素原料,可制造各种人造纤维、电影及照相胶片、火药等。

棉籽除留作种用外,80%以上用于榨油,脱壳后的棉仁含油率高达33%~45%,是世界上仅次于大豆的第二位重要食用油源。棉籽油中亚油酸的含量占脂肪酸的55%,属优质食用油,可精炼加工成烹调油、冷盘油、人造黄油等。

所产生的油脚也可制取脂肪酸和甘油,为生产肥皂、润滑油、护肤脂、油漆、蜡等的重要原料。而棉籽壳和棉秆也可用作树脂胶合板及造纸原料。

现在全球24%的农田用于种棉花,如果没有棉花,至少要养70亿头绵羊才能满足人们穿衣需求。(文章来源:新华社、人民网、科普成华)

健康广场

28835396 责任编辑:王芳 美术编辑:王飘 校对:张武

胆囊结石为何总黏着肥胖人群?

湖南省直中医医院 郭慧

近日,湖南省直中医医院收治了一位患胆囊结石的重度肥胖患者。

身高17米的李先生,体重220斤。由于饮食不控制、作息不规律和吃夜宵等不良习惯,夜里三点肚子突然开始疼,又拉又吐,后被诊断为胆囊结石、急性胰腺炎,治疗后好转。检查还发现他患高血压和高脂血症、重度呼吸睡眠综合征。省直中医医院肝胆胰脾(减重代谢)外科MDT团队进行了讨论,结合各方面情况,一致认为腹腔镜袖状胃切除联合胆囊切除术是最佳的治疗方案。

李先生对减重手术有顾虑,接诊的副主任医师陈小雪表示:“减重手术最大的获益并不是体重减轻,更重要的是改善机体代谢的问题,起到防治疾病的作用。”

在日常生中,最为常见的是胆囊结石,而肥胖人群更易患上胆囊结石。

1. 肥胖人群,偏爱吃高胆固醇食物

胆囊功能为储存胆汁,随着人们大量进食高胆固醇食物,肝脏分泌胆汁的压力增大,一旦无法从胆囊排出,剩余胆固醇长期积攒在胆囊内,久而久之增加结石的危险。

2. 肥胖人群,基础代谢率相对较慢

肥胖是百病之源,随着大量进食碳水化合物食物,体内脂肪不断积累,不仅会影响胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白胆固醇水平,还容易导致基础代谢率变慢,造成负担。

3. 减重手术对身体有害吗?

减重手术是一种微创腹腔镜手术,其原理主要是通过改变消化道

结构来影响胃和脑部之间的激素传导功能,从而实现疗效。减重手术在减轻体重的同时,可以有效地治疗肥胖伴有的代谢性疾病,是快速、有效、持久的肥胖治疗方法。

减重手术建议到正规的公立大医院进行手术,这样会大大降低这些并发症的几率。

4. 减重手术有没有副作用?

手术后可能会出现营养不良,包括因为蛋白质缺乏而出现的皮肤松弛、掉头发等情况,严重时可能出现贫血、胆汁淤积等。部分患者可能出现由于某些微量元素的吸收障碍导致相应的缺乏症状。一般在手术后3个月、6个月、12个月会进行常规复查,以便发现问题可及时补充微量元素、蛋白质,或进行对症治疗。



省直中医医院肝胆胰脾(减重代谢)外科MDT团队

科室推荐

湖南省直中医医院代谢减重中心是国际肥胖与代谢病外科联盟单位,是湖南省重点建设专科单位。该中心减重与代谢病专业组是湖南省最大的微创减重与代谢手术中心之一,开展此项技术已十余年,近年来已为多位胖友、糖友实施手术、解除病痛。减重代谢手术后患者终生随访,可避免术后出现不适,保持减重效果。

大爷患鹦鹉热进了ICU

家中养鸟注意了!

今年初,家住芦淞区的凌大爷突然出现发热,在医院检查发现患有肺炎,CT检查发现右下肺大片实变,常规抗感染治疗后,仍反复高烧。辗转来到市二医院,刘和平主任了解到,凌大爷CT检查时提示为肺炎,经治疗但效果不佳,且患者基础情况尚可,非典型病原体需要考虑。

对此,刘和平深入与凌大爷家人询问病史,近期因小孙子的作业是喂养并观察小动物,于是老爷子每天勤勤恳恳喂食并清洗鸟笼。鉴于凌大爷有喂养鹦鹉史,遂高度考虑鹦鹉热,完善气管镜下肺泡灌洗+宏基因组二代测序(mNGS)明确了“元凶”——鹦鹉热衣原体。

无独有偶,近期,87岁的王大爷突发寒战、高热,伴有神志不清,家属拨打120急送入市二医院,因呼吸衰竭伴神志障碍,考虑重症肺炎而收住ICU,易小平主任团队详细询问病史发现,患者长期于家中饲养鹦鹉、鸽子、兔子等动物,又一次怀疑鹦鹉热的祸,遂行mNGS而得到验证。经过针对性的药物治疗,目前王大爷已体温正常,神志恢复,呼吸平稳,转入普通病房继续治疗。

鹦鹉因叫声嘹亮、羽毛艳丽,深得大众喜爱,不管是居家饲养,还是公园的亲子活动,都甚是招人喜欢,但它亦是导致鹦鹉热衣原体肺炎的罪魁祸首。鹦鹉热是一种被称为“衣原体”的微生物引起的疾病,主要在鸟类中流行。但可以感染人类和其他哺乳动物。接触带有病原体或生病的鹦鹉和其他鸟类或家禽的分泌物或排泄物,污染的环境、羽毛及尘埃、宰杀病禽均可能被感染。

市二医院专家提醒,鹦鹉热的预防与禽流感相似,就是避免接触患病的鸟类,尤其是野生鸟类。如果接触鸟类动物后出现发热症状就及时就医,并向医生报告与鸟类动物的接触史,以便医生及时进行与鹦鹉热相关的检查,早期对疾病做出诊断。



市二医院专家对鹦鹉热患者进行会诊

腿上“青筋暴起”,似游龙盘旋于立柱之上,就像腿上长出了“蚯蚓”……市三三一医院专家指出,腿部有“青筋”、“蚯蚓”多是站立时间过长,这是患了一种叫“下肢静脉曲张”的疾病,其既影响美观,还出现如痒痛、下肢沉重、疼痛等症状。

这些“青筋”到底是咋来的?该怎么治疗?专家这么说——

3月17日,株洲市三三一医院邀请了中南大学湘雅二医院影像中心主任、放射介入科主任张子曙教授、中南大学湘雅二医院放射介入专科肖煜东博士为株洲地区相关医务人员讲解了下肢静脉曲张的相关知识,着重介绍了下肢静脉曲张的微创介入治疗。此次会议由株洲市三三一医院放射科田强主任主持。

张子曙首先介绍了《下肢静脉曲张的腔内治疗》,腔内治疗目前为下肢静脉曲张推荐首选治疗方法。腔内治疗中应用最广泛的是激光消融、射频消融,原理是利用热能损伤血管内皮细胞层,引起胶原纤维收缩,从而导致病变静脉曲张闭塞,而该技术将使患者手术创伤小,术后恢复时间和住院时间均得到明显降低。



中南大学湘雅二医院影像、放射介入专家在市三三一医院授课讲解下肢静脉曲张的微创介入治疗

湘雅二医院肖煜东博士讲解了《下肢静脉曲张的诊断及治疗》,他指出现阶段有三种治疗方法,即药物治疗、压力治疗和手术治疗。而手术治疗分为外科手术和微创介入,并重点讲解了微创介入手术中的射频消融、激光消融、Venaseal闭塞术,他表示,采用微创介入

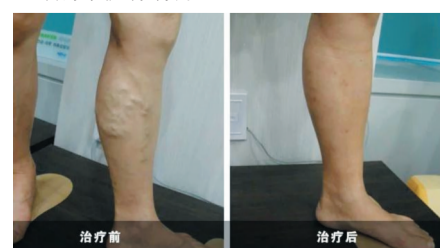
可怕!腿上居然长“蚯蚓”?——市三三一医院推行微创介入治疗

株洲市三三一医院 放射科 章旭

什么是射频消融?

射频消融是另一种治疗下肢静脉曲张的微创方法,是腔内利用射频方式破坏血管,达到封闭血管的目的,在局部麻醉术后的当天就可以下地活动,创伤小,瘢痕少,患者腿部更为美观。

市三三一医院田强主任表示,为了帮助株洲地区下肢静脉曲张病人解除病痛,该院将与中南大学湘雅二医院放射介入专科合作开展下肢静脉曲张微创介入治疗,敬请期待。



治疗前

治疗后