

## 2018年十大“科学”流言求真榜发布

## 千万别被流言忽悠了



过去的2018年,你可能因为看到“酸性体质是百病之源?”的新闻而努力让自己变成碱性体质;也可能因问题疫苗事件的爆发而对疫苗失去信任……事实是这样吗?

在10日举行的2018年度十大“科学”流言求真榜发布会上,中国科学院国家天文台暗能量首席科学家陈学雷,中国疾控中心免疫规划中心主任医师余文周等10位专家,现场为公众拨开迷雾,揭示真相。

## 1 人的体质没有酸碱之分

**流言:**酸性体质是百病之源。

**真相:**“酸碱体质”本身就是一个伪理论。人体时刻都在进行新陈代谢,其中很多反应对酸碱度十分敏感,但人体有一套有效的调节系统,使pH值保持基本稳定,只会在一个很小的范围内波动。也就是说,食用任何食物都不会改变人体的pH值,就算是喝醋也不会让人体变得酸性更强。至于“酸性体质生女,碱性体质生男”,更是无稽之谈。

## 2 每天喝几杯咖啡不会致癌

**流言:**饮用咖啡会致癌。

**真相:**咖啡中含有的丙烯酰胺被列为2A类致癌物,但2A类致癌物的含义是在动物实验中具有明确致癌作用,人群研究结果未有定论,只是具有潜在风险性。据《食品与化学毒物学》期刊的文章介绍,当人体每日每千克体重摄入2.6微克至16微克丙烯酰胺时,就会有罹患癌症的风险。按此计算,一个体重55公斤的人,每日丙烯酰胺耐受量为143微克。一杯160毫升咖啡,平均丙烯酰胺含量为0.45微克,每天至少要喝318杯才可能产生致癌风险。

## 3 疫苗是对抗传染性疾病最有力的武器

**流言:**疫苗不值得信赖,也没效果,不接种没关系。

**真相:**疫苗是用于预防传染病的自动免疫制剂,截至目前,疫苗是人类对抗传染性疾病最有力的武器。目前我国之所以能将白喉、百日咳和新生儿破伤风发病率控制在较低水平,靠的就是极高的接种率。接种疫苗是安全的,所获得的收益远大于可能由其带来的危害。只有足够多的人接种疫苗,才能够形成广泛的、有力的防御。

## 4 刷牙可以预防口腔疾病

**流言:**刷牙会把牙齿洗坏。

**真相:**刷牙不是为了美白牙齿,而是去掉牙面的细菌、牙结石等。至于牙缝变大、牙齿松动,那说明牙齿本来就有问题,很可能牙龈已经开始萎缩,是牙周病本身所致。如不及时清除牙结石,情况只会越来越糟。

## 5 北斗地图不等于北斗卫星导航系统

**流言:**北斗地图APP可以替代GPS。

**真相:**北斗地图不等于北斗卫星导航系统,是地图软件,主要提供的是基于位置的增值服务,比如位置显示、规划路径等。这里面最核心的是地图,有很多手段可以进行地图的绘制,包括遥感卫星、地图观测车、无人机观测等。手机地图采用哪个卫星导航系统做定位,主要取决于手机的硬件。如果手机不具备支持北斗系统的硬件,那么下载了北斗地图APP也跟北斗系统没有关系。

## 6 家用节能灯不会对人体造成伤害

**流言:**家用节能灯会对人体造成伤害。

**真相:**国内外权威检测机构的检测结果显示,节能灯的紫外线辐射的总能量只占节能灯释放总能量的6%,也就是说15瓦节能灯的紫外线功率仅为0.09瓦,而且节能灯里的长波紫外线不会穿透人体的真皮层。一般来说,只要符合我国标准的合格节能灯,都能把紫外线辐射量控制在安全范围内,不会对人体造成损害。此外,一只节能灯中只有几毫克汞,而且被封在灯里面,即使灯被打碎了,也要几百只灯同时碎掉,并且是在一个很小的密闭环境下,全被一个人吸入才有可能对人造成伤害,这种事件发生的概率几乎为零。

## 7 间质不是人体器官

**流言:**科学家发现,间质是人体最大的器官。

**真相:**“间质”的概念由来已久,早在20世纪50年代就有过相关报道。它其实就是若干结缔组织、胶原蛋白和内衬细胞组成的网状微型液体腔,和很早前就提出的“细胞外间质”属于同一范畴,目前还仅在组织层面,离器官差着一个等级,把这样一个非典型的简单构造称作器官,实在牵强。

## 8 宇宙墙并不神秘

**流言:**宇宙墙为宇宙划定了边界。

**真相:**20世纪80年代,天文学家们在观测中发现了由许多星系组成的、长条形的大尺度结构,被他们戏称为星系长城或者星系之墙。这种结构没有神秘的性质,以往也发现过很多次,算不上特别重大的新发现。最近发现的不同在于比以往发现的类似结构更大、形成更早。同时由于他们误解了“巨洞”和“墙”这些词的含义,于是就想象出了一个完全被墙包裹着的神秘宇宙来。

## 9 北极熊没有正在灭绝

**流言:**北极32摄氏度高温使北极熊正在灭绝。

**真相:**大家关注的最高温地点出现在欧亚大陆西北角的挪威西北部海岸,该地区受到北大西洋暖流影响,温度本来就比同纬度的北极地区高一些,出现32摄氏度的气温并不奇怪。气候变暖使北极熊的冰上狩猎期缩短、狩猎面积减少,的确对其生存造成一定影响,但这不能说明和32摄氏度有具体关系,挪威西北海岸本来也不是北极熊的栖息地。此外,根据加拿大气候变迁和环境保护机构发表的数据预测来看,北极熊数量在2018年展望为“稳定到上涨”。

## 10 能见度受四方面因素影响

**流言:**室外能见度低都是重污染惹的祸。

**真相:**能见度是指视力正常的人能将目标物从背景中识别出来的最大距离,单位是米或者公里,主要受颗粒物浓度、化学成分、相对湿度、太阳辐射的影响。我们常说的“空气质量”只代表颗粒物浓度。夏季湿度较大,对阳光散射作用明显增强,导致光线投入到人眼中的量减少,所以能见度降低。这和颗粒物浓度高导致的污染天气很像,所以会容易被误认为“空气质量重污染”。(据《人民日报》)