

布洛芬退烧会致残进入“科学”流言榜

无线耳机致癌?吃香椿会中毒?孩子用布洛芬退烧会致残?近日,由北京市科协、北京市网信办、首都互联网协会指导,北京科技记者编辑协会、北京地区网站联合辟谣平台共同发布4月“科学”流言榜,对近期流传在民间和网络上的9条流言进行科学辟谣。

流言一:超级真菌被美国列为“紧急威胁”,中国已有18例确认感染,传染性极强。

真相:流言中的“超级真菌”,其学名为耳念珠菌,是一种可以引起严重感染的真菌。目前耳念珠菌在国际上被冠以“超级病原”的称号,主要归因于以美国为主的地区所受到的严重

临床威胁。但目前中国共报道耳念珠菌感染18例,在我国近10年间覆盖230家医疗机构的侵袭性真菌病监测中,耳念珠菌的发生率低于1/20000,所以公众不必恐慌。

流言二:经常跑步的人容易得腕关节和膝关节炎。

真相:导致关节炎的风险因素包括年龄、家族史、超重和受伤等,而跑步的时间长短、强度、距离和完成的长跑次数与关节炎没有任何关联。换句话说,年纪

越大、体重越高、有关节炎的家族史或者曾经有过关节受伤的人更容易得关节炎。长跑并不毁关节,马拉松运动员得关节炎的比例反而比普通人还低。

流言三:只要用对方法,在一定期限内孩子的近视可以治愈。

真相:除了因睫状肌痉挛所致的“假性近视”外,近视是不可逆的,目前还没有安全有效的办法能使其恢复。也就是说,近视只能被“矫正”,不可“治愈”。所以,近视后唯一能做的就是

延缓度数加深的速度。3月26日,国家卫健委等6部门联合发文,明确表示不得在开展近视矫正对外宣传中使用“康复”“近视治愈”等带有误导性的表述。

流言四:250名科学家联名警告,AirPods和同类型的无线蓝牙耳机可能致癌。

真相:这则消息中提到,将无线耳机置于耳道中,会使头部组织暴露在相对较高的射频辐射下,从而引发对

无线耳机安全性的质疑。长期佩戴耳机可能对听力有危害,但是这并不代表无线蓝牙耳机会致癌。

流言五:含有食品添加剂的东西都是不好的,“天然无添加,绝不含防腐剂”才是优质食品的代名词。

真相:想买到好食品,关键还是去正规渠道,并且要学会看配料表(主要是前几个配料)和营养成分表。凡是

标榜“无添加”的,商业噱头往往大于实际健康意义。只要食品添加剂的安全性足够高,合规使用就没有问题。



流言六:血管里面有“垃圾”“毒素”,如果不清理就会慢慢蓄积,形成血栓堵塞血管,导致百病缠身。

真相:血管里并没有所谓的“垃圾”“毒素”,有的只是“代谢废物”。代谢废物是细胞在新陈代谢时产生的自然产物,正常情况下,会随着血液

运输到特定器官,最终排出体外,并不会对身体造成任何伤害。平时适当多喝水,增加排尿,就可以帮助代谢废物加速清理。

流言七:布洛芬不能再服用了,会致残,形成永久性伤害,美国正在全面召回。

真相:美国食药监局网站今年1月29日确实有一条召回布洛芬的公告。但从原文可以看出,这次召回与布洛芬药物本身的安全性无关,其实是美国Tris制药公司的一款布洛芬口服混悬滴剂由于部分批次可能

浓度较高,超过了规定标准,而做了全国范围的召回。布洛芬一直是被世界卫生组织、中国和欧美各国推荐的首选儿童退热药之一,无论发烧感冒,还是止疼消炎,布洛芬基本上都是常备药。

流言八:无数科学研究支持的“生酮减肥法”,美味、健康和身材可以兼得。

真相:“生酮减肥法”并没有足够的证据支持,长期“高脂低碳”进食方式,反而会增加肝脏、肾脏的患病风险,甚至危害大脑健康。由于所谓饮食“结构”的改善,生酮饮食的

确能让一些人的体重在短时间内出现下降,尤其是本身摄入脂肪就不算多的女性。但“高脂低碳”的极端饮食模式弊大于利,已经是营养学界的共识。

流言九:香椿(芽)中含有大量的亚硝酸盐物质,简单食用就会中毒、致癌。

真相:香椿当中的确含有一定量的亚硝酸盐物质,但是“含有”不等于“致癌”。芹菜、油麦菜、菠菜等

人们常吃的蔬菜中都含有硝酸盐和亚硝酸盐,并不需要大惊小怪。

(据新华网)