



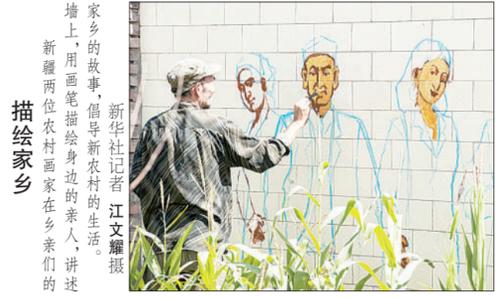
质和产量。新华社发(周良君摄)



费者欢迎。新华社发(张秀科摄)



忙秋景象。新华社发(宋文摄)



家乡的故事, 倡导新农村的生活。新华社发(江文耀摄)

营养快餐

缓减感冒喝点粥

感冒是常见的疾病, 很多人习惯自己买点感冒药来应对感冒, 中医认为药疗不如食疗。感冒时不妨喝点粥或粥类的食品, 有助于解表、发汗、散寒、祛风、解暑, 促进感冒的治愈。下面推荐几款缓解感冒的养生粥。

神仙粥

做法: 生姜6克, 糯米100克, 煮沸后加适量的水, 再煮沸后放入洗净切碎的连须葱白30克, 继续煮, 待粥成时加入米醋10毫升, 再稍煮, 趁热服用。服后宜盖被静卧, 微出汗。

荆芥粥

做法: 荆芥9克, 薄荷3克, 淡豆豉9克, 煎煮, 沸后5分钟, 滤出药汁, 去渣, 加入糯米100克煮粥, 稍煮即成。每日2次, 温服。风热感冒: 发热、汗出不畅, 头痛、鼻塞, 流黄涕, 咽喉红肿疼痛, 或口渴干燥, 口渴欲饮, 咳嗽, 痰黏或黄, 大便干燥。

薄荷粥

做法: 薄荷、菊花各9克, 桑叶、淡竹叶各6克。水煎, 沸后5分钟, 滤出药汁, 去渣, 加入粳米100克煮粥, 稍煮即成。每日分2次服。暑湿感冒: 夏季感冒, 身热, 微恶风, 无汗或微汗, 头昏重胀痛, 心烦, 口渴, 肢体酸痛或疼痛, 或口中黏腻, 渴不多饮, 胸闷, 恶心, 小便短黄。

苡仁扁豆粥

做法: 苡仁、白扁豆各30克, 粳米1000克, 共煮成粥。每日分2次服。

家庭用油别久放

许多家庭会有这样一种习惯, 存粮存油, 其实食用油不宜长时间存放, 久放的食用油不仅会影响油脂风味, 降低营养价值, 而且还会对人体健康产生危害。

植物油中的主要成分是不饱和脂肪酸, 不饱和脂肪酸极易氧化。如果植物油存放时间过长, 或保存不当如没有避光、避热、避氧, 会造成食用油氧化酸败, 同时产生哈喇味。

酸败的食用油一方面可能对人体健康带来一些急性危害, 如直接刺激胃肠道, 造成机体缺氧, 从而出现黏膜、皮肤紫绀; 造成急性呼吸、循环功能衰竭等症状。

另一方面, 酸败的食用油还会对身体产生慢性危害, 如导致营养素缺乏、菌群平衡, 体重降低和发育障碍, 肝脏、心脏、肾脏肿大等。有研究认为, 高度酸败的食用油会引起癌肿。

为了避免食用油存放过久, 在选购食用油时要考虑家庭所需, 随吃随买, 存放时间最好不要超过三个月。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号

近来, 中国质量万里行促进会频频收到消费者投诉, 称在网上购买的面膜质量低劣。对此, 该组织进行了调查。请关注——

网购面膜: 真假难分陷阱多

宋笑冰 孙莉

打破砂锅 随着物质生活的不断丰富, 人们对美的追求也越来越高。无论爱美的女人, 还是懒得打理自己的男人, 面膜已经成为了人们生活中必不可少的美容手段。面膜市场的欣欣向荣和巨大利润也引来了不少制假售假不法之徒, 专家提示消费者特别是网上购买面膜更需仔细分辨以免买到假货。

制假售假频发

近几个月来, 中国质量万里行促进会(以下简称促进会)频频收到消费者关于面膜产品的投诉。消费者刘某日前在网上购买了10盒俏十岁驻颜抗衰老科技面膜, 共计1100元, 打开包装后就闻到一股刺鼻的气味, 将防伪标揭开里面竟然没有防伪涂层, 更有的个别商品外包装上印刷都是错误的, 推广项目印为“推广项目”, 7号2楼印为“7号2楼”。无独有偶河南郑州南先生6月13日送检网购的俏十岁驻颜抗衰老科技面膜两盒, 防伪码、外包装粗糙, 内物香气刺鼻, 据检测为假冒产品, 南先生说她共进货20箱, 均从广州直接发货, 预计被金额达十几万元人民币, 目前已上报当地公安部门。

网店购买要当心

在众多投诉中促进会工作人员挑选了投诉率较高的品牌俏十岁作为抽检对象。他们分别在实体店北京太阳宫凯德店专柜、京东商城俏十岁官方旗舰店、网店淘宝818美妆、广州羽凡生物科技旗舰店、广州市番禺区大石彩润水处理设备店、深圳市宝安区新安金面子电子商务商行以及一些被投诉的网店各采购了4盒俏十岁活性驻颜抗衰老科技面膜, 送往国家轻工香料化妆品洗涤用品质量监督检测广州站按照国家标准进行检测, 同时增加了地塞米松、氯倍他素丙酸酯等糖皮质激素, 黄体酮、雌酮等性激素和荧光增白剂、苯酚等美白剂的检测。

广东质监局日用化工产品监测站站长梅卓勋说, 通过检测, 结果显示从专柜等正规渠道购买的俏十岁生物科技面膜不含荧光增白剂、激素, 符合并高于国家标准, 消费者可以放心使用。而网上某些店家及广州的一些号称“正品”“保真”的面膜却出现了致病菌超标、添加了荧光增白剂等现象。

此外, 该促进会联系了俏十岁生产厂家, 向他们出示送检样品, 进行核实, 俏十岁市场运营总监邱女士表示, 最近假冒他们产品的非常多, 他们对此也十分的苦恼。据她介绍, 他们的产品在网授权合作伙伴实际上只有二十几家, 可是一搜索却会出现2700余家店铺, “经常接到一些消费者的投诉, 我们发现后立即要求封店, 但是这并不能阻碍商家们换个身份重新注册开张, 我们的产品都是统一从北京发货的, 也根本不存在广东直发之类情况。”

“李鬼”面膜有三类

目前在市场上发现的假冒伪劣面膜较多, 但是一般有三种形式。高伯海说, 一种是纯粹假货, “网上一些价格特别低廉的产品, 和专柜产品相差几倍甚至几十倍, 基本都是假货。”

“还有的真假混卖, 由于销售假货利润空间大, 普通消费者难以鉴别, 某些唯利是图的商家就打起了歪主意, 真假混卖, 这样既可获得较高利润, 又可以掩人耳目。”高伯海说还有一种高仿品“最不容易发现”, 这种产品做得很像真货, 外行基本看不出来, 而且产品卫生指标全部符合国家标准要求, 即使消费者到专业检测机构去送检也很难发现问题。

那么, 消费者购买面膜产品时, 怎样才能避免假冒伪劣, 买到质量可靠的面膜呢? 高伯海介绍了几招“防假攻略”:

“购买面膜认准官方渠道。”高伯海说, 千万不要图便宜在网上购买一些价格明显低得离谱的所谓“正品”“厂家直发”“拒绝暴利”。“在购买化妆品时一定要索要正规的发票、凭证、票据, 如果在使用过程中出现任何问题, 都可以和商家进行对质, 维护你的正当权益。”

高伯海提示, 如果是某个品牌面膜的忠实拥趸, 消费者最好找出该品牌的官方服务热线并熟记, 这在外包装上很容易找到, “不要怕麻烦, 购买前电话验证一下, 确保自己购买的是真货, 不要轻信所谓‘正品保障’, 为了健康与美丽别嫌这点儿麻烦。”

现在网络购物的方便与快捷, 越来越多的人喜欢通过网络购买自己需要的东西, 但网络购物不像实体店, 可以亲眼目睹, 甚至试用。网络购买面膜等化妆品各方主体大多分处异地, 证据获取、消费维权相对不易。为了几十上百元的产品来付出巨大的时间和精力进行维权, 大多数消费者会觉得不值得, 多数选择忍气吞声。“今后, 消费者一旦发现自己购买的是假货, 可向我们投诉, 我们会集中帮助消费者维护合法权益, 不让消费者蒙受损失, 绝不放过黑心的制假售假者!”高伯海这样表示。

新病毒伪装成“脸书”专盗隐私

给您提个醒

科技日报(崔云)近期, 瑞星“云安全”系统拦截到一款新型Android病毒, 该病毒伪装成知名社交网站“Facebook(脸书)”的应用程序引诱网民下载安装, 手机一旦中毒就会按照黑客指定命令发送短信或拨打电话, 造成巨大的资费消耗。此外, 该病毒还可窃取用户短信、联系人列表、通话记录、图片文件等隐私信息, 并发送至黑客指定地址。专家介绍, 该病毒一旦被安装, 几乎无法用正常方式卸载, 因此用户需特别小心。专家表示, “Facebook”病毒囊括了资费消耗和隐私监听两类病毒的特点。该病毒可接收指令, 并在用户不知道的情况下让手机发送短信、拨打电话。黑客可利用该功能群发垃圾短信, 并使用手机拨打吸费号码, 造成巨大的资费消耗。同时, 该病毒还能够获取本机号码、设备编号、短信信息、地理位置、手机中的图片、联系人列表、APP信息、通话记录及来电

中华凤头燕鸥, 全世界不到50只的数量使其成为稀少的极危物种。8月10日, 在福州第二届海峡青年节上, 两岸志愿者携手开展“寻找‘神话之鸟’中华凤头燕鸥”活动。新华社记者 姜克红摄

关于深化我国科研管理体制改革的建议

科技成果的产业化进程, 可以打破这种僵局, 赢得创新驱动发展的新局面。政府促进科技成果的产业化, 也要建立市场化的促进平台, 直接采购产业化各个环节上的科技成果, 这些成果主要由成果发明创造者、样品生产者、产品生产线的设计制造者、大批量销售的前期市场开拓者、产业化标准的制定者等多个主体提供, 政府和企业在这方面的投资绝大多数很难收回, 在国外主要是由风险投资机构进行投资, 在我国风险投资机构还不发达, 需要政府力量介入以推动科技进步和经济发展。政府在这方面介入的时候, 也要借助于市场力量, 只有在市场力量失效、失灵, 科技成果转化过程中断的情况下, 政府才可以直接采购的办法介入促进, 以疏通科学研究、科技成果转化、产品化、产业化的整个链条, 建立科研与经济良性互动、有效对接的通路和桥梁, 解决科技创新驱动经济发展的瓶颈问题。

改革科技评审和公示制度

现行的科技领域公示和异议争议制度, 常常因为只公布项目名称、申请人、获奖等级或经费金额, 不公布项目具体内容、预期成果和专家意见而流于形式, 在许多情况下项目申请人也不知道自己项目为什么被批准或否决, 其他人更提出异议。如果继续沿用这种评价制度, 政府出资进行科技成果及其各个转化阶段成果的采购, 就有可能又变成新的“暗箱操作”, 形成更大腐败, 因此要从根本上进行改革。

首先, 要采用专家实名网上公开评价制度, 将专家的评价意见向社会公开并征求再评价意见, 让专家个人的评价结论接受社会其他专家的检验。只有这样, 才能发现真正的专家, 进行客观的评价。在科学问题评价上, 我们需要的是专家的明确意见, 而不是评委投票的折中结果。

改革软件著作权登记制度

软件在科学研究和经济发展中的重要性不断提高, 但我国当前的软件保护存在以下致命缺陷: 一是软件著作权登记机关不进行实质性审查, 只进行形式审查, 这样做的结果是那些通过盗版、偷窃、挖人等方式获得他人源代码的企业或个人, 也和原创者一样, 非常容易地获得国家软件著作权登记并获得合法保护; 二是我国的专利法规定“智力活动的规则和方法不授予专利”, 这又使得大量软件领域的知识产权、发明创造得不到专利法的保护。这种

有惊无险: 香港排除疑似埃博拉感染个案

疫情研判。一方面, 强化和世界卫生组织的联系, 要准确把握防范形势。二是严把口岸关, 对从相关地区前来的入境人员检测排查提出相应的要求。此外, 做好国内疫情防范, 发布了埃博拉出血热防控方案和诊疗方案, 明确了疾病的诊断治疗和报告, 要求各地医疗机构发现疑似或者确诊病例的时候, 应该在2个小时内实现直报。据记者了解, 埃博拉病毒毒性大, 但传播性并不太强。国家疾控中心提醒, 人们应从公共卫生健康部门获取埃博拉疫情的可靠健康建议, 避免道听途说, 引起不必要的恐慌。