

宇宙的光荣。本报记者侯静撰

举的。嘉宾与天文爱好者们分享探索的光荣。天文月系列科学沙龙在北京十月二十四日,主题为“来自星星



天然矿泉水。新华社发 黄旭胡摄

属极罕见的超硬、超韧、超稳定的优质珍稀。在广西昭平富罗镇黄花山峡谷中



快递评星级。新华社记者彭昭之摄

市民可通过“星级”来选择快递公司。快递企业的网点进行考核评星,宁夏银川对全市一百四十二家



火眼辨真伪。魏文华

证等常见伪证。文检仪,该仪器可快速识别护照、海员证、身份证、驾驶证等证件的真伪,近日连云港边检站配备了宝捷拿中型



营养快餐

吃鱼九个守则

个头挑“八分大”的。鱼的个头决定其口感和安全性。太小,鱼还没有长大成熟,肉质不够鲜嫩,鱼刺也会显得格外多。太大,意味着鱼的年龄老,肉质粗糙,体内可能积累了不少有害物质。因此,买鱼选个头“八分大”左右的比较合适,例如,鲤鱼和武昌鱼以1斤半、鲫鱼0.5斤-1斤、草鱼4-5斤的为宜。
鱼眼浑浊凹陷、鱼鳃发灰的不买
选购“冰鲜鱼”,应先观察其眼睛和鳃。新鲜鱼眼球饱满,角膜透明清亮,鳃丝清晰呈鲜红色;次鲜鱼眼球不饱满,眼角膜起皱,稍变浑浊,有时眼内溢血发红,鳃色变暗呈灰红或灰紫色;腐败鱼眼球凹陷或干瘪,角膜皱缩或有破裂,鱼鳃呈褐色或灰白色。
水箱内水的颜色不对不选
在超市购买活鱼时,要看看“水色”。因为它是水质好坏的体现,如果呈现深绿色或是蓝色,可能是藻类过多,说明很久没有换过水和清洗水箱了,可能会影响鱼的健康。水色清且流动更换的水箱中的鱼,一般会更新鲜。
价格太低的不买
价格低得离谱,就要考虑鱼的来源、品质和安全问题,变质鱼吃下会带来很大的健康风险。
现杀活鱼放凉再吃
刚宰杀后的鱼肉品质并不是最好的,因为鱼肉会有一个“排酸”过程,需要放置一段时间才更加鲜美。像草鱼、鲢鱼这样的小型鱼,应该立刻冷藏,2小时后再烹调;而大型鱼需要冷藏超过2小时。
鱼肉过红过白不吃
鱼因品种不同,本身就存在金枪鱼这样的红肉鱼和带鱼这样的白肉鱼之分,但如果鱼的颜色过于鲜红或呈亮白色,很有可能是染色剂的“功劳”。
腌制过的不吃
水产品中可能含有较多的亚硝酸盐,在干制或腌制过程中,其中的部分蛋白质发生分解,产生胺类,和亚硝酸盐结合成为亚硝胺,有一定的致癌风险。
生鱼片冷冻后再吃
生鱼片中可能会存在寄生虫,寄生虫对热和低温抵抗力很差,在零下20℃的条件下冷冻24小时后可被杀灭,而一般生鱼片餐盘下的冰块完全起不到杀灭寄生虫的作用。所以,只有对原料的来源足够放心,鱼才能生着吃。
尽量蒸着吃
在所有的烹调方法中,蒸最为健康,烹调温度较低且用油少,能很好地保护鱼肉中绝大部分营养不被破坏;煮或炖,鱼中的有一部分营养可能会流失于汤水中;烧烤的温度较高,容易产生有害物质,并且烤鱼的用油量也不少,破坏了鱼低脂的健康特色;油炸含油量更高,对鱼营养破坏更大,也不建议选用。

埃博拉真的会袭击中国吗?

日前,一则“埃博拉10月底袭击中国”的消息广泛流传。消息称,中国列在最有可能遭受埃博拉病毒袭击前30位国家中的第16位。请关注——

戴欣 本报记者 罗朝淑

打破砂锅

预测模型有科学依据 但易出现误差

在互联网、微博、微信中广泛流传的“埃博拉月底袭击中国”的消息,美国实验室通过运用专门计算机模型,结合最新的埃博拉病毒传播路径、国际航班飞行数据、病毒的潜伏时间、病毒感染人数和死亡率等作为研究因子,计算出10月底埃博拉病毒将扩展至其他国家的几率。根据统计显示,中国列在最有可能遭受埃博拉病毒袭击的前三十位国家中的第16位,中国可能会在10月底出现埃博拉病例。

姜天俊告诉记者,消息中提到的用计算机模型预测流行病动向的方法确实存在,也常被使用,具有一定科学依据,但是也有明显的局限性,容易出现误差。原因是这种模型主要建立在一个流行病自然地流行规律和确定的社会因素之上,但缺点是低估了人类对疫病的抗击力度。

姜天俊认为,随着全球各个国家和团体以及个体组织的共同努力,埃博拉疫情会脱离数学模型的估计,流行强度不断降低,并尽早结束。

我国存在易致埃博拉流行的危险因素
姜天俊说,我国有一些容易导致埃博拉

流行的危险因素。首先,我国与埃博拉疫源地非洲的人员往来日益频繁,尤其是在我国广州,非洲朋友比比皆是。其次,我国不少一线城市人口密度过大,比如北京、上海和广州,生活水平和卫生条件也参差不齐,这些都是埃博拉等烈性传染病病繁殖的沃土。再次,我国老龄人口快速增多,抵御埃博拉病毒感染的抵抗力较低。这些均成为影响埃博拉流行的危险因素。

埃博拉疫苗最快于2015年初被使用

姜天俊说,根据最新新闻报道,目前由加拿大科学家所研发的首批埃博拉试验疫苗已被送往瑞士,这些疫苗将会由世界卫生组织进行测试。加拿大的卫生部长安布罗斯透露,首批埃博拉疫苗共计800瓶,它们被包裹于温度在零下80摄氏度的干冰中。瑞士工

作人员表示,这些疫苗预计将于本月底或是11月初在人体进行试验。世卫组织在上个月表示,他们希望2015年初,数以千计的埃博拉疫苗可以在受到埃博拉严重袭击的非洲国家中使用。

目前公民应首先做好个人防护

姜天俊告诉记者,由于埃博拉疫苗目前还没有得到应用,因此,目前公民首先应该做好个人防护。“由于埃博拉病毒无法通过空气传播,因此,我们只要不接触埃博拉病人的个人物品、身体、伤口、体液等,就不会被传染。如果不幸暴露于这类环境,应该按照卫计委《埃博拉出血热防控方案》中的措施,人的皮肤一旦暴露于可疑埃博拉出血热病人的体液、分泌物或排泄物时,应立即用清水或肥皂水彻底清洗,或用0.5%碘伏消

毒液、75%酒精必擦拭消毒,使用清水或肥皂水彻底清洗;黏膜应用大量清水冲洗或0.05%碘伏冲洗。”

姜天俊告诫公众:“作为个人而言,在埃博拉流行期间,尽量不去疫区活动,如若必须前往,一定要做好个人防护,不接触病人,也拒绝与高危动物即蝙蝠、猴子或猿的接触,不要拾取在森林中发现的死亡动物,也不要处理动物生肉。家人或邻居患有埃博拉出血热时,鼓励并支持患者立即去医疗机构就诊。接触患者及其体液或周边物品后,应用肥皂水洗手。平时,加强运动,提高自身免疫力。饮食方面,要加强营养,多喝一些鸡汤鱼汤,不食未煮开食品,注意卫生习惯。发现问题及时就医,如果身边出现埃博拉病情,不要惊慌,及时举报并做好自己的卫生防疫,减少传染可能性。”

也话“一场秋雨一场寒”

通讯员 黄智敏

科学与生活

“一场秋雨一场寒”的谚语,多指从西伯利亚南下的冷空气,与南方开始衰退的暖气团相遇,形成一次次降雨,并会使当地的温度一次次下降。可是气温下降的内在过程却鲜有人知。

其实,最根本的原因是秋分以后太阳直射点在由赤道向南回归线南移,太阳向北半球射出的光线不断倾斜。这不仅会使地面获得的热量愈来愈少,而且使地面自身辐射冷却加剧,逐步向热量不敷出的状态推进。而且纬度越高的地区,热量入不敷出的情况就越明显,“霜降”倒更确切些。因为24节气的白露、寒露、霜降,反映了地面水汽凝结和降温影响程度状况。

霜降意味着霜降。在中亚热带,历年初霜期平均时间要到11月下旬了,即使北亚热带至少也要到10月底,那时起一次次的冷空气南下,进一步使深秋向冬季过渡。

及从高空降下的“冷雨”的作用,但夜间云层对地面辐射散热的阻挡、逆辐射的作用往往被人们忽略。而且在当地被来自北方冷空气团控制后,天气转晴的夜晚,冷平流加上地面无云覆盖的强烈辐射冷却,恰恰是人们感受近地层空气“一场寒”的主因,因为它往往使过程降温达极端最低值。农作物在此时易遭受霜冻危害,也就是这一缘故。

“一场秋雨一场寒”的谚语,适用于中秋以后。“十场秋雨要穿棉”之说,就是指降温存在渐进性,而且“寒”字当然不同于“凉”,有人把亚热带地区的“寒露”看成由凉变寒的转折点,不过“寒露”似乎为时偏早,“霜降”倒更确切些。因为24节气的白露、寒露、霜降,反映了地面水汽凝结和降温影响程度状况。

霜降意味着霜降。在中亚热带,历年初霜期平均时间要到11月下旬了,即使北亚热带至少也要到10月底,那时起一次次的冷空气南下,进一步使深秋向冬季过渡。

当心“小物件”伤害“小宝贝”

本报记者 俞慧友 通讯员 姚家琦 赵向荣

给您提个醒

瓜子、糖果、小玩具、小饰品等各类生活小物件,被“搁”在玻璃瓶中,出现在湖南省儿童医院门诊大楼里。引来不少抱患儿童家长的驻足。

湖南省儿童医院副院长、耳鼻喉科专家赵斯君介绍,在我国,每年有近5万名儿童因意外伤害而死亡,其中因吞异物或气管异物阻塞等引起意外窒息而死亡的儿童有近3000名。气管、支气管异物是指经口误将花生米、豆类等物吸入气管内造成剧烈咳嗽、呼吸困难甚至导致窒息的急症,多发生在3岁以内的小儿。异物一旦堵塞大气管,短时间内可导致死亡。异物落入小气管,患儿将长期咳嗽、发烧,间隔一段时间后出现反复肺炎、肺脓肿。

赵斯君介绍,当幼儿边吃边玩,突然停止活动,开始哭闹并有阵发性高声咳嗽、喘鸣以及面色紫绀、呼吸困难,继而神志不清和昏迷等,应怀疑气管异物。这时,最重要的是及时救治。

“一旦异物进入了小儿气管很难自然咳出,不要自行用手指或器械掏,这样很容易使异物越陷越深。当孩子发生异物呛入气管时,家长首先应清除鼻腔内和口腔内的呕吐物或食物残渣,建议试用推压腹部法、拍打法、倒立拍背法等手法诱导异物排除。如果异物完全堵塞气管,超过4分钟便会危及生命,即使抢救成功,也常会留下失语、瘫痪等严重的后遗症。”赵斯君说。



设计精巧的机关,构思精妙的谜题……近日,“2014福特中国绿色科技体验日”活动来到北京交通大学,以时下热门的“密室逃脱”游戏为原型特别设计与打造的“绿室逃脱”,吸引了大学生们的热情参与。(李雯)

黑白激光一体机功能全面智能化提升

数字时尚

科技日报(记者管晶晶)10月23日,佳能(中国)有限公司发布2014年激光机新品,面向中国市场推出7款A4幅面黑白激光多功能一体机新品,命名为“智能黑立方”。“智能黑立方”系列产品涵盖了智能打印、智能扫描、智能操作、智能管理、智能节能等特点,基础功能方面得到了全面智能化提升。

页/分钟的打印和复印速度,加强了与移动办公设备的兼容联动性,其中带网络功能的四款产品全面支持移动打印,满足移动互联时代用户多变与多样的办公需求。带网络功能的四款产品也全面支持移动扫描,搭配佳能移动扫描APP软件,手机等移动设备可通过局域网与这四款产品相连接,将扫描文件放置在玻璃稿台上,在移动设备上按照提示进行即可轻松实现文档的电子化。在智能操作方面,该系列产品均配有6

行触摸屏或5行显示屏,用户操作起来一目了然,更加方便。在触摸屏内,用户可通过点触选择、滑动取消、滚屏等智能化功能来简化操作步骤。

同时,“智能黑立方”也提供强大的智能化功能,用户可根据耗材余量的精确化显示来管理后期的使用维护,还标配错误操作动画提示功能,当用户出现操作错误时,显示屏将有生动的动画显示,更便于用户找到错误并及时解决。

依靠佳能独有的按需定影技术及领先的激光引擎技术,“智能黑立方”7款产品全部达到国家一级能效标准,部分新品最低能耗值可低至0.74 kWh,有效降低用户的使用成本。



佳能“智能黑立方”的外观设计上费尽心思,摒弃白色,全系列产品均为黑色机身,稳重而大气。机身顶部更突破性的采用了菱形格的外观设计,以菱形来搭配紧凑的黑色机身,辅之以圆滑的边角设计,从整体上增加了产品的时尚感。

全健康管理开启百姓私人医生时代

生活风向标

科技日报(记者左常睿)10月21日,慈铭体检在京发布O2O全健康管理系列产品的首款产品——O2O运动健康管理产品,包含了市场颇受欢迎的智能运动腕表、慈铭O2O健康管理手机APP以及三位一体的健康管理云平台,这为百姓享受私人医生服务提供了可能。

据了解,与目前健康医疗市场上众多智能产品不同,慈铭O2O运动健康管理智

能腕表不是一人玩的运动腕表,而是针对B2B2C的营销模式,同时为企业和个人客户设计,还可满足企业客户的需求开发定制。

它不仅能够实现24小时记录用户的运动轨迹,包括行走公里数及脂肪燃烧数据等,还可实现通过蓝牙和USB的双通道的数据传输,轻松将数据传输和分享到手机APP和健康管理云平台。

在健康管理云平台上,私人医生由此了解用户运动习惯和运动趋势,对用户进行运

动成果管理和风险预警,并设定运动目标和运动方案,当运动过激或不足,私人医生会帮助其随时改变运动策略,调整心情,给予专业的健康指导和资讯推送。用户在上传数据的同时,可以进行个人和团队成就分享,其中包括运动排名、减重排名、运动策略、健康成就等。

此外,慈铭的O2O全健康管理产品更加依赖对健康体检数据的挖掘、开发和用户需求的应用。它改变了传统的健康管理模式,更加注重线上体检档案的存储,在健康管理

平台上,可实现体检报告的数据上传,同时还可将历年的体检结果进行对比,再加上每天动态数据的上传与存储,用户将获得一份完整的健康档案。

慈铭O2O健康管理云平台在线上,私人医生和用户之间可实现远程医疗咨询,一些简单的健康的问题,足不出户就可以解决;私人医生也会根据用户在后台存储的体检报告和动态健康数据等信息,主动对用户进行健康行为的干预,疾病风险预警和管理;对于一些严重的疾病,私人医生还可指导就医问诊,指导用户如何选择医院,该选择哪个科室甚至是哪家专家进行诊断。手机健康管理APP,实现了用户与私人医生间7x24小时互动。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号