

智能



册使用方式。新华社记者彭昭之摄。向一位求职者介绍智能化就业平台的注。石嘴山市人力资源市场,工作人员(左)四月二十八日,在宁夏回族自治区

表演



小提琴演奏。新华社记者李欣摄。蓝学校开播。图为志愿者给学生表演。发起的小雨点广播站在北京顺义区清红。近日,由知名公益活动“上学路上”

漂流



漂流。新华社记者杜华摄。式接待游客。图为游客在朝天吼景区。漂流景区开始二〇一五年“第一漂”正。四月二十八日,湖北省兴山朝天吼

湿地



湖滨林带,恢复陡岸带植被。湿地治理修复力度,建设湖滨湿地与。近年来,云南省昆明市加大水城

营养快餐

春天吃韭菜最养阳

进入春季,气温虽然略有升高,但忽冷忽热、反复无常,是流感、肺炎等疾病的多发季节。中医养生学认为,食物对季节变化引起的不适有很大调节作用。春季应多吃一些味辛性温的食物,温补阳气,助阳升发。

韭菜洗净切小段,鸡蛋破壳后打匀。炒锅上火,植物油烧温后,放入虾皮煸炒至香。然后倒入打匀的鸡蛋,待鸡蛋炒得稍有固定形状后将韭菜倒入。翻炒一阵后加盐、姜末、味精,再翻炒一阵即可。

有助预防蛀牙食物

香菇 香菇能预防龋齿。“蘑菇皇后”香菇所含的香菇多糖体,能够抑制口腔内致病菌的生长,阻止牙菌斑的形成,防止龋齿。香菇中还含有鲜香味的物质鸟苷酸和香菇精,气味芳香,有助于口气清新。另外所含的大量维生素C,同样具有杀灭有害菌,保护牙齿的作用。

芹菜 芹菜中含有大量的粗纤维,吃芹菜的同时就能擦去不少黏附在牙齿表面的细菌。对粗纤维食物反复的咀嚼还可刺激唾液的分泌,以平衡口腔内的酸碱度。

乳糖 牙齿最怕口腔中酸的环境,乳糖是最好的口腔酸碱平衡卫士,其中丰富的磷酸盐可以中和口腔中的酸性物质,不利于细菌活动。乳糖中还有大量的利于人体吸收的钙,无论对于儿童牙齿生长还是成年人牙齿坚固都有很好的帮助。

葡萄干 让人意外的是,酸甜的葡萄干也是健齿的好食物。美国学者称,葡萄干内含有多重抑制口腔细菌生长的化合物,齐墩果醇酸、齐墩果酯、白桦脂醇等,这些化学物质是植物中的天然抗氧化剂,有利于牙齿和牙龈健康,能够有效地防止蛀牙、牙龈炎和牙周炎等。

中医则认为,葡萄干可以清肠解毒,也就是通常所说的有帮助预防“火牙”的功效。不仅如此,葡萄干可以健胃生津,津液多了,就可以养护牙齿。

至于葡萄干酸甜的口味则是来自于果糖和葡萄糖,而非有害牙齿健康的蔗糖。所以零食爱好者们可以大嚼葡萄干,不必担心有害牙齿。

还有几种刺激性较强的食物,如洋葱、芥末、薄荷等,也都是口腔内细菌的天敌,经常食用有益牙齿健康。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号

最近,在朋友圈和淘宝网上大卖一种中药减肥肚脐贴,广告宣传称“使用后有95%的几率能瘦下来”。请关注——

中药减肥肚脐贴真能减肥吗?

本报记者 管晶晶

打破砂锅

当今社会,身材是很多女孩子挥之不去的一个情结。瘦不瘦,几乎成了美不美的首要指标。因此,各种减肥产品抓住女性心理,层出不穷。但到底效果如何,谁也不清楚。最近,在朋友圈和淘宝网上大卖的中药减肥肚脐贴就是其中一例。

中药减肥贴包装雷同,投诉多多

记者查询“中药减肥肚脐贴”,发现有若干种品牌,但包装都类似,都是简单的牛皮纸口袋,上面贴着打印的纸条,写着“中药肚脐贴一疗程”。这些中药肚脐贴售价约为99—198元一盒,一盒40片,一疗程40贴,号称“睡觉就能瘦,一般可减5—10斤,吸收好的10—20斤都有可能。”

而这些不同品牌的中药减肥肚脐贴的广告宣传也如出一辙。“95%的人都会瘦,5%的人不见效。如果亲愿意尝试,你就有95%的几率瘦下来”……之后是有明显黏贴痕迹的大段宣传文字,以及各种消费者使用前后的夸张对比照片。

与广告宣传的神奇效果相反,网上关于中药减肥肚脐贴的投诉多如牛毛,不少消费者使用后没有达到瘦身效果,反而过敏严重。

网友“布叮妈咪”说,“一点用都没有,800多块钱打水漂了……”“涛涛妈咪 HHHHH”表示,“用了中药瘦身肚脐贴,奇痒,恨不得把皮割掉”;网友“小枝妈”则晒图投诉,其图片上的肚脐红肿异常,且明显突出体外。而看他们对中药减肥肚脐贴产品的晒图,发现产品外包装都是简易牛皮纸包装,上面均印有“中药肚脐贴”等寥寥数字的极简标注。

记者在广告中看到有一个中药减肥肚脐贴的官网链接,但根本就打不开。同时,记者查询国家食药监总局的官网,也未查到中药减肥肚脐贴的任何信息。

通便作用的中药材放在一起就能减肥?

这么神奇的中药减肥贴里到底有些什么了不起的成分呢?

根据多家产品介绍得知,网上售卖的中药减肥贴大多采用决明子、白术、茯苓、神曲、山楂、枳实、泽泻、黄芪、当归等中药材制成。

北京神黄科技有限公司医学数据部高级经理张瑞告诉科技日报记者:“决明子、当归有润肠通便的功效,可以治疗大便秘结。白术、茯苓、枳实、泽泻、黄芪有利尿的作用。神曲、山楂有一定的通便、利尿、消食的作用。但这些中药材放在一起,是否一定具有减肥

的效果,无法保证。”“这几味中药都主要用于健脾除湿、消食导滞、益气活血。于脾虚痰湿壅盛,气血瘀阻的人而言,比较对症。对于现在多数年轻人的久坐熬夜,缺乏运动,高热量饮食所造成的亚健康状态有一定的好处。”江苏省南京市中医院主治医师施娟娟介绍道,“但就减肥而言,针对性就差了许多,毕竟个体差异很大,没有整体的辨证施治,效果也就不得而知。”

除了各种具有一定通便利尿作用的中药材之外,中药减肥肚脐贴的一大卖点是里面添加了磁石。广告宣传称,“磁石能促进新陈代谢,纯天然的中药成分配合磁石减肥,效果自然不同凡响!”

“磁石从中医来说,主要功效是平肝潜阳,聪耳明目,镇惊安神,纳气平喘。用于头晕目眩,视物昏花,耳鸣耳聋,惊悸失眠,肾虚气喘。”张瑞说,这些也并不能证明磁石能够促进新陈代谢,更不要说帮助减肥了。

贴肚脐就能减肥?没那么神奇

中药减肥肚脐贴又因操作方便,受到不少女性朋友的欢迎。其广告中称,它只要在睡觉时贴在肚脐上即可。通过人体百穴之王——神阙穴的吸收,对经络和脏腑进行全面的调节疏导、活气血、利水湿、

增强脾胃的运化功能,彻底消除人体的致胖因素“三痰”。

肚脐上的神阙穴真的是百穴之王吗?穴位疗法真会如此神奇?把中药贴在神阙穴上能起到减肥的作用吗?

据张瑞介绍,神阙穴主要有温补元阳,健运脾胃,复苏固脱之效。主治腹痛、久泄、脱肛、痢疾、水肿、虚脱。

施娟娟告诉科技日报记者:“中医疗法里有脐疗,就是把药物直接敷贴或用艾灸、热敷等方法施治于患者脐部,激发经络之气,疏通气血,调理脏腑,用以预防和治疗疾病的一种外治法。”

脐疗,即中医穴位“神阙”。“神阙穴与人体十二经脉相连,五脏六腑相通,中医认为,肚脐是心肾交通的“门户”神阙穴有温补元阳,健运脾胃,复苏固脱之效。一般此穴施灸可益气温阳。临床上多用神阙隔姜灸和神阙隔盐灸。”施娟娟补充道。

“把中药贴在穴位上,中医称为穴位贴敷法,是指在一定的穴位上贴敷药物,通过药物和穴位的共同作用以治疗疾病的一种外治法。将药物贴敷于神阙穴,通过脐部吸收或刺激脐部以治疗疾病时,又称敷脐疗法或脐疗。”张瑞说,然而,“也没有科学研究证实,把这些中药贴在神阙穴上,可以起到减肥作用。”

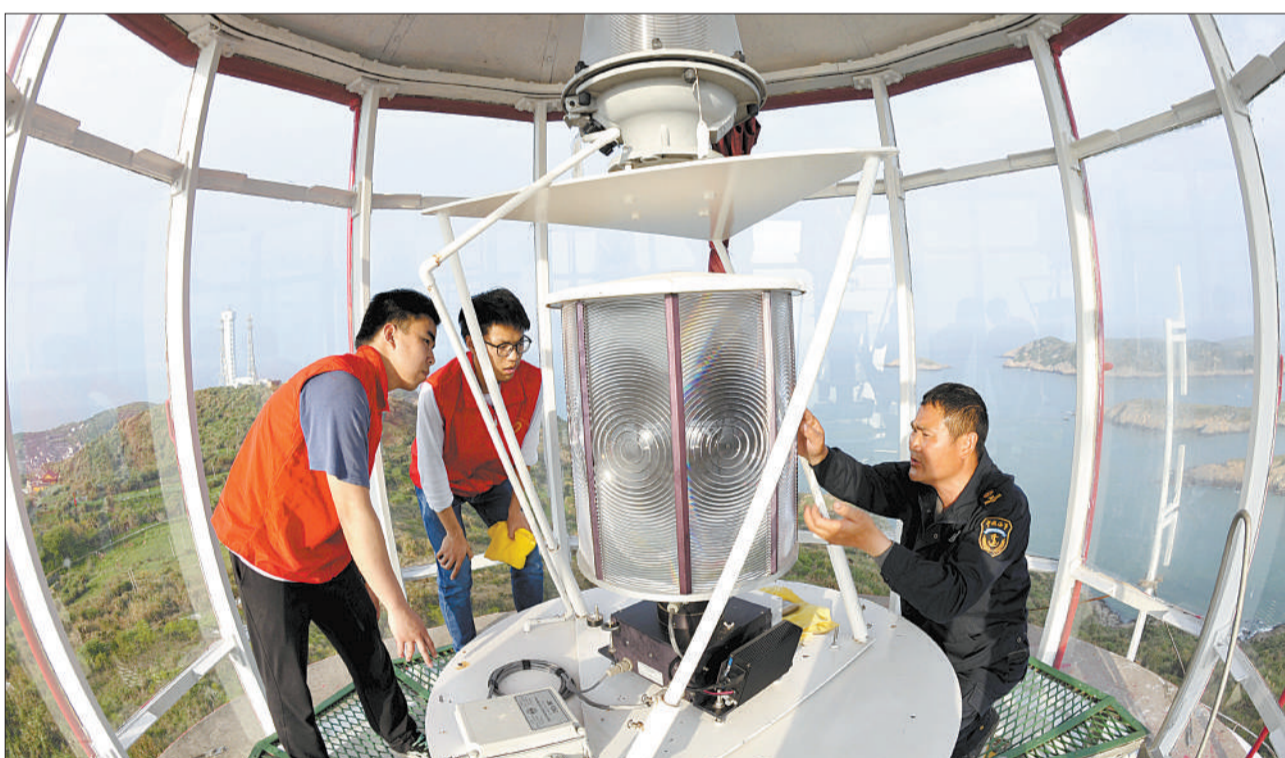
“睡觉也能瘦”只是美好想象

对于想减肥又管不住嘴、迈不开腿的爱美女性而言,最让人心动的莫过于“睡觉也能瘦”这句话了。

而售卖中药减肥肚脐贴的商家宣传也貌似很“讲科学”。广告宣传称“台湾大学医学院在科研中发现了这么一个现象:夜间是女性雌激素大量分泌的时间,雌激素分泌过多时,脂肪合成加快。基于这个发现,中药肚脐贴自研发初期,就定位为夜间贴敷,可以在脂肪合成高峰期有效阻断脂肪合成。同时使人体在睡眠状态下,扩大脂肪的分解、排出,从而在睡眠中轻轻松松减掉脂肪。”

张瑞认为,这种说法不具有科学道理。虽然雌激素分泌过多时,脂肪合成会加快。“但夜间贴敷没有这么神奇,睡觉能减肥的说法并不靠谱。”

“就穴位敷贴法而言,比较为老百姓所熟悉的就冬病夏治。常规治疗要选择8—10个穴位,每年三伏治疗3—5次,3年为一个疗程。而不是只贴敷一个穴位,一两次就能见效的。必须根据各人体质及症状辨证,选取不同的穴位,通过穴位组合,配合药物,来发挥最大的功效。”施娟娟说,仅仅靠一个穴位夜间贴敷,很难说能取得多大的效果。



4月28日,北鹿山灯塔主任杜忠良(右)向志愿者吴昊(中)和孙毅(左)讲解如何维护灯塔的灯器。自2014年2月以来,东海航海保障中心温州航标处在全国首创招募志愿者,协助北鹿山灯塔管理人员进行灯塔的日常维护工作,受到全国各地志愿者青睐,目前已有2000多人报名守护灯塔,被称为“最浪漫的志愿者”。新华社记者 张建松摄

画中有话

美容整形可用APP与医生互动

数字时尚

近日,美容整形平台新氧APP推出6.0版,并同时发布“安全100用户无忧计划”。该计划包含三个部分:100%资质备案可查询、100%术后跟踪随访、100%用户法律援助。新氧APP已发展为国内最大的美容整形平台和社交网络,目前已率先获得2000万

美元B轮融资,大量网友通过新氧APP分享自身的美容整形经历,并在和新氧备案的整形医生互动。

目前,已有4453家美容整形医院和12824名医生将资质文件提交新氧审核备案。其中,在中国大陆已覆盖了80%以上的医院和医生。凡是新氧APP里带有相应标识的整形医院和医生,均已通过备案。

除了资质备案,该计划还包括术后跟踪随访和用户法律援助。新氧APP将主动跟踪随访所有通过新氧预约项目的会员。如果会员权益受损,新氧APP还将协助会员进行司法鉴定,并提供专业的法律援助。

带有社交功能的6.0版邀请医疗和法律专家入驻,并邀请用户全程分享美容整形经验,用户可以更方便地关注他们,在更短时间内获得更丰富的知识和经验。“用户是新氧APP的核心价值。新氧APP 6.0版率先推出社交功能,有助于用户学习知识,降低风险。”新氧CEO金星说。(王莹)

首部科学养鸡电影在京上映

科学与生活

科技日报讯(记者蒋秀娟)禽流感、激素鸡、速成鸡,鸡肉到底安不安全?在如今问题食品层出不穷、食品安全成为社会和公众广泛关注的课题的大背景下,中国首部以养鸡业为题材的喜剧电影《公鸡母鸡拖拉机》近日在北京首映,影片通过轻松幽默的形式将这个严肃话题进行了诠释,也为大众揭开了养鸡业的神秘面纱。

中国白羽肉鸡联盟总裁、影片总策划李景辉介绍,近年来现代都市农业快速发展,人们愈发注重饮食健康,鸡肉以高蛋白、低脂肪、低热量、低胆固醇“一高三低”的营养优势,以

及低碳、环保、节约能源的养殖生产方式,成为人们动物蛋白质的主要来源。影片通过风趣、诙谐的情节,解析了禽流感、速成鸡问题,普及了科学养鸡知识,带领观众走进现代化养鸡行业,一窥鸡肉背后鲜为人知的故事。

作为中国电影家协会《百部农村电影工程》的推荐影片,影片讲述了一群城乡青年立志创业的故事,在白羽肉鸡联盟龙头企业养鸡协会的扶持下,乡亲们最终通过科学养鸡走向了致富的道路。在一个个充满喜剧色彩的故事中,在一次次传统观念与科学观念发生碰撞的过程中,科学养鸡的知识得到了普及,同时生动艺术地再现了中国现代养鸡业的发展现状。

昌平五一主题活动天天上演

生活风向标

科技日报讯(通讯员郑贤)为迎接五一节假日的到来,北京市昌平区推出了多项主题游园活动吸引广大游客。笔者从昌平区委宣传部了解到,到5月3日,第三届北京农业嘉年华就要闭幕了,目前各场馆的蔬果景观仍处在最佳的观赏期,利用“五一”小长假,正是观光游览的好时机。

5月1日,昌平将举办门头沟主题活动。在东区广场上,门头沟的“北京山茶小镇”、“第五届灵之秀西山茶文化旅游节”等内容一一上演,并将欣赏到特色文艺演出、茶艺表演、古琴表演等节目;5月2日将举办黄芩产业产品推介活动,活动现场,市民可以品尝地道的黄芩茶;5月3日在东区广场上举办“飞舞舞蹈携手北京第三届

农业嘉年华展演”活动,活动中,学生表演团队将为观众献上《蝴蝶花开朵朵香》、《印度舞》等16个舞蹈节目。此外,现阶段的金玉粮缘展区里的玉米,绿色玉米秆又高又壮,绿叶间藏着满是“胡须”的果实。向阳花海展区,百余个向日葵品种进入盛花期,黄色的花瓣层叠绽放,打造了满园金色花海的景象。藕情画意廊架下“抢”的葫芦坠下身躯,有的已能贴在廊架下游客的头顶。场馆内的瓜果满园夺人眼球,场馆外的美景也不甘落后。

据了解,自3月14日活动开幕以来,第三届北京农业嘉年华园区已迎来了百万游客。老人有得看、年轻人有得学,小孩有得玩,各个年龄段的游客都能在园区内找到最适合自己的“游园模式”。

“煤矿地下水库”实现绿色开采

低碳生活

据新华社电(记者陈伟伟)记者近日从神华集团了解到,该集团在神华神东矿区研发地下水库技术,目前已建成32座地下水库,储水3100多万立方米,基本解决了该矿区煤炭生产中供水、排水、污水处理以及防治水害问题,实现了煤矿水资源良性立体循环。

煤炭开采会伴生大量矿井水,长期以来,矿井水被视为水害,为保障井下安全,需外排

地表。与此同时,我国大量的煤炭产自西部严重缺水矿区,矿区矿井水除少部分利用外,大部分外排后蒸发,造成了水资源浪费。

据神华集团介绍,统计显示,目前我国煤炭开采每年产生矿井水约80亿吨,但利用率仅为25%左右。经过近20年的技术攻关,神华集团研发了煤矿地下水库技术,将含水层的地下水疏导至采空区进行储存,并建设相应的水处理和抽采利用工程,对矿井水进行高效利用。“生态脆弱区煤炭现代开采地

下水和地表生态保护关键技术”日前也荣获2014年国家科技进步二等奖。

神东煤炭集团大柳塔煤矿是最先建成的地下水库示范工程。大柳塔煤矿总工程师陈苏社介绍,目前大柳塔煤矿建成3座地下水库,总储水量约710万立方米,相当于一座中型水库规模。

陈苏社形象地解释了地下水库:“我们把大柳塔煤矿从地表到井下,想象成一座4层楼房。楼房的顶层就是地表,采空区位于大楼的

2层,平硐井口位于大楼的一层,开采煤层位于大楼的地下二层。我们在大楼2层的部分房间修建水库收集水源,并将地下一层的污水注入2层的其他房间进行净化然后流回到水库。水库的清水一部分回流地下一层用于开采,一部分用水泵排到顶层用于地表绿化。”

“地下水库利用巨大的采空区空间进行储水,利用采空区砾石对水体进行过滤净化,再利用自然压差进行供水,实现了井下供水、排水、污水处理、水害防治、环境保护的综合效益。”陈苏社说,仅大柳塔煤矿每年可节约用水约280万吨。此外,地下水库安装了在线监测系统,可对人工坝体进行24小时实时自动监测,保障安全可靠运行。



据韩国 inews24 报道,三星当前正在研发双摄像头技术,预计下一代的Galaxy S7手机上或出现双摄像头配置。