



载誉归来

的“项目金牌”。新华社发(解探摄) 第三十八中学,史奕和钱文琛展示在二〇一五年世界青少年机器人锦标赛上获得的金牌。五月六日,在安徽省合肥市瑶海区



组拼笑脸

脸”的图案。新华社记者 杜宇摄 活动在操场上组拼出“笑脸”主题 五月六日,安徽省合肥市龙岗中



农机插秧

务。新华社记者 郝向前摄 的模式推进农业生产全程社会化服 “政府补贴、部门引导、合作社服务” 今年,湖北省咸宁市咸安区采取



爱路护路

宣传。张秀建(徐飞) 矿、社区进行了爱路护路、路外安全 委,深入京原铁路周边学校、企业厂 近日,太原铁路局原平车务段团

营养快餐

吃海带养生功效

提高免疫力 海带能提高机体的体液免疫,促进机体的细胞免疫,调节免疫力的食物还有很多,香菇就是其中之一。

降压、降脂、降糖 海带氨酸及钾盐、钙元素可降低人体对胆固醇的吸收,降低血压。海带含有大量的不饱和脂肪酸和食物纤维,能清除附着在血管壁上的胆固醇,调顺肠胃,促进胆固醇的排泄。海带中含有60%的岩藻多糖,是极好的食物纤维,糖尿病患者食用后,能延缓胃排空和食物通过小肠的时间,如此,即使在胰岛素分泌量减少的情况下,血糖含量也不会上升,而达到治疗糖尿病的目的。

利尿、消肿 海带中常附着一层白霜似的白粉——甘露醇,它是一种贵重的药用物质。现代科学研究证明,甘露醇具有降低血压、利尿和消肿的作用。

预防心脑血管病 海带中含有大量的多不饱和脂肪酸EPA,能使血液的黏度降低,减少血管硬化。因此,常吃海带能够预防心血管方面的疾病。

消除乳腺增生 海带中大量的碘可以刺激垂体,使女性体内雌激素水平降低,恢复卵巢的正常机能,纠正内分泌失调,消除乳腺增生的隐患。

美容、护发 海带汁可以美容养颜,用海带熬成的汤汁洗澡,可以润泽肌肤,使皮肤清爽细滑,光洁美丽。海带中的碘极为丰富,它是体内合成甲状腺素的主要原料,而头发的光泽就是由于体内甲状腺素发挥作用而形成的。

补钙、补硒 海带含有丰富的钙,可防治人体缺钙。海带富含硒,能有效清除自由基,而自由基正是人体衰老的罪魁祸首,所以海带可以延缓衰老的作用。

减肥 海带含有大量的膳食纤维,可以增加肥胖者的饱腹感,而且海带脂肪含量非常低,热量小,是肥胖者减肥的食物。

抗癌 海带所含的海藻酸钠与具致癌作用的砷、镉有很强的结合能力,并将它们排出体外;海带可选择性杀灭或抑制肠道内能够产生致癌物的细菌,所含的纤维还能促进胆汁酸和胆固醇的排出;海带提取物对各种癌细胞有直接抑制作用。

吃海带注意事项:

- 1.吃海带后不要马上喝茶(茶含鞣酸),也不要立刻吃酸涩的水果(酸涩水果含植物酸)。因为海带中含有丰富的铁,以上两种食物都会阻碍体内铁的吸收。
2.患有甲亢的病人不要吃海带,因海带中碘的含量较丰富,会加重病情。
3.孕妇和乳母不要多吃海带。这是因为海带中的碘可随血液循环进入胎儿和婴儿体内,引起甲状腺功能障碍。
4.海带不能长时间浸泡,虽然食用海带前应用水漂洗,但是时间不宜过长,一般浸泡6小时左右就可以了,浸泡时间太长海带中的营养物质,会溶解于水,营养价值就会降低。
5.特殊人群慎吃海带,由于海带中碘的含量较丰富,患有甲亢的病人不要吃海带,会加重病情;孕妇和乳母不要多吃海带。
6.沿海的高碘地区要尽量少食海带,这样可以预防碘过量疾病的发生,另外过量服用海带,可能导致甲状腺腺瘤。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号

近日,对于湖北十堰樱桃“长蛆”的消息在网上传得沸沸扬扬,为此科技日报记者采访了有关专家,以期给消费者和果农一个正确的引导。请关注——

“长蛆”的樱桃能吃吗?

本报记者 蒋秀娟

打破砂锅

近日,对于湖北十堰樱桃“长蛆”的消息在网上传得沸沸扬扬,这无疑对于湖北的樱桃果农而言是重磅一击,樱桃价格直接从最高每公斤60元跳水为目前的6元左右。

无独有偶,今年4月份,家住四川成都都江堰的市民李女士也对媒体爆料称自己用盐水浸泡从市面买回的樱桃,半个小时后发现樱桃表面出现细小的白色蛆虫,“这种是啥虫子?吃了有没有啥问题?”

到底“长蛆”的樱桃能不能吃?樱桃“长蛆”是正常现象吗?为此科技日报记者采访了樱桃种植有关专家,以期给消费者和果农一个正确的引导。

果蝇幼虫食下无害

“所谓的‘长蛆’,其实就是在樱桃生长期,樱桃果蝇在果肉内产卵,在果子长进去后待七八天就成了幼虫,这种白色小虫就是樱桃果蝇的幼虫,会在表面留下一些小孔,但肉

眼很难发现。”陕西省现代樱桃产业技术体系首席专家、中国园艺学会樱桃分会常务理事蔡宇良教授表示,消费者如果买到的樱桃用盐水泡出“蛆虫”,就是“果蝇幼虫”,买回去的樱桃可能是果蝇刚刚在里面产过卵,没法肉眼看出。

郑州市人民医院营养科营养师张文静在接受《信阳晚报》采访时介绍,果蝇幼虫是樱桃等浆果类植物中较常见的虫害之一。果蝇是一种高蛋白、富营养的昆虫,与我们平常看见的家蝇不同,幼虫从出生到成长都在无污染环境中,很少带病菌。这些小白虫根本扛不住胃酸,进了人的胃就会死亡,并成为食物中的蛋白质,最终被消化吸收,对人体无害。

“植保专家认为果蝇虫卵误食对人体是没有坏处的,反而由于含高蛋白还有好处。”蔡宇良说,然而作为商品而言,还是不允许有果蝇的存在。毕竟它会蛀蚀果肉,一旦果肉被蛀蚀,导致腐烂,就会滋生病菌,从而对人体产生危害。“如果樱桃腐烂了有了糖醋味,就一定不能再吃了。”

樱桃“长蛆”可防治

果蝇广泛地存在于全球温带及热带气候区,而且由于其主食为腐烂的水果,因此在人类的栖息地内如果园、菜市场等地区内皆可见其踪迹。“果蝇一般喜欢颜色鲜艳的樱桃,比如杨梅、草莓、橘子等,都容易吸引果蝇产卵。”蔡宇良表示,在一些地区,下雨后果子裂开就容易招来果蝇。果蝇的繁殖速度很快,在25℃左右温度下十天就繁殖一代,一只雌果蝇一代能繁殖数百只。

北京农学院昆虫学教授王进忠表示,近年来的樱桃品种培育上,由于倾向于糖分更多、味道更香甜,便会更容易吸引果蝇选择果皮产卵,因此这些幼虫一般出现在晚期采收或成熟的樱桃内。

“樱桃‘长蛆’其实是在病虫害的防治工作上做的不好。”蔡宇良指出,“近年来,果蝇的繁殖阵地在越来越大,源于市民对樱桃的需求越来越大,樱桃种植数量也越来越多。樱桃进入我国虽然有100多年的历史,然而也

就是近二十年才迅速发展起来。由于樱桃种植是收益最高的水果之一,所以备受农户追捧。然而在技术方面,由于大家还不了解,以为樱桃不需要打药也可以,所以对果蝇预防的意识还不强。”

“樱桃果蝇要防治的话其实是很好防治的。”蔡宇良介绍,“一般是在樱桃坐果以后就要开始防治,可以用无公害的农药‘毒死蜱’,稀释800—1000倍,10天后再用阿维菌素、苦参碱,这些都属于生物农药,过了10天如果园子里还有果蝇,需再用药一次,一般用药两到三次基本就可以防治住了。”

对于马上就要上市的樱桃,蔡宇良表示,可以采用诱虫板、糖醋液等环保方式来诱杀果蝇。

樱桃“防蛆”技术应推广

“事实上,在欧美国家,果蝇防治是樱桃种植的重中之重。尤其在美国,对于果蝇是零容忍的,在欧洲,果蝇的存在率也不能超过5%。”蔡宇良介绍说,“我们现在也在研究樱桃果蝇发病的规律,提出了一些防治技术并加以推广。”

“在一个果园里,一定是要有点虫才没问题的。比如100个水果里,有个十几二十条虫绝对是对的,如果有八九十条虫,也不行,说明防治工作没有做好。但如果一条虫也没有,则表明用药过度了,也就不能吃了。”北京昌平区马池口镇秀花农庄的果农王秀花说,“昆虫都有它的生长机制,如果我们有一个监测系统,能够完全监测昆虫的发生发展规律的话,一到关键时期喷安全的药剂,就能完全把它杀死。”

“所以我们需要掌握果蝇的生命周期和用药的量。我们需要了解果蝇在什么时间产卵,在果蝇的成熟期或者产卵期用一次杀虫剂,就不会长那么多虫。如果在小幼虫还没钻到樱桃果里的时候,刚孵化出来就死了,樱桃里也就没虫了。”王秀花介绍,其樱桃种植一般是在萌芽前喷一次药,使用的药剂有生物农药,有矿物源的,植物源的,还有一些物理方法,比如利用昆虫的趋光、趋色、趋位性来进行诱杀捕捉。对于做有机农业的王秀花来说,采摘园里由于技术到位目前还没发现樱桃有虫。



5月5日,以“变废为宝 从我做起”为主题的2015年青少年科学调查体验全国首发活动在辽宁省科技馆举办。由中国科协、共青团中央等单位共同主办的青少年科学调查体验活动,不仅点燃了青少年的创新激情,也培养了他们的科学精神。图为学生们积极参与互动试验。 任菲摄

画中有话

佳能为SOHO移动办公定制新方案

数字时尚

科技日报讯 移动互联网的快速发展,催生了新的办公需求,人们希望办公更加灵活、便捷,甚至随时随地。在此背景下,SOHO中国推出了新的移动办公产品SOHO 3Q,将写字楼办公位以短租的形式对外出租。用户可以只租用一个工位,而无需租用一间办公室,最短一周即可起租。预订、选

位、支付等环节都在线上完成,用户只需带着电脑等终端设备前往3Q办公室就可以办公了。 如何满足这些移动办公用户的需求?如何使3Q办公室的办公文印服务做到无缝连接?佳能专门为SOHO 3Q定制了一套文印解决方案,全面满足移动办公用户对于安全打印、高效办公、绿色办公等方面的需求。 在一个共享的办公空间中,信息安全尤

为重要,佳能提供了定制化的uniFLOW解决方案。用户打印时,只有在佳能数码复合机上刷卡进行身份认证之后才能输出打印作业。用户可以及时取走打印文件,防止信息的泄露。另外,在3Q办公室中,所有的佳能智能数码复合机只需要一个驱动,用户在不同楼层中的任意一台机器上都可实现刷卡跟随打印输出,既安全又便捷。 SOHO 3Q为用户提供定额量的免费文印服务,超过定额,用户则需进行充值付费。为此,佳能根据其特殊的需求,专门开发了定制化的接口,通过uniFLOW解决方案软件实现与第三方OA系统的无缝对接。(吕莹莹)



本月初华硕正式公布了有关VivoWatch的细节,VivoWatch使用一块128x128像素,触控黑白电子墨水屏,支持运动记录、睡眠记录、心率感应等多项功能,其续航时间长达10天。

“物流大赢家”展现你我他

科学与生活

科技日报讯(记者张克)5月6日,北京物资学院物流学院志愿服务部和实践队外联部携手北京德利得物流有限公司在物资学院体育馆举行了一次别开生面的“物流拣选大赢家”活动,活动现场气氛热烈,特色鲜明。

在工作人员讲解完比赛规则一切准备就绪后,随着开赛号角的吹响,参赛选手都朝比赛地点涌去。记者在现场看到,每轮比赛分两组,每组4—6人,比赛现场安排1—2位指导老师。每轮比赛两组同时进行,拣货区共有两个通道分别为第一通道和第二通道,第一通道对应的为AB货位区,第二通道对应的为CD货位区,A小组到达订单区领取分拣单A后进入第一通道进行拣货,B小组领取分拣单B后进入第二通道进行拣货,参赛小组根据分拣单寻找所需的物品(共18种),参赛小组找齐物品,按指定路线到达审核处进行审核时比赛结束,计时员停止计时等等比赛规则。

“比赛的实用性太强了,以前只是书本上的,现在让我们在游戏中提高自身技能,又能增强团队协作精神与集体荣誉感。通过比赛,让我们在实践展示专业技能,加深对物流仓储配送业务的认识。”一位女同学高兴地告诉记者。

在订单区域领取分拣单时,分拣单号处填写自己参赛组的编号,并且负责交接分拣单的人在分拣交接人处进行签字,在拣选结束后到达审核组,当审核员将货物审核完毕后,由参赛小组人员在分拣单的分检复核人处签字。拣选货物的同时需要注意有些货品有“破损”及异常的标识,这样的货品不能被拣选。参赛者每个人都使出浑身解数,正确的选择,飞快的奔跑。给这个活动增加了更多的生趣和活力。

“这只是‘中都杯’北京物资学院第七届物流文化节暨京津冀物流文化节的一部分,‘物流文化节’是北京物资学院于2004年在全国率先创办‘物流节’的基础上于2009年首次举办,至2015年已连续举办七届。每届赋予鲜明的主题,2012年起得到中物协会员单位赞助,冠名成为‘中都杯’物流文化节,一直延续至今,现在已经成为北京物资学院具有影响力的大规模校园特色活动,每年5月6日已经成为‘物流文化节’的标志日期。”学院党委书记李石柱对记者说。

山西废气废水排污费将提高一倍

低碳生活

据新华社电(记者王井怀)记者4日从山西省环境监测总队获悉,从6月1日起,山西省将执行新的排污费征收标准。按照新标准,废气、废水排污费征收标准将提高一倍。

新标准规定,将废气中的二氧化硫和氮氧化物排污费征收标准,由0.60元/污染当量调整到1.20元/污染当量;将污水中的化学需氧量、氨氮和五项主要重金属(铅、汞、铬、镉、类金属)排污费征收标准,由0.70元/污染当量调整到1.40元/污染当量。在每一个污水排放口,对五项主要重

金属污染物均须征收排污费;其他污染物按照污染当量数从多到少排序,对最多不超过3项污染物征收排污费。 同时,山西还将对污染物排放实行差别收费政策。企业污染物排放浓度高于国家或该省规定的污染物排放限值,或者企业污染物排放量高于规定的排放总量指标的,按征收标准加一倍征收排污费;同时存在上述两种情况的,加二倍征收排污费。企业生产工艺装备或产品属于应该淘汰的,也按照规定的征收标准加一倍征收排污费。对于企业污染物排放浓度低于国家或省规定的污染物排放限值50%以上的,减半征收排污费。

接种乙肝疫苗3—5年复查一次

刘慧

给您提个醒

近日微信朋友圈里,关于著名诗人汪国真不幸因罹患肝癌去世的话题很多,大家在怀念诗人的同时,也对肝癌的防治有了更多的需求。

在我国,原发性肝癌患者中约1/3有慢性肝病史,其中约90%为乙肝病毒感染,5%—8%为丙肝病毒感染,还可能与黄曲霉毒素、化学毒素、遗传因素、酒精等因素相关。

最新的乙肝血清流行病学数据表明,乙肝表面抗原携带率为7.18%,即有0.93亿人感染乙

肝病毒!人体感染乙肝病毒后如果不能将其清除,有可能引发乙型肝炎;乙肝容易慢性化,慢性乙肝可以发展为肝硬化,肝硬化继续进展部分患者可转变为肝癌,这就是所谓的“乙肝三部曲”。

乙肝病毒感染的一系列后果将使人体体质明显下降,因此乙肝预防十分重要。目前最为有效的手段就是乙肝疫苗接种,为此,首都医科大学附属北京佑安医院慢病管理中心李雪梅主任进行了详细的解释。

李雪梅提醒,接种乙肝疫苗前必须进行相应的检查,常规要检测肝功能和乙肝5项。因

为感染乙肝病毒后尤其是乙肝病毒携带者一般无自我不适感,不验血检查不知道是否感染乙肝病毒。注射原则是肝功能正常和乙肝5项全部阴性者才全程(3针)注射乙肝疫苗。如果接种乙肝疫苗前检查“乙肝表面抗体”为阳性,则无需再接种。若“乙肝表面抗体”为弱阳性,则需加强注射1针。“各种急性病期间或慢性病急性发作期间均不可接种乙肝疫苗。肝功能异常者先不要注射乙肝疫苗,查明原因,进行治疗,待肝功能正常后再行接种。”

在谈到接种方法时,李雪梅解释说,目前多用的是“0、1、6月接种程序”。即注射第一针时间算为0月,第二针于第一针后1个月注射,第三针于第一针后6个月注射。每次皮下注射10—20ug,高危人群可适当加大剂量。第7个月检查接种效果,只需查乙肝5项。出现“乙肝表面抗体”为有效,一般≥10mIU/ml时,对乙肝病毒感染才有保护作用。抗HBs为保护性抗体,说明机体对乙肝病毒已有免疫力。全程疫苗注射,抗HBs阳性率可达90%。

“乙肝表面抗体”在体内时间长短因人而异,一般3—5年要复查一次。如果“乙肝表面抗体”阴性则要进行复种,程序、剂量和时间同初种。若“乙肝表面抗体”为弱阳性,则需加强注射1针。李雪梅再三强调,目前所用国产和进口疫苗均为基因工程疫苗,非血源性疫苗,不会传播乙肝病毒,民众尽管放心使用。