

专业孵化
入驻的是上海交大的创业团队。业集聚区的科技大厦正式启用。首批近日,上海“家导湾”全球创新中心



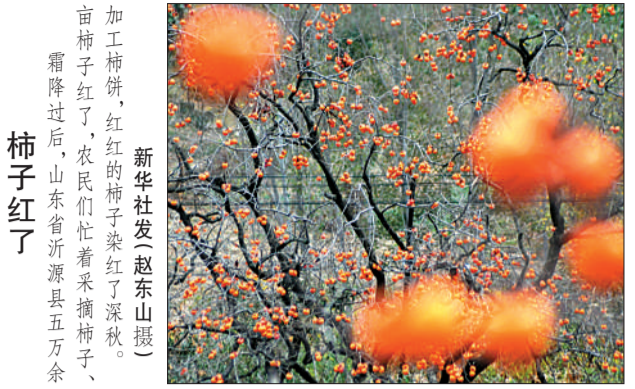
新华社记者刘颖摄



新华社记者刘大伟摄



马凯



新华社发(赵东山摄)

营养快餐

喝蜂蜜水七大禁忌

蜂蜜是老少皆宜的健康食品,其营养物质可以很快被身体吸收,并改善身体状况。喝蜂蜜水有着抗菌消炎、促进组织细胞再生、促进消化、改善睡眠、提高免疫力等多方面作用。不过,喝蜂蜜水也有禁忌:

睡前喝蜂蜜水,小心长胖又蛀牙

晚上睡前喝白开水,可以为身体一夜新陈代谢水分储备,但如果喝了蜂蜜水,水中含有大量葡萄糖,密度上升,达到睡前喝水的作用,而且会使血糖快速提高。蜂蜜水含有的糖分也极易转换为脂肪堆积在身体里,让你悄悄长胖。如果刷牙后再喝蜂蜜水,大量的细菌会在你的口腔里腐蚀牙齿。

清晨一杯蜂蜜水,不利健康

很多人觉得清晨空腹喝一杯淡的蜂蜜水,既润肠通便又下火,其实这种做法并不可取。蜂蜜水中含有相应的糖分,不是以单纯水的形式存在。饮用后,蜜中的果糖要经过人体代谢转化为葡萄糖,才能在人体所吸收利用,这样失去了清晨第一杯水清扫身体内环境的作用。而且,蜂蜜作为第一杯水,不能有效地补充机体细胞的水分,排尿时间比白开水相对减缓,降低体内排毒的功效。

高温冲饮蜂蜜水,破坏营养

蜂蜜中除含65%—80%的葡萄糖和果糖外,还含有丰富的酶、维生素、矿物质等。食用蜂蜜时,要用温水冲饮,水温不超过60℃为宜。如果高温开水冲入蜂蜜,不仅破坏了其丰富的营养物质,还会导致其天然的色、香、味都发生变化。

过量食用,引发糖尿病、龋齿

正常人每天食用蜂蜜约20—25克左右为宜。因蜂蜜中的葡萄糖和果糖属于单糖,可直接被人体吸收。如果一次进食蜂蜜量大,就可使血糖快速上升。长时间过量食用蜂蜜,会导致胰岛素分泌不足,易引发糖尿病。蜂蜜含糖量很高,而且制作精细,成品黏稠,所以有很大的致龋力。

空腹喝蜂蜜水,易致胃溃疡

蜂蜜属于甜食,甜食有增加胃酸分泌的作用,胃酸过多对于胃黏膜有损伤。空腹喝蜂蜜水容易使体内酸性增加,时间长了就会胃酸过多而得胃溃疡或十二指肠溃疡。所以,饮用蜂蜜水最好不要空腹喝,建议饭后饮用。

饭后马上喝蜂蜜水,不利消化

饭后马上喝蜂蜜水,会稀释胃液,使得进食的食物还没来得及完全消化就进入小肠,不利食物消化。而且,食物遇到水容易膨胀,对胃部造成更大压力。长期饭后饮用蜂蜜水,会增加肠胃病风险。

用金属杯子冲蜂蜜水,破坏营养

蜂蜜呈酸性,保存或者冲泡时,最好不要使用金属容器,以免发生化学反应。因为蜂蜜是带有弱酸性的液体,与金属接触时容易起氧化反应而析出如铁、铅、铝等游离金属元素,使蜂蜜颜色变黑,营养成分受到破坏。如有人吃了这样的蜂蜜,就会出现腹痛、腹泻、恶心、呕吐等中毒症状。



扫一扫
欢迎关注科技改变生活微信公众号

随着我国经济的快速发展,自驾游特别是房车旅游近年来呈爆炸性增长。仅去年一年,中国房车拥有量就增长了50%。请关注——

超级桩让房车旅游不是梦

本报记者 郭姜宁

打破砂锅

《中国旅游业“十二五”发展规划纲要》提出要大力发展房车露营地,将旅游房车纳入国家鼓励类产业目录。刚刚过去的国庆长假,自驾游已经成为一种时尚。统计数据也证明,随着我国经济的快速发展,自驾游特别是房车旅游近年来呈爆炸性增长!仅去年一年,中国房车拥有量就增长了50%,而今年专家预测全国房车拥有量将翻倍。

制约房车旅游的瓶颈

但是,对比美国900万辆房车1.9万个露营地和欧洲500万辆房车9000个露营地,我国只有3万辆左右房车和200多个营地,可以说,差距巨大,发展空间巨大!制约我国自驾游房车旅游行业发展的最大瓶颈到底是什么?是露营地建设严重不足!

没有露营地,房车和自驾游露营地就会陷入无处存放和缺乏旅游目的地困境。究其原因,投资回报率低,再好的露营地每辆房车每天最多收取120元左右营位费,配套服务和产业链没有整合,导致低回报是影响投资者信心的主要原因。

如何破解这一空白导致结构性难题,以促进我国露营地建设迈入正循环,西安的一个研究团队西安九智信管理咨询有限公司想到了答案。解决方案很简单,他们发明了一种无人值守的智能房车水电桩(简称超级桩),部署到任何一个我们可能需要接待房车的场地,通过互联网的接入,房车用户即可查询预订导航到选中的装备有超级桩的营地,自助开关水电和其他服务,同时可以预订和消费露营地周边的特色产品和服务。今年国庆长假期间,在内蒙古举行的2015第十届阿拉善英雄会上,这种超级桩超强的服务功能,时尚的七彩外形吸引了众多的自驾游爱好者,受到房车营地老板的追捧和房车爱好者的交口称赞。

这样一来,我们立即可以把具备旅游和线路价值的场地改造成房车露营地,让困扰房车自驾游用户和旅游者已久的露营地瓶颈得以解决,相关周边旅游生态体系迅速成型,整个自驾游和房车旅游市场快速发展!

智能房车水电桩

身为资深房车自驾游爱好者的发明人桂斌



近日,作为全国车辆模型顶级专业赛事,2015年全国车辆模型锦标赛(北京站)在北京市丰台区体育中心举办。优胜者将作为国家队选手出战明年8月举办的2016年世界车辆模型锦标赛。图为参赛选手正在进行赛前模型组装等准备工作。

画中有话

升级系统杜绝恶意代码

数字时尚

科技日报(记者蒋秀娟)不久前,苹果应用程序编译器XCCode被植入恶意代码(XCodeGhost),开发者使用非苹果公司官方渠道的XCCode工具开发苹果APP时,就有可能向该APP中植入恶意代码。由于XCCode的广泛应用,XCodeGhost事件被认为是自2008年APP Store上线以来最严重的安全事件。

而完全控制设备,可以在受控设备上执行打开网页、发送短信、拨打电话、打开设备上所安装的其他APP等操作。



这款叫ePint的智能水杯,杯底夹层安装了一个低功耗蓝牙收发器,使酒杯能与手机或平板电脑相连接;杯底配备了个重力感应器来监测杯子里装了多少毫升的啤酒。在手机APP端,如果喝你的酒超过了设定量,这个APP会自动帮你叫一辆出租车。

与大多数安全厂商分析被感染的APP人手不同,网康独辟蹊径,利用慧眼云的威胁情报生成能力,以被感染APP所产生的恶意流量为线索检测失陷手机,并借助网康在应用识别(尤其是移动互联网识别)方面的技术优势精准锁定失陷手机中产生恶意流量的APP。

如何预防心脏猝死?

本报记者 项铮

给您提个醒

近来常看到一些名人突然猝死的报道,原因都是严重的心跳紊乱,患者或许伴有心脏病。中国医师协会心电学专业委员会主任委员张澍告诉记者,预防心脏猝死很困难。两种疾病易导致心脏猝死,一是房颤,二是脑卒中。让大众知道预防疾病的知识,防患于未然,是最好的预防方法。

做一个预防的好方法是风险筛查。比如做基因检测,如果未来心脏猝死的几率较高,就要加强防范。如果没有做基因检测的条件,可以做心电图,但这些手段很难发现突然发生、平时没有症状的病人。

足不出户采购新鲜苹果

生活风向标

科技日报(记者蒋秀娟)又是一年金秋时,眼下正是苹果成熟采摘的好季节,随着诸多互联网技术应用的成熟,如今足不出户吃上最新鲜水果已经不是什么难事。今年,昌平苹果网(www.chapple.cn)及手机APP进一步完善,并开通了苹果果园微店,使北京市民在家中即可网上订购昌平苹果,足不出户就能享受新鲜美味。

昌平位于“山前暖带”,有优越的光、温资源。年平均日照时数长达2667小时,充足的光照不但有利于果皮着色,更催化了果实内淀粉转

化为糖分,生成维生素等化学过程。这里的土质为轻沙壤土,土层深厚,透气性好,经过多年改土,土壤中有有机质含量均在1.5%以上,最高的果园达3%。土壤微量元素含量丰富,磷、钾、铁、锌、硼元素含量均达到国家标准值,土壤pH值在7—7.5之间,可谓苹果生长发育的沃土。此外,在昌平果园,人工授粉、疏花疏果、铺反光膜、摘叶转果等多项现代栽培技术的应用,正推动着昌平苹果进入有机化栽培新时代。今年,昌平苹果预计总产量将达到2000万公斤左右,在近期举办的昌平区第十二届苹果文化节期间,昌平区还将通过苹果采摘、旅游观光等方式,吸引游客赏昌平美景、尝昌平苹果。

互联网+环保:构建全新生态链

本报记者 申明

锐观察

“通过搭载IBM的大数据模型和物联网技术,‘猫头鹰’可通过大数据分析,排查出有偷排、漏排嫌疑的企业。一旦发现可疑企业,系统自动发出预警。”近日,在出席IBM科技合作高峰论坛时,广东柯内特环境科技公司总经理朱斌表示,“这就像黑夜中的猫头鹰,第一时间发现隐匿的老鼠。”

在这次大会上,包括柯内特在内的几十家合作伙伴展示了他们与IBM合作研发的解决方案。自IBM开展“科技合作”战略以来,其已与众多合作伙伴在多个关键领域和行业成功联合开发创新技术与行业解决方案,取得丰硕成果。

据了解,柯内特利用IBM的物联网、移动互联网和大数据技术,构建了环保产业的物联网、涉污企业数据模型与移动互联平台;通过大数据模型实现了政府与企业环保预

警、主动排查、智能监管等功能;通过平台整合了产业链上下游资源。如今,柯内特已从一家污水监控的解决方案提供商,成功转型为大数据时代平台经济的运营商,进行服务的运营,并实现了商业模式的转型升级。在朱斌看来,“互联网+环保”就是通过不断推出小的应用和服务,积累庞大的用户群,不断构建全新的行业生态。我们现在做的是小客户、大平台,平台搭建起来,各种资源和服务都能整合进来,就如Uber彻底打破出租车行业的生态。据了解,IBM和企业合作伙伴采取了联合创新的模式,IBM实验室不再像过去那样按项目去做,而是真正派专家和合作伙伴的技术人员在一起,共同打造产品和平台。“我们将研发部门的资源开放出来,与中国合作伙伴共享科技,这也是区别于其他公司的根本所在。”IBM高级副总裁中国开发中心总经理王阳说。

研究发现如果病人中风了,植入这种设备大概3年中可以发现30%的病人跟房颤有关,所以可以对病因进行治疗。它是房颤引起,所以可以采用抗凝或者其他预防中风的预防。所以植入式的设备的优点主要是对一些突发、偶发、难以预测发生时间的心律失常事件可以记录下来,比跟普通的心电图相比检出率高了6.5倍。