



一口唾沫测天赋，不靠谱

打破砂锅

本报记者 李颖

“一口唾沫，就能测出孩子的天赋。家长可以有的放矢地去开发孩子的天赋和潜能，不用尝试那么多的兴趣班来挖掘特长。”最近一段时间，很多人的朋友圈都被这么一条信息刷屏了。这是脑洞大开？还是黑科技？

出孩子的天赋。

不过，家长们也有点犯嘀咕，真的只需要提取一点口腔黏膜细胞或唾液，再交上一笔不菲的费用，就能知道自家孩子是否“天赋异禀”吗？

只用唾液就能检测出基因？

唾液中口腔黏膜细胞具有完整DNA序列

在网上输入“天赋基因检测”，显示搜索结果28万个。据宣传，天赋基因检测是针对0—18岁人群进行的基因检测，通过棉签进行唾液采集，就可以检测基因，确定某人是否有“某些领域的天赋”，从而“让孩子茁壮成长”“赢在起跑线上”。这听起来十分诱人，让很多家长对孩子早作打算的家长心向往之。

在上海一家资质正规的进行“天赋基因检测”的公司网站上，这样解释了检测原理：用棉签蘸取一点唾液可以收集到多达1万个细胞，可从中分离出11种不同的基因。他们能从遗传密码中提取有关孩子智商、情绪控制、注意力、运动能力等多种信息。

基因检测真能测出天赋？

基因与天赋关系目前尚无任何科学定论

虽然用唾液检测基因是可行的，但用唾液检测孩子是否具有天赋，却没有任何科学依据。世界卫生组织专门负责“儿童和青少年健康”方面媒体联络的新闻官员表示，到目前为止，她没听说过基因检测可以预知一个孩子是否有音乐、绘画等天赋。

“目前我们的基因技术和应用方向更侧重于疾病与基因的关系，疾病与基因的关联是确凿的。儿童天赋与基因到底有无关联，还需要进一步探索和论证。”马伟楠认为，孩子的成长是基因和环境共同作用的结果，环境的作用甚至更大。就算基因能检测出孩子在音乐、体育、美术等方面具有天赋，也需要有人“领进门”，需要刻苦练习，没有一蹴而就的事情，另外还要顾及到孩子的兴趣所在。“只通过简单的唾液检测

利用一点唾液就能进行基因检测，真的靠谱吗？

北大医院实验中心马伟楠副研究员告诉科技日报记者，从理论上讲，DNA可以从身体的任何细胞中提取。但口腔黏膜的上皮细胞具有代谢旺、更新快、易脱落的特点，可以自然脱落至唾液中。这样的细胞具有完整的人类基因组DNA序列。而且相关实验结果表明，分别利用来自唾液里的DNA与血液里的DNA进行聚合酶链式(PCR)反应，二者测序结果完全一致。“之所以用唾液采集是因为比血液方便得多，而且不具备破坏性，免得小朋友受苦，因此用前者进行基因检测顺理成章。”

就断定孩子是否有天赋，是完全不靠谱的一件事。”家长不妨将其当成一个有趣的测试，但绝不能因此就给孩子贴上标签。

在天津欧德莱生物医药科技有限公司常子嵩博士看来，科学上从来没有一种基因是天赋基因。“市面上的某些天赋基因检测项目，很可能不过是对一些基因功能相关性研究成果的一种曲解，个体发育是遗传因素和环境因素共同作用的结果。但很多基因位点跟真正表现出来的性状之间的相关性并不是想象中的那样明显。基因和天赋的关系，目前科学上没有任何定论。”因此一些公司推出的天赋基因检测属于消费型检测产品或娱乐型检测产品，科研人员不支持也不鼓励。“尤其希望媒体不要推波助澜，千万别误导家长。”

拖延“有理”

心理话

杨剑兰

在愉快地度过了春节长假以后，上班的人们面对着将要开展的一系列工作，了无生趣。这个时候很多人心里想的就是一个字“拖”。其实喜欢拖延的人不在少数，这种“病”相信每个人在某个时刻都曾犯过。拖延有苦恼，因为在拖延的过程中，有事情悬着没做完会让人产生焦虑感，又因为没法控制自己的拖延而产生挫败感，还要面临做不完、被惩罚或错过机会的风险。那为什么我们宁愿忍受这些焦虑和挫败，也还是要坚持拖延呢？

任何一个行为得以发出，必然是有获益。都火烧眉毛了还在拖延的行为，可能在外人看来很铁不成钢，在自己的意识层面，也认为很不明智，但如果去探查拖延背后的潜意识动机，你会发现，从某种意义上说，拖延是一种充满智慧的适应方式，尽管这样的智慧可能会因小失大，适应也可能是不良适应。

只要不开始，我还是很好很完美的

拖延上课、拖延写论文、拖延找工作……只要开始一件事，我们就有可能面临很多困难：听不懂课、写不好论文、找不到满意工作。搞不

定、不完美、能力有限……我们索性用拖延来，保存住脑海中的幻想——我很完美，我只是没开始而已。

欧文·亚隆在《直视骄阳》中，描述了这样一个例子：一个三十几岁的女士，志向是当一个画家，在她的房间里，一个空白的画板，安静地摆放了好几年。尽管当画家是她从小梦想，但是，她始终拖延着不开始自己的创作。亚隆问她：“为什么不开始呢？我看得出来你很有想法。”她回答说：“如果我开始作画，画笔落下那一刻，我就不得不面对这个残酷的现实——我的画作竟是那么普通啊，原来那些完美惊艳，只不过是我的幻想罢了。”

拖延，让人们巧妙地保护了自我价值，让我们可以在美好的梦境中，无限畅游，不会被现实打破。

我无权拒绝，但可以用拖延反抗

拖延还有这样的功能，用非暴力不合作的被动攻击，来获取自主控制权。

试想，你的拖延都是在什么情况下引起的，是不是在必须顺从规则，但你一点也不愿顺从时引起的呢？比如领导派任务，可劲儿想拖延，但朋友约玩耍，行动力妥妥的。

领导给你派了一个你不愿意做，但又不能说不的任务，于是你会拖到最后一刻才开始，即

商业基因检测项目鱼龙混杂？

国家重点实验室也难做到确实判断基因情况

基因检测的发展，得益于2006年人类完整基因组图的绘制完成。但由于缺乏相关的准入标准和管理规范，2014年初，国家食药监总局、卫计委等部门曾联合发文一度叫停基因测序临床应用，其中就包括用于疾病预测的基因检测。

“现在商业基因检测项目鱼龙混杂。事实上，很多检测项目是直接将国内外基础科研文献中对基因功能研究的结果作为解读依据，这样的做法在临床级别的检测产品上是不恰当的。精准医学不只是嘴上功夫，分析能力，能够确实地判断基因情况，即使国家重点实验室做到也很难。”常子嵩透露，基因研究技术含量很高，尚处于初始阶段，还不适合推广，此时用于公众的临床检测为时尚早。并且基因研究是个庞大的工程，人类的很多基因秘密还未被探知，目前揭示出来的只是冰山一角。基因检测仅仅是将其中研究的相对确切的成果进行转化，而转化出来的检验方法是要经过临床试验验证的。

此外，由于基因检测方法和依据有差别，导

致最终的解读结果可能截然相反。测序仪产地各不相同，各家基因公司使用方法和检测标准也有差别，加上试剂不一、使用的数据库不同，可能导致同一个人不同公司做的基因检测，结果也会有差异。另外，对基因检测结果还需要既有生物医学专业素质，又对基因检测有深度了解的高层次生物工程人才来解读。

在常子嵩看来，这个行业涉及领域的广度和深度甚至超过了制药行业，是医学检测、生物工程、生物信息、分子医学、分子药理学、临床医学、生物化学等多学科的综合应用。因此监管部门亟需熟悉市场又精通技术的高层次复合专业人才来协助制定相关的指导、实施和监督标准。

但他也表示，如果说用唾液检测孩子的天赋科学依据不足，会对整个行业的形象起到一个负面的影响。但有时候我们确实需要这些消费级、娱乐级的产品替我们去做一些市场开拓性工作。对于整个行业来说，它们存在的价值和功劳，不能一概抹杀掉。只是希望消费者保持一颗理性的心，切勿盲目追捧。

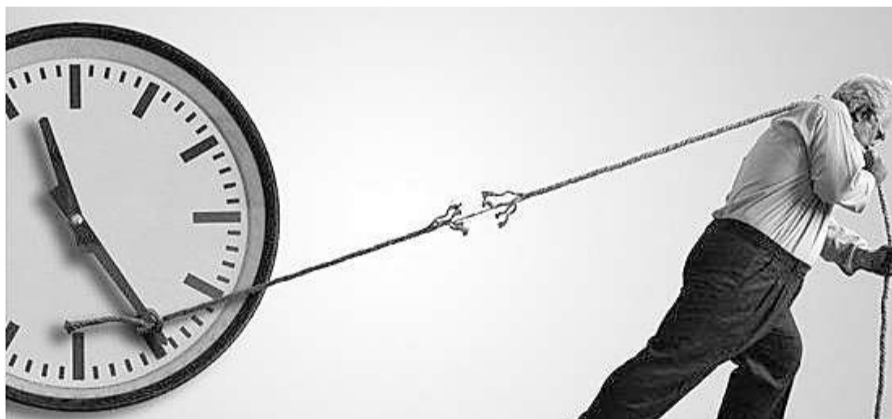
相关链接

基因检测仅用于疾病诊断和预测

目前基因检测只用于疾病诊断和预防。分两种：一种是无创DNA产前筛查，针对孕妇腹中的胎儿，利用外周血，检测游离DNA，筛查宝宝有没有患上染色体异常中发病率最高的唐氏综合征等先天性疾病；另一种是进行药物代谢基因和肿瘤易感基因检测，包括家族性乳腺癌基因的基因突变检查，以及血友病基因、地中海贫血基因突变检查等在内的20多项。

“到现在为止，有1000多种疾病可以通过

基因技术做出诊断。”马伟楠介绍说，北大医院实验室专门从事遗传病基因诊断及产前基因诊断。比如苯酮尿症，用足跟血找出病变原因；无创产前基因检测，只需采取12孕周以上孕妇5毫升的静脉血，就可同时针对包括唐氏综合征在内的多种非整倍体染色体疾病进行检测，准确率在99.9%以上；耳聋基因检测比传统检查拥有更高的准确性、更远的前瞻性，使人们在面对耳聋时，从只能患病后治疗，首次转为可提前主动预防和干预。



使时间到了，你也会找到应对方式，或者延迟交任务，借口是“其他工作太忙了，没顾不上，再给我多点时间”；或者牺牲质量，时间仓促，只能做成这样了。

这样，你是在为权力而战。拖延症起到了权力的平衡器作用，上司再有权势，也不能逼你按时按量完成，“做与不做，我不能选择，但什么时候开始，由我来决定”——这样，我们在面对权威时，更有控制感。

有恃无恐，一切尽在掌握

还有一些人拖延是因为有恃无恐，对任务难度、时间需要、自我能力、拖延结果等有着乐观的评估。或者是对自己的能力超级自信：反正到后面肯定能做完，早一点开始也是修修改改浪费时间。或者并不害怕拖延后果：拖延找工作，找不到工作我正好还可以多玩会儿；拖延方案，领导最多批一下，也不能拿我怎样；拖延写论文，大不了延期毕业。或者深谙拖延的好处：虽说早起的鸟儿有虫吃，但早飞的鸟儿

也有被灭掉的风险。比如，方案交的越早，领导的修改意见越多，修改的工作量也就越大。拖到没时间，领导也只能降低要求，勉为其难给通过了。

除了这一点，拖延还会有许多潜在动机。从适应意义来看，拖延行为有着短期获益，但如果拖延成了习惯，变成一个人的行为模式，就有可能带来长期的困扰。比如：陷入拖延怪圈，决定痛改前非，然而下一次，拖延症又犯了，积重难返；拖延期间，伴随着弥漫性的焦虑，工作效率低；改不了拖延，导致挫败感、抑郁感，影响自我评价；错过机会或引发人际关系紧张……

如果不想改变拖延的毛病，只要还在控制范围，不妨拖延，在死线前该吃吃该玩玩，不必焦虑，反正能做完。而如果拖延已形成自我和现实的困扰，成了拖延症，那改变的第一步，就要先了解：为什么拖延？只有知道卡在哪儿，才能找到解决之道。

(作者系国家二级心理咨询师)

包包·包打听

剩饭剩菜应该怎么吃？



小厨娘

春节这几天饭桌上丰盛到不行，每天都吃到肚歪，但是家里的冰箱也被剩饭剩菜弄得“肚歪”。虽说剩饭剩菜里的亚硝酸盐不至于危害健康，但是多吃也不好。要怎么办才好呢？



包包

春节过后，似乎每个家庭都面临这样的问题。对许多家庭来说，不可能因为亚硝酸盐的存在就把剩饭剩菜都倒掉不吃。所以，如何科学食用和储存食品，控制亚硝酸盐的产生和含量的变化，成为当务之急。让我们看看中国农业大学食品学院营养与食品安全系副教授、食品科学博士范志红有什么高招。



范志红

剩菜的危险在于两方面，一是细菌繁殖，二是亚硝酸盐。但前者可以通过加热而消除，后者则不能。

冬瓜、南瓜等瓜类蔬菜，番茄、青椒、茄子等茄果类蔬菜，以及扁豆、荷兰豆等豆角类蔬菜产生亚硝酸盐的风险不大。肉类、海鲜菜肴，以及豆制品，也不会产生大量亚硝酸盐。所以对于这些菜肴只要及时冷藏，并在再次食用时充分加热杀菌即可。

但绿叶蔬菜和根茎类蔬菜则需要小心亚硝酸盐问题。亚硝酸盐的特点是易溶于水，所以，如果把绿叶蔬菜和根茎类蔬菜在水中焯一下再烹调，就会去掉大部分亚硝酸盐。而且由于室温下放置时间越长，筷子翻动次数越多，细菌繁殖越多。因此还要在这些菜刚焯好晾凉，细菌数量还很低的时候将其放进冰箱。不妨在烹调之后把菜分成两份，一份在晾凉之后放进冰箱，决不翻动；另一份当餐吃掉，一点不留。下一餐拿出冷藏的那份菜，稍微热一下便可食用。

此外，最危险的是凉拌蔬菜和冷盘。它们上桌最早，室温下细菌繁殖时间长，而且下一餐还没法加热，是最危险的。因此，凉拌蔬菜吃不完要扔掉。肉类熟食下一餐要加热杀菌做成热菜再吃。

本期包包：本报记者 付丽丽

在这里你能找到包包，包包能找到专家，有什么问题，尽管砸过来吧！可以在“科技改变生活”公众号平台直接霸气提问，或者给包包发电邮，“包邮”看这里：baobaobaodating@sina.com

给您提个醒

春节后剩余烟花爆竹应妥善处理

春节过后，不少人将春节期间没能燃放完的烟花爆竹存放在家中。为此，消防部门提醒，烟花爆竹在家中长期存放将带来安全隐患，必须妥善处理。

重庆消防相关负责人介绍，随着天气逐渐转暖，烟花爆竹中含有的氯酸钾极易受潮聚热而引发自燃。春节期间剩余的烟花爆竹若在家中存放将成为巨大的安全隐患，易发生消防安全事故。

为防止意外事故发生，较为妥善的处理方式有：首先，如果剩余的烟花爆竹威力较小、价值不高、数量不多，可用水将其全部浇湿进行报废处理；其次，可将剩余烟花爆竹的情退还给原烟花爆竹销售点，由烟花爆竹批发经营企业和季节性零售单位做好烟花爆竹回收工作；第三，剩余的烟花爆竹较多时，应妥善保存并及时通知公安部门，由公安部门组织销毁、处置。

对于烟花爆竹零售企业和批发企业，门市上没有销售完的烟花爆竹，应按照规定及时清除，在规范的仓储点进行集中存储；临时摊点没销售完的烟花爆竹要及时退回原批发商处，并妥善保管。

电信业务用户签入网协议必须实名

从2月起，新入网电信业务用户签入网协议必须实名。根据工信部发布的《工业和信息化部关于规范电信服务协议有关事项的通知》，电信业务经营者与用户订立入网协议时，应要求用户出示有效身份证件，提供真实身份信息并进行查验，对身份不明或拒绝身份查验的，不得提供服务。

电信业务经营者在为开通包月付费或需要用户支付功能费的服务项目时，应征得用户同意。未经与用户变更协议，不得擅自撤销任何服务功能或降低服务质量，不得擅自增加收费项目或提高资费标准。

(图片来源于网络)

扫一扫
欢迎关注
科技改变生活
微信公众号

