

为适应新形势下广大读者对《科技文摘报》的要求,回报广大读者的厚爱,本报自 2014 年 1 月 1 日起,由目前每期 16 版,增加到每期 20 版;全年定价由原来的 82.80 元,增加到 99.84 元。特此告知,欢迎继续订阅《科技文摘报》。

科技文摘报
2013 年 10 月 10 日

2013年10月31日 星期四 第 1635 期
SCIENCE AND TECHNOLOGY DIGEST
科技部主管 科技日报社主办 科技文摘报社出版
国内统一刊号: CN11-0204
邮发代号:1-178

“天价招待费”成央企腐败死角 (2版)

我们应该忽略的 6 大健康迷信

3版
涂料成儿童
铅中毒主凶

4版
福特级航母
成本 2500 亿

8版
生物钟或揭示
人类老化过程

9版
我转基因食品
安全立法不足

9版
鲜榨食用油
存健康隐患

10版
日本开发出
奥运五色大米

13版
女孩颈椎病
罪魁是手机



中国海军第一支核潜艇部队自组建以来,创造了世界核潜艇一次长航时间新纪录;检验了中国核潜艇深海作战性能;水下发射运载火箭,宣告中国海基战略威慑力量正式形成;近日,这支“杀手锏”部队首次揭秘。图为 1985 年,高速航行中的核潜艇。中新社

一天要喝 8 杯水
不少健康指南都号召大家每天喝 8 杯水,每杯 8 盎司。这个所谓的“8×8 原则”(总量大约为 1.9 升)几乎是人们最熟稔的健康指南了,但其实,这一说法并没有科学依据。

几年前,美国新罕布什尔州达特茅斯医学院的汉斯·瓦尔廷博士突发奇想,打算调查一下这个流行说法的出处。他运用计算机检索系统,查找了所有发表在正规科学杂志上的相关论文,没

有发现任何数据支持这个“8×8”的说法。

并且,大多数人没有认识到,我们也会从食物中获得很多水。因此,英国健康部门认为,正常人每天应饮用大约 1.2 升水。

另外,我们也并非只能饮用纯水。瓦尔廷说,我们所饮用的任何类型的液体,包括茶和咖啡,都能为我们提供水分。又有人认为,纯水比其他饮料好,但这一说法也值得商榷。关键在于,如果你很健康,每天饮用足够多的茶、牛

奶、果汁等,都可以为你的身体提供充足的水分。

这个迷信的最后一方面是,我们需要强迫自己饮水,因为到我们觉得口渴时,我们的身体已经脱水很严重了。然而,真实情况并非如此。大约 30 年前,罗尔斯就已经证明,在身体感觉到体液丢失之前很久,我们就感觉到渴了。身体会让血液中的浓度增加约 2%,促使我们想喝水,但此时,身体并没有脱水,直到血液浓度增加 5%以上,我们才会认识到身

体已经脱水。

糖分会使儿童过于兴奋

“糖果兴奋”常被用来形容食用或饮用大量含糖食物或饮料后,短时间内出现的亢奋症状,对儿童的影响最为明显。

20 世纪 70 年代,有研究者记录了 28 个 4 到 7 岁患有注意力缺陷多动障碍(ADHD)儿童 1 周内的饮食,同时观察他们的行为,得出的结论是,这些孩子摄入的糖越多,就表现出越多的亢奋行为。但这项研究不能说明究竟是患有 ADHD 的孩子对含糖高的食物更偏爱,还是食物里含糖多造成了他们的亢奋。

实际上,有一个研究得出结论说,糖分效应只是父母的想象。父母和其 5 到 7 岁的“糖敏感”孩子被分成两组。一组的父母被告知,他们的孩子被喂食了大剂量的糖分;而另一组的父母则认为他们的孩子服用的是安慰剂。实际上,所有的孩子食用的都是不含糖的食物。但是,当父母观察到他们的孩子在食用食物后的玩耍状态时,那些认为孩子食用了糖分的父母更可能将其行为归为过度兴奋。

但糖分确实会采用一种令人吃惊的方式影响孩子的大脑。在一项研究中,英国斯望西大学的心理学家戴维·本顿发现,在饮用了含有葡萄糖的饮料后,9 到 11 岁的学龄儿童在记忆力测试中更能集中精力完成任务获得高分,这与过度兴奋相反,过度兴奋的一个特征是注意力无法集中。

该研究也强调,不要经常给孩子饮用含糖饮料,上述表现促进作用可能无法持续很久。不含糖的饮食能帮助身体维持稳定的葡萄糖供应给大脑,让大脑的表现更好。

(下转第 2 版)

我们身边的“窃听风云”

经过巧妙伪装的窃听窃照设备。

“使用这些东西没有门槛,简单易学。”从 2002 年起就从事反窃听行业,曾拆除百余个窃听窃照装置的兰先生说。

兰先生告诉记者,现在的窃听窃照设备大多采用无线传输技术,体积更小、无线传输距离能达到几百米,安装简单便捷。“我在电源开关、饮水机、空调、电话机、壁画、首饰包装盒里都发现过这些设备。有些窃听装置,即使装在你的皮包拉链上你都发现不了。”兰先生的话让记者震惊,他说,曾经遇到过隐蔽性最强的针孔摄像头,像他这样的专业人员“眼睛离

摄像头只有 20 厘米几乎都看不出来”,必须借助专用工具才能确定。

据兰先生介绍,在他 10 多年拆除窃听窃照设备的经历中,曾经在一些宾馆、酒店房间内发现过偷拍设备。据贩卖这些设备的犯罪嫌疑人交代,在他们的客户中,还有一些是参加各种考试的考生,这些买家利用这些“间谍工具”提高成绩。

同时,也有一些企业利用这些设备窃取竞争对手的商业秘密,从而进行不正当竞争。近年来,使用窃听窃照设备获取隐私进而实施敲诈勒索的案件也是屡见不鲜。在湖南麻阳,3 名干部使用窃听

设备和针孔摄像机,从 2012 年 3 月起,对县委书记进行了长达 7 个月的偷拍,并以此要挟县委书记,为自己谋取“政治利益”。

中国人民大学诉讼制度及司法改革研究中心主任陈卫东介绍说,根据新刑诉法的规定,公安机关在立案后,对于危害国家安全犯罪、恐怖活动犯罪、黑社会性质组织犯罪、重大毒品犯罪或者其他严重危害社会的犯罪案件,根据侦查犯罪的需要,经过严格的批准手续,可以采取技术侦查措施。

而普通公民的窃听、偷拍行为则需要承担民事责任甚至刑事责任。陈卫东说,普通公民窃听、偷拍,不论情节严重与否,都是对他人隐私权的侵犯,需要承担民事责任。

半月谈网 2013.10.22 文 / 卢国强