

警惕！虚假征信类诈骗，你中招了吗

□ 科普时报记者 何亮

日前，最高人民法院、公安部联合发布5起虚假征信类诈骗典型案例，揭露犯罪手段并提出防骗识别建议。

虚假征信类诈骗高发

2022年下半年以来，虚假征信类电信网络诈骗案件在全国各地高发，已成为当前主要的电信网络诈骗类型之一。诈骗分子通过冒充互联网金融平台客服，谎称因国家出台征信政策，要求受害人关闭在平台申请的金融业务、调低贷款利率或注销之前以学生身份在平台上申请的校园贷等，否则会影响征信记录。借此诱导受害人下载在线会议软件并共享屏幕，通过分饰多角等方式实施诈骗，逐步诱骗受害人将其自有资金或在网络平台申请的贷款转入诈骗账户。

对此，最高检、公安部高度重视，加大打击力度，全链条打击为诈骗分子非法提供个人信息、办理电话卡以及架设GOIP设备等网络黑产犯罪。

反诈预警安全提示

如何进一步增强识别防骗意识和

能力？最高检、公安部同时发布反诈预警安全提示。

一是认真核实互联网平台客服来电。互联网平台客服不会使用个人手机号或其他非官方社交方式联系客户。在接到这类电话时，要提高警惕，不要轻易泄露个人信息；如有疑问，可直接拨打平台官方客服电话核实。

二是果断拒绝以影响征信为由关闭或注销账户的要求。个人征信由中国人民银行及其派出机构统一管理，任何机构或个人无权删除或

修改。

三是审慎回应添加好友共享屏幕的请求。添加好友共享屏幕是虚假征信类诈骗的固定套路，不要轻易下载视频聊天或屏幕共享软件与陌生人聊天，更不要共享屏幕中进行银行账户操作，以防个人信息泄露。

四是严格禁止向陌生人转账或借贷。对于陌生人要求操作转账或借贷，坚决不予理会，并拒绝透露个人身份证件号码、银行账户、验证码、密码等个人信息。



(视觉中国供图)

虚假征信类诈骗典型案例

案例一：注销校园贷。1月，胡先生接到自称某金融平台工作人员电话，询问他大学期间是否开通过贷款账户，又以银保监会要求注销在校及毕业大学生贷款账户，否则影响个人征信为由。提示他下载视频会议软件并开启屏幕共享，暴露其存款，并告知他需将存款全部转至平台专用账户后才能成功注销，注销后会如数退还。就这样，胡先生先后向骗子账户转账6万余元。

案例二：消除不良记录。1月，冯先生接到某金融平台“客服”电话，准确说出了他的身份信息，并称他曾在该平台上借贷，存在违约行为，已经影响个人征信。冯先生信以为真，进入对方发来的假冒“征信查询”网站，向“官方客服”求助。“官方客服”让他必须尽快把各个网贷平台的借款额度清零，将借款转至专用账户查验资金能力，才能修复征信。冯先生54万余元被骗。

案例三：扣除违约金、利息费。1月，王女士接到固定电话，对方自称某金融平台客服，说她在平台有20万元借款额度，因长期未使用，将扣除3000元违约金，并影响征信。并声称可以帮助注销，让她下载视频会议软件并开启远程控制功能。对方通过远程操作她的手机，帮助她清空借款额度，实际是在该金融平台上借款，并直接提现至指定银行账户，先后骗取她17万余元。

元宵佳节说花灯

□ 稽立平

因新年第一个月圆之夜在农历正月十五，正月即农历元月，夜为宵，故称这天为元宵节。旧时，人们过元宵节除了吃元宵、庆团圆之外，还要去逛灯市、赏花灯，将赏花灯系列民俗活动统称“正月十五闹花灯”。

元宵节闹花灯的由来

我国元宵节期间闹花灯的习俗，始于汉，兴于唐，盛于宋，延续至今已有一千多年历史。

元宵节闹花灯的由来有多种说法。一说始于西汉，汉武帝对于太一神（即太阳神）十分虔诚，在甘泉宫修建了“太一祠坛”，从正月十五日黄昏开始，点起盛大的灯火，通宵达旦进行祭祀，从此形成正月十五张灯结彩的习俗。

还有一说始于东汉时期，明帝刘庄提倡佛教，听说佛教有正月十五僧人观佛舍利、点灯敬佛的做法，就下令这天夜晚在皇宫和寺庙点灯敬佛，并令士族庶民都挂灯，这种佛教礼仪遂由宫廷发展到民间，成为元宵节点灯的开端。

另据史载，唐朝时佛教大兴，唐玄宗接受西域和尚婆陀的请求，在公元713年正月十五夜取消都城的宵禁，点燃千盏华灯供佛，任人出游观赏，自此元宵张灯成为法定之事。

花灯制作艺术的演进

灯笼是古时灯具的一种，据我国著名考古学家魏存成考证，中国的灯笼是世界上发明最早的(即灯笼的雏形)。甲文中的“东”字，可能就是“灯笼”的雏形。

汉代以前灯笼的材质不详，估计多为布、树皮或兽皮做成。纸是在东汉时期发明的，所以纸灯笼只能在东汉发明了纸以后出现。

南北朝时期已有灯笼的记载，《南史》中有“壁上挂灯笼”。葛，就是用麻织成的白色粗布，用它制成的灯笼，就是灯笼的原始雏形。

唐代的花灯制作，已经有了很高的技术含量，出现了制作精巧的“灯树”“灯楼”等。《朝野僉载》记载：唐睿宗二年正月十五，在安福门外做一巨型灯轮，高达二十丈（约66.7米），装饰着各种丝绸、金玉，灯轮悬挂花灯五万盏，俨然一个花灯“摩天轮”。《开元天宝遗事》提到，当时杨贵妃的二姐韩国夫人置办了百枝灯树，灯树高八尺（约26.7米），竖之高山。在元宵赏灯，光芒亮到百里可见。

宋朝花灯制作比唐代愈加先进。南宋开始出现走马灯，也叫纸灯笼，灯屏上画剪纸图像，下设轮轴，在灯内点上蜡烛后，燃烧产生的热力造成气流，带动轮轴转动，烛光将剪纸的影子投射在灯屏上，图像犹如走马般旋转如飞。

明代元宵节要在紫禁城午门外搭建“鳌山灯棚”，将上万盏彩灯铺叠成形状似鳌的一座灯山，高十多层，灯辉熠熠，灿若繁星，制作工艺非常复杂。

清代元宵节还出现了冰灯。这是清朝入主中原后带进来的关外习俗，由冰雕技师“结冰为器，裁麦苗为人物，殊可观也”，既有雄伟壮观的大型建筑群，又有精巧玲珑的小冰灯，其人物、动物、花卉、千姿百态，栩栩如生。

在中华传统文化的演绎中，历代能工巧匠用其聪明才智，不仅扮靓了我们的文化生活，而且推动了制作艺术的发展进步，在当代愈加历久弥新，积厚流光！

(作者系中国科普作家协会会员)

延伸阅读

洛阳宫灯，渐入寻常百姓家

□ 高桃芝

“去年元夜时，花市灯如昼。月上柳梢头，人约黄昏后。”元宵节即将来临，洛阳古城宫灯璀璨，喜庆洋溢。

洛阳宫灯，又称宫廷花灯，顾名思义是皇官专用灯，以细木为骨架镶上绢纱或玻璃，并在外绘各种图案的彩绘灯。其造型独特、工艺精湛、多形多姿，集绘画、雕刻、彩灯于一体，给人以美的享受，充满雍容华贵的宫廷气派而闻名于世。

因地处洛水之阳而得名的洛阳，历经13个王朝建都于此。其宫灯历史悠久，早在东汉时期就是宫廷御用品。相传汉光武帝刘秀建都洛阳后，为庆贺太平，于元宵节在宫廷里张灯结彩，盏盏宫灯，各呈艳姿。隋唐时期，每逢元宵节，洛阳全城宫灯璀璨，“谁家见月能闲坐，何处闻灯不看来”，人人提灯胜游，争奇斗艳。至明代，洛阳宫灯逐渐从宫廷流民间，从洛阳走向全国，成为汉族传统工艺品。它具有浓厚的地方特色，与丰富的民俗节庆活动紧密相连。

洛阳宫灯分为四大类，即张合架纱绸宫灯、拼装架方架形彩绘宫灯、拼装架多角彩绘宫灯和玩灯、花灯类。具体而言，张合架纱绸宫灯分三种形式：圆样宫灯、老



图为京杭大运河畔的台儿庄古城，花灯璀璨，吸引众多游人前来赏灯、游玩，感受浓浓的节日氛围，喜迎佳节。

(视觉中国供图)

样宫灯、清化样宫灯；圆样宫灯，也叫门灯，主要用于装饰大门。老样宫灯，是老辈流传下来的传统式样，灯型自然流畅，主要作为商店的字号灯；清化样宫灯据传由清化县（今河南省焦作市博爱县）流传而来，多为官街灯和还愿灯；至于玩灯、花灯，是灯节中儿童提灯游玩所用，常见的有猴灯、玉兔灯、仙鹤灯、龙头灯、宝塔灯等。因为属于玩物，所以此类灯一般做工粗糙。

洛阳宫灯可在用时撑开，不用时合上，伸缩自如，收纳方便。传统的洛阳宫灯，除了一些具有特定用途如还愿灯外，红色很少，绝大多数为白绢或白纱做面。以此最大限度地发挥官灯作为灯笼的实用性，白灯显得更亮照得更远，而且灯面图案看得更清楚。

洛阳宫灯纯手工制作，工艺考究，需要旋灯座、开灯槽、破篾、打孔、穿篾、安撑等70多道工序。凝聚了精致手艺、高超匠心，聪颖智慧。首先要旋上下灯座，将干透的榉木锯成短段，旋成圆形，用锤錐在外围倾斜着开灯槽，用于安装灯篾。掌灯做骨架用的竹篾也有讲究，选择硬度、弹性好的洛宁青竹，

不生虫，经久耐用。随着工匠手起刀落，起承转合，一条条直径玲珑的竹篾用细铁丝穿好后，插到上下灯座的灯槽中，安好灯篾，撑开灯，宫灯的轮廓就出来了。紧接着捏灯，当灯型圆润美观时，固定灯篾，再糊上灯纸。做好的宫灯，还要题字或绘画。字体多扁形，称灯体字。绘画的内容非常丰富，花鸟虫鱼、山水人物等，栩栩如生。至此，一盏宫灯呱呱坠地，清灵飘逸，别致惊奇。如同光明的使者在一声声欢歌中袅娜起舞，惊艳着时光，温柔着岁月。

中华人民共和国成立初期，还专门组建了洛阳宫灯厂，制作宫灯送往北京天安门和故宫。1957年有12个品种投入国际市场，远销新加坡、欧美等地。洛阳宫灯于2008年入选第一批国家级非物质文化遗产扩展项目名录。2019年11月，《国家级非物质文化遗产代表性项目保护单位名单》公布，洛阳市文化馆获得“洛阳宫灯”保护单位资格。如今，传统文化与现代元素碰撞点燃了激情的火花，洛阳宫灯在时光的长河里熠熠生辉。

(作者系中国科普作家协会食品科普创作专业委员会会员)



锡伯族

兔年说兔

□ 单守庆

春节归来，锡伯族朋友说起在老家过年的见闻仍兴奋不已：年味浓，消费热，话题多。兔年说兔，更是他们绕不开、说不完的话题。

全国最大的锡伯族聚居地在辽宁省沈阳市沈北新区，是锡伯族的主要发源地，也是中国锡伯族博物馆所在地，拥有锡伯族37个非物质文化遗产项目中的36个。全国唯一的锡伯族县是新疆维吾尔自治区察布查尔锡伯自治县，该县创刊50多年的《察布查尔报》，是全国唯一的锡伯文综合性民族报纸。在内蒙古自治区东部和黑龙江省嫩江流域等地，还有散居的锡伯族。据《中国统计年鉴2021》统计，我国锡伯族人口为191911人。

锡伯族两个聚居地之所以在相距万里之遥的辽宁和新疆，那是因为乾隆二十九年（1764年）农历四月十八，锡伯族4000多名官兵及家眷西迁新疆屯垦戍边。此后，便有了纪念西迁壮举的“西迁节”，也叫“四一八节”“怀亲节”。

锡伯族是一个历史悠久的古老民族，享有“弓箭民族”盛誉。“雪飘如蝶飞，驰骋共撒围。踏遍千万山，猎犬凯歌回。”民歌反映了锡伯族人酷爱骑马射箭，喜欢食用野猪、野鸡、野兔等野味。如今，他们对食用野兔有了新的认识。新疆有一种伊犁鼠兔，目前数量不足1000只，比大熊猫还珍稀，已被列入《IUCN（世界自然保护联盟）濒危物种红色名录》。东北黑兔、东北兔、高原兔等野兔，也被列为国家保护动物。作为有益或有重要经济、科学研究价值的“三有”野生动物，野兔是不准私自捕猎和出售的。这种情况之下，锡伯族采取巧妙的“以素托荤”办法，制作“仿荤”兔肉，素食荤做。

和汉族同样过春节、端午节、中秋节等传统节日的锡伯族，2023年兔年春节美食精彩纷呈，既有旧习俗的旧味道，也有新习俗的新样貌。为了保护野生动物和传承“兔年吃兔文化”的传统，他们以传统农作物及其加工品作为食品原料，在春节餐桌上呈现“兔饺子”“兔包子”“兔饼干”“兔兔饼”“吉兔纳福”点心。这些面制品的颜色都来自新鲜蔬菜、水果：绿色用菠菜汁、黄色用南瓜泥、紫色用紫薯泥等等，有的还是“老字号”饽饽铺里非遗古法手工制作的美食。一个个兔子形象神态逼真，人们夸赞这是“无声的诗、立体的画、凝固的音乐”，丰富和滋养着当代人的春节饮食生活。

玉兔呈祥的兔年，锡伯族人用行动带给人们可贵的健康启示。

(作者系中国药膳研究会副会长、中国科普作家协会食品科普创作专业委员会主任委员)

科普一下

冰雪运动如何防范损伤

科普时报讯（记者罗朝淑）时值寒冬，市民参加冰雪运动的热情持续升温。这项备受北方人欢迎的体育项目，因滑行速度较快，运动过程中发生损伤的风险也比较高。那么，运动时最容易发生哪些损伤？如何防护、避免损伤呢？

国家体育总局运动医学研究所副主任邹荣琪告诉记者，冰雪运动中，最容易发生急性损伤的部位，一是下肢损伤，约占所有损伤的43%—77%，主要以膝关节前交叉韧带损伤、半月板损伤和踝关节侧副韧带损伤为主；二是上肢损伤，主要涉及拇指和肩部；三是头颈部损伤，主要是颈椎骨折、颈椎脱位和脑震荡等。

如何做好防护，避免损伤呢？邹荣琪说，首先要加强冰雪运动爱好者的安全意识教育。比如让滑雪者正确评估自身技能水平，避免去超过自身技术水平的赛道滑雪。运动前做好准备活动，尤其是膝部、肩部和颈部等做好充分拉伸；运动时正确佩戴好护具，如头盔、护膝和护臀等，对易冻伤的部位采取保温防冻措施。其次是在运动中摔倒时注意自我保护。如单板滑雪时不小心摔倒，双臂要抱于胸前、屈膝下蹲，让身体向后摔倒，但要注意保护头部，避免头部着地。双板滑雪时，要迅速屈膝降低重心，双臂抱于胸前，身体向侧方顺势倒下，以一侧臀部与身体着地。

邹荣琪提醒，在进行冰雪运动过程中，当感到颈部及脊柱损伤时，切忌自己挪动，一定要呼叫专业救援，避免造成二次受伤。另外，冰雪运动对运动技巧要求高，危险性较大，患有骨质疏松、心脏病和高血压的人群不建议参加。

科学看待食品添加剂

节日佳宴，讲究色香味美。为了让食物色泽诱人，人们在加工食品时会用到日落黄、诱惑红等人工色素。有人认为是彩色食品会导致儿童多动症，真是这样吗？

相关研究依据并不充分

首次宣称儿童行为跟摄入食品色素有关的是儿科医生杰明·法因戈尔德。随后也有相关研究和观点。日本岩手大学用含诱惑红食物喂养老鼠，发现DNA损伤；哥伦比亚大学研究人员对色素与儿童多动症的既往研究进行荟萃分析，显示二者存在相关性。不过，研究数据远不够充分。

2007年，英国南安普顿大学研究团队在《柳叶刀》发文称，研究者对153名3岁儿童和144名8—9岁儿童通过随机分组，让他们分别饮用A、B两种含有色素和防腐剂苯甲酸钠的饮料，或不含这些成分的对照饮料。发现饮用含人工添加剂饮

料的儿童与对照组相比，表现出更多过度活跃、注意力不集中等问题。因此推测，这种色素和防腐剂成分可能增加儿童多动症的风险。然而，该研究被媒体放大，引起许多负面影响。

不过，很快有专家指出了这项研究存在的问题，比如研究中使用的是两组成分复杂的添加剂混合物，而缺乏对单一成分的评估。摄入人工色素的儿童与对照组相比虽然有统计学上的“显著性差异”，但他们的多动症评分实际相差并不大，研究无法证明两组间的差异真的具有实际意义。

没有证据表明色素影响健康

一些环保和儿童组织也要求欧洲食品安全局（EFSA）限制色素使用，同时修改相关色素的安全限量值。EFSA对人工色素安全性评估指出，考虑到该研究的局限性，它并不足以作为修改这几类添加剂每日容许摄入量依据。在综合各方数据之后，EFSA认为，没有证据表明这几类色素会影响儿童智力发育。

EFSA指出，1—10岁儿童的确可能会

有更高的暴露量和安全风险，出于对儿童健康的谨慎考虑，欧洲食品安全局还是认为应该加强监管，加大对儿童健康的保护。

美国FDA也对人工色素与儿童健康的问题进行了评估并指出，调查数据显示，美国人平均的人工食用色素摄入量远远低于安全上限，即使是摄入量达到全民平均值的10倍，也还是远低于安全上限，因此无需担心这些色素带来健康风险。目前，也没有充分证据证明这几类色素影响儿童健康。考虑到中国人食用加工食品的量要少于美国，我们的人工色素摄入量因此更少，故而无需过多焦虑。

无添加并不能改善多动症

基于人工添加剂导致儿童多动症的观点，也有人试图通过“无添加饮食”来预防和治疗儿童多动症。经过研究证实，这种方法并没有实际效果。

杰明·法因戈尔德医生就是“无添加饮食”创始人。20世纪70年代，他就宣称不含人工添加剂的食谱可以让至少50%的多

动和学习障碍的儿童状况得到改善。事实证明，支持他观点的证据却只是一些不严谨的临床观察结果。在随后进行的对照研究和荟萃分析中，都没有找到支持“无添加饮食”的有力证据。

虽然对人工合成色素安全性的担忧普遍存在，但也没有确切证据表明，它会导致儿童多动症。事实上，世界各国对食品色素的使用和管理都有严格限制。目前看来，只要是符合标准的使用，无论天然色素还是人工合成色素都是安全的。

考虑到使用人工色素的食品很多都是糖果、膨化食品之类的高热量零食，也确实应该对孩子的食用量加以控制。帮助孩子养成良好的饮食习惯，减少对加工食品的依赖，抵御各种零食的诱惑，才是家长们应该努力的方向。

(作者系中国科普食品与健康信息交流中心科技传播部主任、副研究员、中国互联网联合辟谣平台专家委员会成员)