

# 当心,淋雨也可能淋出“致命危机”

□ 科普时报记者 陈杰

近日,河南的海女士在外突遇暴雨,所穿的雨衣未盖到头部,淋了十几分钟雨。回家后她忙着给孩子洗澡,没顾上自己,晚上突然浑身抽搐、口吐白沫、短暂失忆,确诊病毒性脑膜炎住院治疗。无独有偶,在湖南长沙,一男子下夜班途中淋雨,被确诊为化脓性脑膜炎,并转入重症监护室治疗。

## 淋雨为何导致脑膜炎

其实,淋雨本身虽不会直接致使脑膜炎的发生,但会显著增加患病风险。解放军总医院第一医学中心神经内科副主任医师李懋解释,当人淋雨受凉后,身体的生理机能会发生一系列变化。此时,机体抵抗力会下降,呼吸道黏膜的防御功能也随之减弱,这便给了细菌和病毒入侵人体的可乘之机。

李懋介绍,常见的致病菌,如脑膜炎奈瑟菌、肺炎链球菌,传播途径多样。它们可能随着飞沫在空气中传播,也可能原本就定植在咽喉部。一旦人体因淋雨受凉而变得虚弱,这些病菌就会伺机进入血液,或者通过鼻窦、中耳等部位扩散。它们还能够突破血脑屏障,引发感染,对脑部造成严重威胁。“此外,肠道病毒、单纯疱疹病毒等同样会乘虚而入,导致病毒性脑膜炎。”

## 淋雨后该如何正确应对

既然淋雨会增加患病风险,那



视觉中国供图

么淋雨后我们该如何正确应对呢?李懋建议,首先,要尽快换上干衣服,并用温水擦身或洗澡。尤其要重点关注脖子、后背等容易受凉的部位。

其次,可以喝杯姜茶或热水,两者都有助于提升身体的温度。同时要注意,不要立即吹空调或大口喝冷饮。吹空调会使室内温度迅速降低,大口喝冷饮则会让胃肠道受到寒冷刺激,这都可能导致“二次受凉”,进一步削弱身体的抵抗力。

再者,头发一定要及时吹干,特

别是在晚上睡觉前。湿头发贴着头皮,容易导致寒气侵入。

最后,李懋提醒,如果淋雨后出现头痛、发热、呕吐、颈部僵硬等症状,千万不要硬撑。这些症状很可能是脑膜炎的早期信号,如有这些症状应及时就医。



轻松扫码 科普一下

# 赛鸽靠什么找到回家的路

□ 科普时报记者 史诗

赛鸽的归巢能力令人惊叹不已。它们能够从几百公里甚至上千公里外的陌生放飞点,准确无误地返回家中。

赛鸽究竟是凭借什么找到回家的路?国家动物博物馆原馆长、首席科学家孙忻解释,这是多种生理机制与环境适应能力共同作用的结果,目前科学界公认的核心机制主要包含以下几类。

首先,赛鸽体内可能存在感知

地球磁场的“磁受体”。主流研究认为,这一“磁受体”与内耳中的含铁细胞或视觉系统中的隐花色素(CRY蛋白)密切相关。地球磁场并不是均匀分布的,其强度和倾角在不同地区存在着细微的差异。而赛鸽就如同携带了一张“全球磁场地图”,能够敏锐地感知这些差异,从而精准定位自己与巢穴的相对位置。

其次,赛鸽具备通过太阳的位置

和移动轨迹来判断方向的能力。孙忻介绍,即便在阴天,太阳被云层遮挡,赛鸽依然能够通过体内精准的“生物钟”校准太阳的虚拟位置。它们似乎构建了一个无形的时钟,无论外界环境如何变化,都能依据太阳的运行规律来确定方向,指引自己归巢的旅程。

再者,研究发现,赛鸽对放飞点与巢穴之间的“标志性景观”有着极强的记忆力。“它们仿佛拥有一双超乎常人的眼睛,甚至能够识别人类肉眼难以察觉的地理细节,诸如植被分布、地面颜色差异等。”孙忻说,这些看似微不足道的细节,在赛鸽眼中却如同一个个重要的路标,帮助它们在复杂的地形中找到回家的路。

此外,部分科学家还提出了“嗅觉假说”。他们认为,赛鸽能够记住巢穴周围独特的气味分布,并且在飞行过程中,通过感知沿途空气中的气味梯度来判断方向。这意味着赛鸽不仅依靠视觉和磁场感知,还利用嗅觉为自己导航。



在波兰赛鸽国际博览会上展示的鸽子。视觉中国供图



扫描二维码,了解赛鸽如何找到回家路。



扫描二维码,了解缺钾应该如何应对。

## 纯净水会过期吗

□ 科普时报记者 史诗

当下,很多人生活中都有购买瓶装纯净水的习惯。但也有人担心,纯净水是否会过期?

对此,知名科学科普博主云无心表示,瓶装纯净水里的水(H<sub>2</sub>O)本身不会过期,但瓶装水有保质期。其保质期主要是针对包装,塑料瓶长期存放,尤其经过暴晒、高温,可能老化释放微量物质,水就会有股“塑料味”。“开封后没喝完,空气中的细菌、灰尘会跑进水里,放久了就容易滋生微生物。”云无心说。

相对于矿泉水,纯净水被剔除了所有杂质,不管用自来水还是地表水做原料,都会通过反渗透、蒸馏等操作,把钙、镁等矿物质去掉,成分里基本只有H<sub>2</sub>O。这也带来了许多优点,云无心举例,如口感清爽,以及用在加湿器、美容仪里也不易结垢等。

那么,野外的山泉水是纯净水吗?云无心表示,山泉水看着清透,但不是纯净水,可能藏着细菌、寄生虫等,简单过滤根本搞不定它们。“山泉水直接喝是非常危险的。”云无心建议,喝山泉水必须要消毒,最靠谱的方法是将其烧开,并且在水沸腾后再煮1-3分钟。



扫描二维码,了解纯净水为何适用于加湿器、美容仪。

## 高温下人体为啥易缺钾

□ 科普时报记者 陈杰

中央气象台8月27日6时继续发布高温黄色预警,浙江西北部、湖南东部、江西、重庆等地局地最高气温可达40℃。高温天气,过量出汗易导致“低钾血症”,长时间缺钾甚至容易猝死。

浙江大学医学院附属第二医院全科医学科副主任童钰铃表示,高温下人体大量出汗,体内的钾离子会随汗液一起排出,出汗越多,钾的丢失也越多;天气一热人也容易没胃口,吃得少,相应钾的摄入量也会不足。

一边是丢失过多,一边是摄入不足,血钾就会下降。“当血清钾小于3.5mmol/L(毫摩尔/升)时,会引发‘低钾血症’,出现肌无力、腹胀,甚至心律失常等症状。严重时可能会要命。”童钰铃说。

童钰铃建议,如果是轻度缺钾,通过食物的补充基本就能解决。水果可以选择香蕉、橙子、草莓等;蔬菜可选择菠菜、土豆;豆类中的黄豆、绿豆含钾量也很高。

如果缺钾严重,短时间内又无法摄取足够的含钾食物,就需要药物补钾。较常见的补钾药有氯化钾缓释片。但童钰铃提醒,药物补钾一定要遵医嘱,别自己随意补。血清钾浓度高于5.5mmol/L会引发“高钾血症”。