

## 9月科学流言榜发布,列出一些“伪科学”说法

## 螃蟹有“针眼”,是被人打了东西?

## “科学流言”榜

反季节果蔬吃了有害健康?买来的螃蟹有“针眼”,是被人打了东西?9月科学流言榜发布,辟谣的“伪科学”秋味渐浓,你上当了吗?

**流言1** 反季节果蔬会使用很多农药,吃了有害健康?

**真相:**这种说法不恰当。反季节果蔬不等于使用很多农药的果蔬,适量食用反季节蔬菜同样能补充营养,关键在于科学选择与清洗。

农药并不是想用就用,无论是应季还是反季的果蔬,用多了或用错了农药会伤害果蔬,增加成本,还可能导致抽检不合格等问题。

反季节果蔬的种植是通过一系列科学的

农业技术手段来实现的。比如借助温室、大棚等设施调节环境;采用生物防治、物理防治等多种手段减少化学农药使用。

我国对于农药残留有严格标准,在购买果蔬时应选择正规渠道,并关注果蔬的产地、认证等信息。此外,正确的清洗与处理方式也能有效降低农药残留风险。比如,使用流动水冲洗、浸泡后清洗等方法,都能有效去除果蔬表面的农药残留。

**流言2** 买来的螃蟹有“针眼”,怀疑是被注水、注胶或者打了兴奋剂?

**真相:**市场上螃蟹身上的小孔,并非注水或注胶造成。

螃蟹的外壳非常坚硬,要想穿透它注入液体,就必然会破坏蟹壳。而一旦蟹壳被破

坏,螃蟹体内的脏器所处环境的渗透压会发生剧变,这会迅速导致螃蟹死亡。对于商家来说得不偿失。这些小孔通常只是捕捞和运输过程中螃蟹相互碰撞的结果。

螃蟹体内的透明胶状物质其实是蟹膏,是雄性螃蟹的副性腺及其分泌物,不仅营养价值高而且味道鲜美。至于注射激素或兴奋剂的说法,也是不实的。这些药物对螃蟹无效,还会破坏水质,导致螃蟹死亡。螃蟹养殖需要良好水质,任何有害物质都会影响其生存。

**流言3** 买保质期短的月饼,防腐剂更少?

**真相:**月饼保质期的长短受多种因素影响,并非只取决于防腐剂的添加量。

一些月饼之所以能长时间保存,主要有三个原因:一是在生产过程中经过高温烘焙,

经历了多次灭菌处理,微生物基本被杀灭殆尽;二是现在的包装工艺不断提升,产品密封完整,还往往会充入氮气并放入除氧剂等;三是大部分月饼属于高糖高油食品,水分含量少,不利于微生物生长繁殖。

保质期短也不意味着月饼更新鲜或添加的防腐剂更少。月饼的保质期与原料的新鲜度、加工过程、加工条件以及后续储存条件等都有关系。有些月饼由于采用的原料或馅料特性(比如含水量较高、蛋白质含量较高等),本身就更容易滋生微生物,保质期相对较短。而一些保质期长的月饼可能是因为其原料和生产工艺使得其本身就比较耐储存,不能单纯依据保质期长短来判断月饼的新鲜程度和防腐剂含量。

本报记者 郜阳

## 上海交大团队探索适合国人的“大脑健康运动”

## 引入双语训练,提升老人认知能力

“Happy Birthday!”在闵行一家社区居家养老服务中心,上海交通大学“语言康桥”银发课堂的志愿者们正在为老人们上课。这个英语兴趣班教爷爷奶奶简单实用的场景对话、歌曲学唱,鼓励老人开口说话,积极学以致用,更重要的是,这是一项依托国际前沿的双语语言认知科学理论,通过语言训练预防、延缓老年人认知障碍发生发展的老年人认知健康研究与实践。

“语言学习和双语训练可能是预防和延缓老年人认知障碍的有效手段。”项目领衔人上海交通大学外国语学院教师徐丽珑介绍,近年越来越多研究表明,双语经验可以延缓认知障碍的发病。研究结果显示:与单语者相比,双语者的认知障碍发病时间平均推迟4—5年;双语者在经历脑卒中后,失语症状的程度较轻,恢复速度也更快。

徐丽珑与上海养志康复医院的钱倩医生合作,为一名脑卒中失语患者量身定制双语

康复方案。这位患者之前接受的汉语康复训练已到瓶颈期,改用英语进行康复训练后,中英文理解和表达能力都有显著提升。“通过‘双语失语症检测’评估我们发现,尽管进行英语训练期间没有开展汉语相关训练,但英语训练不仅帮助他恢复了作为二语的英语能力,还意外地促进了母语中文的恢复。”

徐丽珑是英国剑桥大学语言学的博士,她发现在多语种聚集的欧洲开展的许多基于印欧语系的语言与健康的研究都有很好的发现和社会效应。在上海交大,她组建了一支由语言学、心理学、脑科学等不同学科背景的本科生组成的跨学科团队,举办了“语言

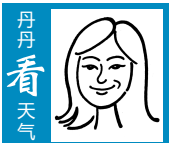
康桥”银发课堂志愿者活动,希望通过公益服务、科研合作,探索“中文+英文”“方言+普通话”等语言组合,建造适合中国人群健康的语言学桥梁。

“依早!”“饭吃过哦?”“沪语共有5个声调,是学习的难点。大家注意看我们的手势和指挥,来调整声调发音噢!”团队编写教案、培训志愿者,在闵行区、浦东新区民政局和松江区政府的支持下,今年上半年已在首批试点养老院开展沪语学堂、英语兴趣班等语言课程,通过情境化、互动性和趣味性的课程,策划多种语言实践活动,鼓励老人们学习语言、展示成果。暑期,团队将上海经验复制

推广,在新疆、福建、山东开展基于当地老人语言需求的实践,还开发了一套“偷快学普通话”的系列课程,帮助习惯讲方言的老年人掌握基本的普通话听说能力,方便他们与家人和外界交流,同时锻炼语言能力和认知功能。

“加强语言训练与健康研究与实践具有重要的科学意义和应用价值。但遗憾的是,目前我国在这一领域的研究还较为缺乏。我们希望通过学科交叉,探索适合国情的语言干预模式和路径。”徐丽珑说,“就像身体要运动,语言是大脑的积极锻炼方式。我们要为中国人找到适合自己大脑的‘语言运动’项目。”

本报记者 易蓉



丹丹看天气

**本报讯** (记者马丹)申城凉意十足。国庆假期第三天,本市以多云天气为主,中午以前东部局部有短时阵雨,持续时间不长。早间全市最低气温多在17℃、18℃上下,其中,崇明站最低气温仅14.1℃,是今年入汛以来的新低。偏北风徐徐,相对湿度90%~40%,今天最高25℃,白天体感较为舒适,适宜出游。但是,明天雨水将重新“现身”。

今年第18号台风“山陀儿”(台风级)移动缓慢,并快速减弱。今天9时,它的中心位置已经到达距离台湾省高雄市南偏西方向约40公里的海面上,并以每小时5到10公里的速度向北偏东方向缓慢移动,于10月3日中午到傍晚在台湾岛西南部登陆(台风级),登陆后强度快速减弱。据上海中心气象台预报,明天白天申城以多云天气为主,夜间起受“山陀儿”倒槽影响,本市有明显降水。6日至7日还有弱冷空气扩散,本市又将有一次降水过程。气象专家提醒,气温略有起伏,最低气温预计在18~21℃,最高气温在23~26℃,早晚凉意明显,白天体感舒适,降水过程与返程高峰正好重叠,市民出行留意预报预警信息,提前做好生活及出行安排。

台风「山陀儿」今在台湾岛西南部登陆



## 采摘葡萄 感受丰收

今年国庆长假里,不少市民辟蹊径,纷纷举家前往市郊,感受田间地头的采摘乐趣,体验闹中取静的独特氛围,与果农共享丰收的喜悦。

图为昨天小游客在金山区施泉葡萄园大棚里采摘葡萄

特约通讯员 庄毅 摄影报道

## 长三角中欧班列1至9月开行同比增15.7%

中国铁路上海局集团有限公司(以下简称“上海局集团公司”)日前透露,今年1—9月,长三角中欧班列累计开行了2304列,发送货物23.7万标箱,分别同比增长了15.7%、15.3%。

9月18日,在东海之滨的连云港,一趟满载卷钢、硅钢片等出口货物的中欧班列从中哈(连云港)物流合作基地开出驶往乌兹别克斯坦首都塔什干。作为共建“一带一路”倡议落地的首个实体项目,中哈(连云港)物流合作基地今年以来已累计到发中欧班列近530列,形成一条以汽车配件、电子产品、棉浆、日常生活用品等特色货物运输为主的国际货运通道。

今年以来,长三角中欧班列已连续7个

月单月开行数量突破230列。上海局集团公司科学合理编排中欧班列运行计划,有效利用货运通道能力,积极推动中欧班列高质量发展,开行数量和运行品质持续提升。同时,用好跨里海国际运输走廊,实现跨里海中欧班列常态化开行。截至目前,义乌、南京、合肥等地已组织开行跨里海中欧班列超60趟。

按照中欧班列开行沿线各国铁路商定的车次、线路、班期,以及固定的境内外始发、口岸、终到时间,开行全程时刻表中欧班列,运输时效更稳定、竞争力更强、品质更高。自今年6月15日首开义乌至德国杜伊斯堡全程时刻表中欧班列以来,目前已安全到发全程时刻表中欧班列30列,运送超过2900个标箱,总货重超1.77万吨、货值超17.27亿元人民币,

班列全程耗时也由原先的19天缩短至目前的13天左右。

相关部门积极推出铁路快速通关便利化措施,目前,长三角管内合肥北站、铜山站、尧化门站、苏州西站、闵行站、金华南站、义乌西站已陆续试点推行铁路快速通关模式中欧班列,打破了传统的逐站检查、逐项审批等繁琐流程,实现了“一站通关”的便捷服务,持续提升中欧班列通关效率和便利化水平。

还有1个多月,第七届中国国际进口博览会将在上海举行。目前,已确定部分参加本届进博会展出的化妆品、机械设备等展品将通过中欧班列“进博号”运抵上海参展,这也是进博会参展展品连续第四年通过中欧班列直运上海。

本报记者 金志刚