

最新一期“科学”流言榜揭晓

打完疫苗失效快还易染新冠? 这里面误会大了!



在新冠疫情被一次次遏制的过程中，越来越多的人开始认识到接种疫苗的重要性。不过，公众对疫苗知识的误解，也让关于新冠疫苗的谣言不断翻新。这不，网络又开始谣传接种新冠疫苗后失效很快，且其有效性变成“负数”，甚至更容易感染新冠。其实，这里面误会大了。最新一期的“科学”流言榜特别对此进行了辟谣。此外，还有近期大家关注的热门健康谣言也纷纷上榜，一起来看看真相吧！

流言：水痘是儿童才会得的疾病

真相 虽然水痘多发于2-10岁的儿童，但它并非儿童“专利”，成人也会出水痘，如果不及时隔离治疗，很容易让家里的其他成员遭殃。我们常说的水痘，指的是由水痘-带状疱疹病毒初次感染引起的急性传染病。水痘病后可获得终身免疫，再次感染的几率很小，因此造成了“成年人不得水痘”的印象。

事实上，从未出过水痘、未接种过水痘疫苗的人对水痘高度易感，成人也不例外。此外，水痘痊愈后，病毒并未消失，而是潜伏在脊髓后根神经节。当人体免疫功能减弱时，就可能诱发水痘-带状疱疹病毒再度活动，沿周围神经波及皮肤，产生带状疱疹。患者的疹子内含高浓度水痘-带状疱疹病毒，直接接触疱

液会造成从未感染水痘者患上水痘。

流言：疫苗有效性变“负”起反作用

真相 最近网上有一些文章宣称，有研究显示新冠疫苗有效性在短短几个月内就成了负数，意味着打了疫苗的更容易感染。这里面有一些误会。根据原研究，疫苗的有效性会随着时间的推移出现下滑，但研究中有效性的下滑是针对轻症而言的。除轻症外，疫苗仍然有很好的防重症、减少住院风险、降低死亡风险的作用。

因此，看到防护轻症有效性下降就说疫苗失效是有失偏颇的。

与此同时，疫苗有效性为负数并不代表疫苗在起反作用（增加感染风险），出现负数是数据统计过程中的潜在偏差因素造成的。所谓的“疫苗有效性变成负数”，从科学角度是指，没有证据显示疫苗能有效降低有症状感染的风险，这与有效性为零的含义是一致的。疫苗的有效性是多层次的，即使防感染有效性下降，新冠疫苗仍然提供了非常关键的防重症有效性。

流言：金针菇散发的刺鼻气味是甲醛

真相 我们日常在购买金针菇时可能会遇到这种情况——开袋后闻到刺鼻异味。有人认为这是因为商家使用甲醛对其“漂白”，食用后不仅伤肝肾，还会致癌。其实真相并非如此。

拆开金针菇包装袋时可能会闻到刺鼻的气味，这并不是由于其中添加了甲醛，而是在运输过程中温度出现变化，导致金针菇由有氧呼吸转而进行无氧呼吸，进而产生了一些挥发性的醛类气体。

金针菇原本的确是黄色的，之所以“变白”，并不是用甲醛进行漂白的结果。如今，市场上多数的金针菇都是源自日本的新品种，研究人员在黄色金针菇中发

现了基因突变的白色金针菇，而后将其保留下进行培育。这种金针菇不仅色泽好，而且生长速度快、整齐度高。

流言：蚊子包越大毒性越强

真相 一场雨过后，又到了蚊子猖獗的时候。有人认为被蚊子叮咬后肿包的大小，可以看出蚊子毒性的强弱。蚊子包越大，毒性越强。其实，被蚊子叮咬后，包的大小与蚊子“毒性”没啥关系，而与个人的免疫系统机制有密切关联。

人类对蚊子叮咬反应的过程，是一个变态反应的过程。人类的变态反应一共有四型：I型变态反应又称速发型变态反应，发生比较迅速，人体的反应比较剧烈，常见的有青霉素过敏反应、药物引起的药疹、食物引起的过敏性胃肠炎、哮喘发作、过敏性休克等；II型变态反应又称细胞毒型变态反应，例如血型不符的输血反应等；III型变态反应又称免疫复合物型变态反应，例如链球菌感染后的部分肾小球肾炎等；IV型变态反应又称迟发性变态反应。首次接触不会产生反应，再次接触该抗原后，引起反应。例如器官移植的排斥反应、某些自身免疫病等。

蚊虫叮咬的反应，一般分为局部反应和全身反应。而典型反应就是局部反应：通常即刻出现的风团皮疹伴红肿痒，叮咬后20分钟时表现最为明显。

因此，这类局部反应属于I型变态反应（又称速发型变态反应），发生比较迅速，人体的反应比较剧烈。不过，被同一种蚊虫反复叮咬的人，其即刻反应最终也会消失。所以成人被蚊虫叮咬的局部反应就没有儿童那么剧烈，因为成人都被蚊虫“咬大”的。

（来源：《扬子晚报》）

@微语录

@张德芬：幸福的家庭，都有一个共同点：家里没有控制欲很强的人。越是亲密的关系中，我们越是需要有清晰的界限感。

@《半山文集》：一个人拥有的最有价值的东西：第一，是自己的心智；其次，是身体的健康；其三，是由前面两项东西带给自己的快乐。

@苏芩：过度考虑别人的感受，是一种对自己的不认同。当每做一件事都在考虑“别人怎么看”时，你其实已经在放弃自己了。总是活在别人眼神里的人，也等于从来不曾存在过。

@王人平：一个孩子适应新环境能力，不仅能反映出孩子的社会情感和交往技能，还能看出来父母教养的方式和亲子关系如何。一个从小被父母看见、尊重、理解和信任的孩子，拥有更强的信心、勇气和力量去面对新环境，因为他们内心有爱、有安全感、有自信。

（来源：新浪微博）

@微趣图



“哥哥，那边好像有人在看我们。”
（来源：新浪微博）



@微笑话

@每日段子精选：刚刚发生的事，女儿看着我说：老爸你会用下巴看人吗？于是我仰起头用下巴指着她。女儿镇静地说：“两个都抬起来行吗？”

@爆米花泽类：大三那年在一家平面设计室实习，老板特抠门。到单位一个星期后，正巧赶上一个项目完成，老板说请大伙吃饭喝酒。没喝几杯，大伙全都喝醉了，仅剩我和老板双目对视，我觉得有些尴尬。突然，我身边一位同事戳了戳我的腰，轻声提醒我：“快醉吧，不然该你结账了。”

@樱道：等电梯真的很像看球赛。一号梯从23楼开始下降劣势明显！二号梯现在处于18楼！二号梯停在17楼半分钟没动了！可能遇到快递了！太意外了！一号梯反超！二号梯终于动了！！现在两梯只差一层！虽然一号领先，但最终胜负难以判断！什么？！一号梯停在二楼！二楼坐什么电梯！二号赢了！二号赢了！

（来源：新浪微博）



高考后现近视手术高峰期

专家：需通过全面专业的术前检查

伴随着2022年高考落下帷幕，各地网友纷纷晒出带孩子“提升视力”的计划，各大医院眼科近期又迎来一波近视手术高峰期。中国医师协会眼科分会屈光手术专委会副主任委员、爱尔眼科医院集团屈光手术学组组长王铮提醒，近视矫正手术并非人人都能做，需要通过全面专业的术前检查、专家评估，且术后定期复查必不可少，护理也不可掉以轻心。

国家卫生健康委发布数据显示，我国儿童青少年近视总体发生率为53.6%，其中高中生为81%，这意味着许多高考生会因近视报考受限。近期发布的《2022中·欧国际近视手术白皮书》（以下简称：《白皮书》）显示，2018—2021年间，中国近视手术量高峰期集中在每年夏季。王铮说，由于征兵入伍、公安招警、空军招飞等职业类需求，近视手术往往集中在每年高考后及暑期。

据介绍，近视手术有着严格的禁忌证，包括重度弱视、圆锥角膜、其他角膜

扩张性疾病及变性、重度干眼、未控制的青光眼、全身结缔组织疾病及自身免疫性疾病，以及已知存在焦虑、抑郁等严重心理疾病、精神疾病等。王铮指出，“我们必须通过严格、全面的术前检查，有手术禁忌或不具备手术条件者坚决不能实施近视手术。”

近视手术一般适合18周岁及以上、两年内近视度数比较稳定的人群。如果符合屈光手术的相关条件，包含屈光度、术中的一些良好配合等，术后效果是可靠的，据《白皮书》数据表明，在中国，ICL晶体植入术、LASIK准分子激光原位角膜磨镶术、SMILE全飞秒激光手术的术后6个月裸眼远视力均值超1.11。此外，各术式近视人群术后屈光度也日趋稳定。

想要摘镜，需要做好哪些准备？王铮提醒，手术准备期要比平时更加注意保护眼睛。“不能熬夜、长时间看电子屏幕，少吃辛辣油炸食物，以免眼部干燥、疲劳，破坏眼表健康。”同时也要提前做

好“停镜”等系列准备，如软性球镜停戴1周以上，软性散光镜及硬镜停戴3周以上，角膜塑形镜停戴3个月以上。“需要强调的是，揉眼睛可能会破坏角膜形态，而近视手术必须等角膜形态恢复后才可进行，所以切记不要揉眼。”

“其实，做近视手术的过程很短，而且手术前我们会点眼药水进行局部麻醉，基本不会有强烈痛感，只要术中按照医生提示做好配合即可。但要注意的是，并不是做完手术就‘万事大吉’，要想拥有长久清晰稳定的好视力，术后定期复查和护理尤为重要，可以更好的保证术后恢复效果。”王铮表示，一般情况下，术后第1天、7天、1个月、3个月、半年、一年要定期复查，术后一年6次复查必不可少，同时需遵循医嘱合理用药。术后一个月内，避免异物进入眼睛，不要揉眼和剧烈运动。做完近视手术后，可以做散步、慢跑、瑜伽等运动，但游泳、潜水，以及一些对抗性强的运动最好是术后6个月后再进行。（来源：中国新闻网）