

# 新一期“科学”流言榜揭晓

最新一期“科学”流言榜揭晓,将近期热门的健康流言一网打尽,快来“避雷”。

## 流言:穿化纤衣物会导致微塑料入侵血液

【真相】网传穿着聚酯纤维面料的衣物会导致微塑料透过皮肤进入血液,理由是聚酯纤维是用塑料瓶做的。这种担忧实属多虑。科学界的主流观点和证据都表明,在正常穿着聚酯纤维的情况下,发生微塑料进入血液的可能性极低。目前,市场上的聚酯纤维面料来源主要有两方面,一是直接由石油化工原料生产,称为“原生涤纶”。二是用废旧塑料瓶等(主要是PET材质)生产,称为“再生涤纶”、“环保涤纶”或“rPET”,其强度、耐用性、手感等方面与原生涤纶几乎无异。这项技术已有几十年历史,工艺稳定,技术成熟,还具有重要的环保价值。

聚酯纤维等合成纤维制成的纺织品在使用寿命之内基本不会释放微塑料。聚酯纤维耐老化性很好,超过使用寿命之后,只要衣服完整无破损,纤维无断裂,一般也不会有微塑料释放。即使皮肤接触到微塑料,也几乎不会渗透进入人体,因为健康、完整的皮肤是人体第一道屏障,拥有强大的防御功能,能有效阻挡微塑料的透皮吸收。

## 流言:吃头孢停药三天后就可饮酒

【真相】停药三天即72小时后就进入“安全期”的说法并不科学。更确切地说,这是一个致命的误区。

头孢类药物在体内的清除,并非像水龙头一样瞬间停止,其代谢周期因人而异,且受药物种类、剂量、疗程、个人肾功能状态等多种因素影响。某些头孢类药物(尤其是含有“甲硫四氢咪唑侧链”结构的,如头孢哌酮、头孢曲松等)及其代谢产物,可以长时间抑制肝脏中的乙醛脱氢酶。而乙醛脱氢酶是酒精(乙醇)代谢的关键。正常情况下,乙醇先转化为乙醛,再被此酶迅速转化为无害的乙酸。一旦酶被抑制,乙醛便会在体内大量蓄积,引发中毒反应,这就是“双硫仑反应”。

专家给出的安全建议是:在使用头孢类药物(包括静脉和口服)期间及停药后至少7天内,都应严格避免饮酒或摄入任何含酒精的制品(包括酒心巧克力、醉虾、藿香正气水等)。对于肾功能不全的患者或老年人,这个“警戒期”可能需要延长至10天甚至更久。

## 流言:地铁安检仪辐射超标

【真相】网传孕妇进入地铁应尽量避开安检仪,因为其辐射会导致胎儿畸形。这是一种常见误区。

辐射分两种:一种是非电离辐射,像电脑、手机、电视、微波炉、Wifi、收音机、烤箱等都是非电离辐射。这一类辐射频率通常在几百兆赫兹到几千兆赫兹之间,能量远低于可见光,通常都在安全标准范围内;另一种是电离辐射,比如X射线、CT等,这种辐射具有足够高的能量,能够电离原子和分子,具有生物破坏性。

乘客通过的门框式安检仪,本质上是金属探测器。其工作原理是利用低频、弱强度的交变磁场进行电磁感应,能量极低,属于非电离辐射,不会对人体组织或胎儿发育产生不良影响。

与此同时,行李通过的通道式安检仪,使用低剂量的X射线扫描行李内部,属于电离辐射。但其辐射源被严格封装在带有铅屏蔽的机身内部,并配有铅帘等防护结构。即使站在安检仪旁,人体实际接受的辐射剂量也微乎其微。

总之,在正常使用和规范管理的前提下,包括孕妇在内的所有人,通过安检门都是安全的。需要注意的是,切勿在行李通过时掀开或伸手进入铅帘内部。

## 流言:消化功能差的人别吃木耳

【真相】这种说法是一种误解。木耳是一种富含膳食纤维的健康食材,适量食用不仅不会加重消化负担,反而可能对改善消化有

一定帮助。

干木耳的膳食纤维含量看起来的确很高,为29.9克/100克,但我们不会直接食用干木耳,必须要泡发好之后才能吃。泡好的水发木耳每百克膳食纤维含量会显著下降,仅为2.6克/100克,这含量跟芹菜叶、菜南瓜、红薯叶等差不多,在蔬菜中不算特别高。

所以,只要正确处理和适量食用,即便是消化功能较差的人,将木耳当成普通蔬菜烹调食用也是可以的。关键是耍仔细咀嚼,将食物磨碎成更小的颗粒,使其更好地与消化液接触,能减轻肠胃负担。

## 流言:洗澡总掉一把头发会变秃

【真相】不少人担心洗澡时总是掉一把头发,长此以往会导致秃头。其实,健康人每天掉发量在50至100根,只要每天掉发量不超过100根,都属于正常范围内的生理性脱发。虽然每天都有头发脱落,但同样也会有新头发长出来。

健康人的毛发生长存在周期性,包括生长期、休止期、退行期和脱落期。气温下降,湿度降低,都可能导致头皮血液循环减缓,进入休止期的毛囊自然会增多。气候干燥,人体容易出现内热,加重头皮出油的现象,导致脂溢性皮炎发生,进而引起脱发。

但当出现斑秃或每日掉发量超过100根并持续两周以上时,要及时到脱发门诊就诊;出现头发再生能力不足、发量明显减少、发际线后移、头皮暴露等情况,也需要及时到专业医疗机构查找原因、对症下药。日常生活中如何“防脱发”?专家建议,饮食上可以多吃黑芝麻、核桃、红枣、梨、枸杞、黑豆等滋阴润燥、补肾益血的食物,避免高油高糖饮食,保证睡眠,避免熬夜,还可以用指腹轻轻按摩头皮以促进血液循环。

## 流言:垃圾食品有“解药”

【真相】网络上流传着一种说法,食物中不健康成分的影响,用另一种食物做“解药”就可以抵消。比如吃火锅配酸奶,撸串搭水果、绿茶,这些都是“垃圾食品的解药”。

然而,这种说法并不可信。所谓“垃圾食品+解药”搭配可能增加人体负担。

“垃圾食品”并非营养学概念,之所以有这个俗称,是因为它们大多为高油、高糖、高盐、深加工食品。过量饮食对人体造成的健康危害大都不可逆。比如,烧烤过程中会产生苯并芘、多环芳烃等致癌物,一旦摄入体内便不可清除。油炸食品中含有晚期糖基化终末产物(AGEs)、脂质过氧化物和丙烯酰胺等。这些物质进入体内后会产生大量自由基,引发氧化应激和炎症反应。

从营养学的角度看,没有食物能充当“解药”。比如,香蕉中的钾元素是不能促进苯并芘代谢或排出的。水果中的抗氧化物虽有帮助抵抗氧化应激的功效,但一次油炸食品大餐后产生的氧化物数量巨大,吃几个橙子根本无法达到“抵消”“中和”“清除”自由基的效果。不仅如此,所谓的“垃圾食品+解药”搭配,还可能增加人体负担。例如,“喝完奶茶再喝黑咖啡”的搭配,可能会导致咖啡因摄入超标。“解药说”不可信的原因是它颠倒了健康饮食的核心逻辑。专家表示,单纯靠某种食物来做“解药”,一方面没有科学依据,另一方面也容易造成饮食不均衡。

高油、高糖、高盐、深加工食品的健康危害主要是长期、过量摄入,而非单次食用。如果偶尔吃一次,身体可以正常代谢,就无需刻意“解毒”。长期食用这些食物则会造成一系列负面影响,如炎症反应、血糖骤升、氧化应激,而且这些健康损伤大都是不可逆的,任何食物都无法“解毒”。

如果短时间内摄入大量高油、高糖、高盐、深加工食品,最好的“排毒”方法就是适量运动,保持日常活动量,减少久坐时间,也可进行力量训练、高强度间歇训练等,通过运动加快新陈代谢来促进代谢产物排出。

总之,健康饮食的关键是饮食结构平衡。建议每天的膳食中包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶和豆类食物;平均每天摄入12种以上食物,每周25种以上,合理搭配,均衡饮食;食不过量,保持能量平衡;适量运动,保持健康体重。北京青年报

# 2025年,全省实际使用外资153.3亿元人民币,同比增速居全国第1位——安徽使用外资增速何以领跑全国

当前全球经贸交流不确定性、不稳定性因素增加,跨境投资波动加大,但安徽去年以两个“第一”展现出了强劲的外资吸引力。

2025年,全省实际使用外资(FDI)153.3亿元人民币,同比增长23.9%,增速居全国第1位,总量居中西部第1位。

“十四五”期间,我省累计实际使用外资较“十三五”增长49.3%;实际使用外资从2021年的120.4亿元增长至2025年的153.3亿元,年均增长8.1%。

产业是开放的沃土,开放是产业的舞台。面对复杂的外部环境,安徽以一系列特色“打法”破题开路:实施“微动全球”合作伙伴计划,举办“海客圆桌会”等品牌活动;同时,从产业链入手精准发力,引导外资深度融入本地产业分工与协作体系,构建更具韧性和活力的全球化产业链条,让江淮大地真正成为外资企业“愿意来、留得住、发展好”的投资热土。

## “一个共同的名字”

2025年,马鞍山吸引外商直接投资1.3亿美元,新签约外资项目11个。怎么做到的?马鞍山市投资促进中心主任袁敏用了一句老话来形容:“朋友多了路好走。”

马鞍山交了哪些朋友?全球中小企业联盟、泰国安徽总商会、瑞穗银行……袁敏说,这些海外机构常年与国际企业打交道,提供了很多有价值的外资线索。这些涉及各国的机构组织,有一个共同的名字:“微动全球”合作伙伴。

“传统招商模式已难以适应前沿产业与高端要素的流动需求。”省商务厅相关负责人介绍,为此,省商务厅启动“微动全球”合作伙伴计划,通过与全球企业、国际商协会、金融机构等建立伙伴关系,整合全球商协会、金融及专业服务等机构资源,开展“双招双引”。

“微动全球”合作伙伴计划为安徽接入全球合作网络提供了有力支撑。2025年,安徽依托60家合作伙伴的国际经贸资源,组织76个招商小分队赴40个国家和地区开展“点对点”上门招商。

在合作伙伴的协助下,安徽招商团队“带着需求找伙伴”,多次赴德国、法国等地,累计拜访安联、法国液化空气、圣戈班等世界500强企业总部数十次,并与合作伙伴共同举办产业对接活动10余场。

如果说,“微动全球”合作伙伴计划以“点对点”的方式,提升了外资招引的精准度,那么另一个开放平台——海客

圆桌会,则是让更多外资企业看见安徽、走进安徽。

今年1月20日,淮南高新区与法国于达克公司(UTAC)成功签订于达克淮南车辆测试中心项目合作协议。该项目计划投资约10亿元,建成后将成为安徽乃至国内领先的车辆测试中心,有力承接中国汽车产业的检测需求。

淮南高新区与法国于达克公司正是结缘于“海客圆桌会”。淮南市委副书记张虎说:“省商务厅‘投资安徽行’外资企业圆桌会及进博会期间举办的海客圆桌会淮南专场活动等,让我们与于达克公司能频繁深入地进行沟通,最终促成了项目落地。”

“海客圆桌会”定位为“招商、咨政、交友、服务”,邀请世界500强及跨国公司高管、国际知名商协会负责人及“微动全球”合作伙伴等,与安徽的市县、园区直接交流。

借力投洽会、进博会、2025世界制造业大会等重大活动平台,安徽举办了一场又一场的外客圆桌会活动,2025年共举办19场,为各地导入近千家客商资源。

## “缺什么补什么”

我省汽车产业发展势头迅猛,除了有众人熟知的奇瑞、江淮等本土汽车品牌。在产业链上,一众不怎么知名的企业也是发展的“重要组成”。

其中,不乏外资企业。而这也正是我省招引外资的独到之处——不贪大求全,而是聚焦产业链关键环节,精准补链强链。

外资进入中国已经40多年,外资招引的逻辑早已从过去“有什么招什么”,发展到如今的“缺什么补什么”。以我省汽车产业为例,凭借从整车制造、核心零部件生产到后市场服务的完整产业生态,精准对接全球顶级资源,围绕智能座椅、电驱动系统,引进了博泽西德科、艾维维等一批外资企业落户。

这种“以链引企”“以企强链”的模式,反过来,也有效地提升了整个产业链的韧性和国际竞争力。2025年,安徽的汽车出口量达到了122.8万辆,居全国首位。

确定了围绕产业招引,新的问题来了:全球200多个国家和地区,去哪里招?我省用了两招:

强化顶层设计。聚焦德国、新加坡、沙特等重点国别和地区,瞄准汽车、半导体、新材料、生物医药和生产性服务业等重点赛道,省级层面建立了相关经贸合作机制,组建了招商工作专班。

精准对接全球资源。围绕重点产业绘制全球产业“隐形冠军”地图,结合各市产业发展需要,开展“点对点”上门招商;统筹商务、外事、投促、贸促、文旅等各部门资源力量,开展政企、商文旅联合招商;加大小分队境外招商力度,开展“走进跨国公司总部”行动,着力引进一批“隐形冠军”企业。

“我们聚焦产业链供应链关键环节,着力构建内外融通、高效协同的产业生态,为外资企业扎根安徽、发展壮大提供有力支撑。”省商务厅有关负责人说。

## 咖啡“超级工厂”

引进来是第一步,留得住、发展好才能见真章。

位于当涂县的库迪咖啡全球供应链基地超级工厂,一天能生产1000万杯咖啡。这个全球咖啡行业单体产量最大的综合性工厂,为何选择落户当涂?还要从欧力食品公司的引荐说起。

欧力食品是来自瑞典的外资企业,投资1亿美元,主要生产燕麦奶,是此领域的龙头企业。这也是当涂县引入的一个外资项目,不到一年即实现投产。

企业对当涂的营商环境十分认可,作为库迪咖啡的重要供应商,欧力食品得知库迪咖啡计划投资建设华东供应链基地时,第一时间向其推荐了当涂县。

在考察过苏州、武汉等地后,2023年7月,库迪团队第一次来到当涂县考察,马鞍山市委、市政府主要负责同志接待和洽谈,当涂县迅速成立专班全程跟进。

这份诚意和决心,换来了一个令人振奋的结果。从首次接触到正式签约,总投资2亿美元的库迪咖啡供应链基地项目仅用时14天,创造了重大项目招引的“马鞍山速度”。

行业领域不同,所需不同。打造稳定、公平、透明、可预期的营商环境,不是笼统而模糊的口号,要敏锐地捕捉企业所在领域的需求,提供“定制化”的服务,才能构建“如鱼得水”的产业发展生态。

例如,围绕新一代信息技术产业,我省的服务保障更侧重于构建涵盖人才、金融、应用场景的产业生态,联合省内龙头企业、高校院所组建产业创新联盟,搭建公共技术服务平台;深化与金融部门合作,把外资企业科创项目纳入金融系统“共同成长”计划,为外资企业科创研发提供了有力支撑。

这种“生态圈”式的服务,成功吸引了7家外资研发中心和多个高端制造项

目落地。

此外,我省建立“绿色通道”制度,为制造业重大外资项目提供快速审批服务;持续开展“服务保障进外企”活动,2025年全年召开35场外资企业座谈会,为企业协调解决生产运营中的困难问题;在便利生产生活上,开展了外国人才服务保障综合改革试点,如今全省拥有2所外籍人员子女学校,成立安徽省国际医疗联盟,保障了国际化公共服务供给。

## “贴近、融入供应链的最佳选择”

中国美国商会近期发布的《2026年中国营商环境调查报告》显示,近六成受访企业计划增加在华投资。

而商务部相关负责人最近也表示,2026年将采取多项举措,着力塑造吸引外资新优势。将以服务业为重点扩大市场准入和开放领域。有序扩大电信、医疗、教育等领域自主开放,推动试点项目尽早落地。在已开放的领域保障外商投资“既准入又准营”。

在这些领域,安徽如何塑造新优势?

合肥,正是国家批准的服务业扩大开放综合试点城市。国家将支持合肥市发挥科技创新和产业发展优势,深化科技服务领域改革。

此次试点意味着,在一些领域,合肥将取消或放宽外资股比限制和准入门槛,扩大外企在华业务的可操作空间,使外资能够进入更多以前受限的行业。

不仅要把握国家给予的“开放红利”,我省还着力提高各项举措的“精准度”:

海外招商水平要“精”。鼓励各地结合本地重点产业发展需求和国际上该产业尖端技术、高端人才以及外资项目情况,加强对投促部门、开发区招商人员进行系统培训,培养一批懂产业、懂国际规则的专业化、国际化招商队伍。

产业链供需匹配要“准”。省商务厅有关负责人表示,将在项目摸排上,与本地“链主”企业共同梳理能与之配套的外资项目。在项目对接上,组建由政府招商人员与“链主”企业高管、技术负责人构成“联合招商小分队”,“让外资企业认识到,落户安徽是贴近供应链、融入供应链的最佳选择。”

拿下“两个第一”成绩单并非偶然,而是一套环环相扣、精准发力的外资招引“组合拳”发力的结果。外资企业与安徽企业的一场场“双向奔赴”,也让越来越多人相信:与安徽同行,就是与机遇同行。

安徽新闻网

# 多款eVTOL航空器、人形机器人亮相武汉



2月24日,人形机器人在现场表演踢足球。



2月24日,人形机器人在现场进行书法表演。



2月24日,小朋友与人形机器人在现场一起表演。



2月24日,小朋友在现场观看展出的eVTOL航空器。

2月24日,湖北自主研发的多款eVTOL(电动垂直起降飞行器)航空器以及人形机器人在“全省加快建成中部地区崛起的重要战略支点推进大会”上亮相,集中呈现湖北低空经济、人工智能等产业的最新研发成果。新华网

