

冬天骨头会变脆? 11月这些谣言乘着寒风又刷存在感



11月立冬,天气逐渐变冷,真正的冬天来了。每到这个时候,一些与冬天有关的老梗又会沉渣泛起。其实,每到冬天,这些谣言都会被炒一波,这次我们就把它们一网打尽。

谣言一:穿秋裤会丧失抗寒基因

“有一种思念叫望穿秋水,有一种寒冷叫忘穿秋裤。”随着天气日渐寒冷,很多不扛冻的人早早把秋裤穿了起来。但网上也有流言说,穿秋裤可以令人丧失抗寒基因,腿部肌肉和运动神经会退化。这又让很多穿上秋裤的人默默的把秋裤脱了下来。事实真的是这样的吗?

“说起这个,就不得不提到网上流传的一个故事。”11月25日,中国中医科学院主任医师樊新荣在接受科技日报记者采访时说,上世纪50年代,苏联著名遗传学家李森科向斯大林建议:“假如一个国家的公民穿了60年秋裤,就再也不可能脱下它了。”在秋裤的“溺爱”下,人的双腿和关节的抗寒性就会在几代之后丧失。从当时政治角度说,李森科期望秋裤导致中国人失去在远东地区生存的遗传基因。但这个建议的成立有一个重要的论据,就是秋裤可以弱化腿部的抗寒基因。而所谓的抗寒基因,是遗传学家在西伯利亚土著身上发现的一组基因,这些基因不需要经过肌肉运动或大脑调节干预,就能帮助人体把储存的脂肪直接转化为能量。

那么这个经久不衰的“传说”是否真的科学道理呢?樊新荣表示,其实不然。一方面从基因的角度讲,虽说环境可以影响基因,但由外在环境条件导致的生物性状改变是很难遗传的。因此不穿秋裤只是个体抗寒能力的训练,从整体来说,不会导致基因的改变和遗传。

湖北省中医院老年病科学科主任谭子虎说,不同地域的人耐寒能力本就不同,长年生活在寒冷的北方,其耐寒能力远远高于生活在热带地区的人群。而且,耐寒能力可以通过锻炼提高,如游冬泳的人,会比一般人更耐寒,体质也更好。此外,腿部抗寒能力还与腿部皮肤感知温度的能力有关。简单地说,每个人的皮肤对冷热的敏感程

度不同,皮肤对冷不敏感的人抗寒能力也相对较强。

因此,为了保住所谓的抗寒基因,冷也不穿秋裤的行为是不明智的。樊新荣指出,从中医的视角看,寒气是一种阴邪,最容易损伤人体阳气。一旦损伤,会造成正常生理活动的“动力”不足,因而怕风怕冷,各种代谢机能有所减退,表现出低血压、甲状腺功能减退、消化不良等病症。此外,人体各部位中小腿和脚离心脏相对较远,不仅血液流经的路程长,还汇集了全身的经脉,所以“脚冷,则冷全身”。如果在寒冷的季节里不注意腿部保暖,尤其是人过中年,产热能力降低,若不及时穿上秋裤,经年累月就会造成腰腿痛、坐骨神经痛、膝关节痛等。

谣言二:冬天骨头会变脆

这些年,各地医院门诊显示,一到冬天,骨折尤其是中老年人骨折患者就会增加。因此,网络上流传起这样的谣言:人的骨骼矿物质密度在冬季呈减低的季节性变化,部分骨头会变得极其脆弱,也就是常说的“一到冬天骨头就变脆”。

对此,樊新荣认为,天冷时出门少加上运动少,受太阳光照射时间短,这确实会影响钙、磷的正常吸收和骨化作用,导致体内钙质流失较大,但不一定会导致人体的骨骼在冬天变脆。

“这种说法属于偷换概念。”谭子虎说,冬天因为晒太阳少导致人体骨骼出现的钙流失等问题,完全可以通过春、夏、秋3个季节弥补回来。骨头变脆是一个长时间渐变的过程。冬天骨折多可能与冬季地面变得坚硬,且与人们衣服穿得比较厚、行动笨拙,在冰雪天容易滑倒有关,中老年人尤其如此。因而,冬天比其他季节更容易让人滑倒和骨折,但并不能因此就说冬天骨头会变脆。

谣言三:电热毯有辐射会致癌

天气越来越冷了,出门在外靠秋裤,晚上睡觉就只能靠电热毯了。但是,关于电热毯“有辐射会致癌”的说法,却在朋友圈里广泛流传。

“现在的科学实验还没有证据

证明电热毯辐射与癌症具有相关性。”樊新荣说,生活中,任何电器只要插上电就有电磁辐射,大到空调、电视机、电脑、加湿器,小到吹风机、手机、充电器,甚至接线板都会产生电磁辐射。虽然辐射无处不在,但是并非所有的电磁辐射都会对人体产生危害。普通家用电器的电磁辐射都在300赫兹以下,属于极低频的非电离辐射,并不会损伤DNA和细胞,更不要说致癌。

尽管如此,樊新荣建议,电热毯辐射虽不至致癌,但孕妇、老人、婴幼儿等群体要慎用。另外过敏性体质人群使用电热毯可能会引发皮炎、呼吸道疾病,所以也要谨慎使用。

谣言四:冷空气会让你生病

“天气这么冷,很容易生病呀。”在冬天,这句话常被大家挂在口头上,那么冷空气真的会让我们生病吗?

就此问题,樊新荣介绍,有些人认为,少接触冷空气就可以少着凉、少感冒,从而减少患病。其实不然,人是恒温动物,体内有一套完善的体温调节系统。冷空气从鼻腔吸入气管、支气管和肺叶以及和皮肤表面接触以后,可使这些部位的黏膜、表皮发生一系列变化,引起血管收缩、皮肤发白,并刺激全身神经、内分泌、体液、免疫等系统做出相应的调节反应。人体多次反复接触冷空气后,这种调节反应的灵敏度可以得到提高,反应速度可加快,以此起到保护机体免受寒冷损伤,预防疾病的作用。另外,人在安静状态下每小时呼出的二氧化碳有20多升,冬季若不开窗接受些许冷空气,人体就会出现头晕、疲劳、恶心等症状,严重危害健康。

在谭子虎看来,温度降低后,空气湿度会随之下降。湿度一低,通过打喷嚏、咳嗽等飞沫传播的呼吸道病毒就会更容易存活和繁殖,同时因为空气干燥,人体自身呼吸道也会相对干燥,这些病毒进入呼吸道后更容易依附,这就导致秋冬季高发呼吸道疾病,但并非冷空气本身致病。

“但是冬季室内室外温差大,老年人血管舒张收缩功能、身体适应能力下降,骤然接触冷空气容易引发心脑血管疾病,因此老年人群更应注意保暖,避免过冷过热刺激。”谭子虎提醒说。

帮朋友驾照销了11分 自己被扣3分进了学习班

一名司机在驾驶证新一轮记分周期到来之前帮朋友销分,哪知当天下午自己双黄线调头被记3分。结果,司机不仅驾驶证因记满12分被扣留,还要参加满分学习。

11月26日17时许,江苏南京交警二大队民警在户部街执勤时,一名司机因在双黄线调头被拦下。民警让司机出示驾驶证、行驶证,并依法要对其处以100元罚款、记3分的处罚时,此人慌了神。司机一

险无奈,他称上午驾驶证刚被记了11分。

据了解,司机的驾驶证初领日期为11月28日,考虑到即将进入新一轮记分周期,自己的驾驶证也并未有记分处罚,于是他在26日上午帮朋友销了11分,没想到下午因为违反禁止标线指示被记了3分,这下不仅暂时开不了车,还要去参加满分学习。

据《扬子晚报》

中年男紫金山防火道吸烟 打伤三名劝阻者赔1500元

11月17日,江苏南京市民吴阿姨攀登紫金山,途中在防火道看到一名吸烟男子,她上前劝阻却引发矛盾,导致她的三名朋友被打伤。

当日12时许,61岁的吴阿姨和四名老友相约登山,他们从范鸿仙墓上山,沿着防火道行至中马腰一带时,迎面看到一位正在吸烟的中年男子,吴阿姨好心上前劝说他不要吸烟,“整个紫金山都是禁烟的,这里建了防火道,就是怕发生火灾。”不想对方不仅不听劝还对她进行辱骂,甚至打落了另一名同行女士手中的手机致其手背受伤。

见状,吴阿姨的几名好友上前理论,双方发生肢体冲突。其间,王先生和谢先生被该男子不同程度地抓伤咬伤。接警后,中山陵派出所民警方宁赶至现场,了解情况后民警对该男子进行了批评教育,表示禁火区吸烟将处以100元罚款。每年11月1日至次年4月30日是冬季火灾高发期,也是紫金山森林防火期,更要注意防火。

随后,民警将该男子带到派出所。经民警调解,双方签订协议,该男子赔偿三名受伤者共计1500元。

据《扬子晚报》

男子盗窃四次被抓 就为验证警察抓人快不快

被抓后他说了这样一句话:“偷东西就是想看你们厦门警察抓人快不快。”警察问他:“快不快?”他低头答道:“快!”——在他偷完手机第二天,就被集美派出所民警抓到了。

11月27日,集美派出所举行退赃会,记者获悉该案查办过程。

今年9月18日至27日,辖区某商场连续被盗。“第一次,一家运动品牌专柜被撬,丢了几百元。同天晚上,一家眼镜店的名牌墨镜被盗。”民警介绍说,此后,一家手机店丢了大量模型机;过了几天另一家手机店,一口气被盗24部手机……

调取监控时,集美派出所

民警发现嫌疑人“全副武装”,上至帽子墨镜,下至长衣黑裤,给侦查带来了很大的困难。民警并没有放弃,在对四起案件的研判中,发现作案手法惊人一致,跟踪民警立即整合四起案件的相关线索,一步步确认出嫌疑人身份。

9月28日,在岛内一处出租房内,民警将嫌疑人李某抓获。李某交代说,他的全副武装都是跟电影上的情节学的。

“偷了这么几次,我就是想看看你们厦门警察多久能找到我。”年轻的李某说这些话的时候一脸狂妄。但当民警问他“快不快”时,他低下头由衷地说了声“快”。

据《厦门日报》

浙江省兰溪市人民法院公告

(2018)浙0781破5号

债务人浙江嘉盛照明科技有限公司破产清算一案,本院于2018年11月26日依法裁定受理。现特就有关事项公告如下:

一、债权人应自公告之日起90日内向管理人申报债权,对债权数额和有财产担保等情况,应提交有关证明材料。逾期未申报的,可以在破产财产最后分配日前补充申报,但此前已进行的分配,不再补充分配。未审查和确认补充申报债权的费用,由补充申报人承担。

二、对浙江嘉盛照明科技有限公司的其他执行程序依法中止执行,申请执行人可凭生效的法律文书向管理人申报债权。有关浙江嘉盛照明科技有限公司的民事诉讼或仲裁程序也应依法中止,在管理人接管债务人的财产后,该诉讼或仲裁继续进行。

三、本院指定浙江溪源律师事务所为浙江嘉盛照明科技有限公司破产管理人。管理人的办公地点为兰溪市兰花路146号浙江溪源律师事务所,联系电话为15105791959,联系人黄利平。

四、债务人的债务人或财产持有人应自本院裁定受理破产申请之日起,向本院指定的管理人清偿债务或交付财产。债务人的债务人或财产持有人故意向债务人清偿债务或交付财产,使债权人遭受损失的,不免除其清偿债务或交付财产的义务。

五、本院于2019年3月5日8时50分在兰溪市人民法院第九审判庭召开第一次债权人会议。

兰溪市人民法院
2018年11月29日

浙江省兰溪市人民法院公告

(2018)浙0781破6号

债务人兰溪市恒力印刷有限公司破产清算一案,本院于2018年11月26日依法裁定受理。现特就有关事项公告如下:

一、债权人应自公告之日起90日内向管理人申报债权,对债权数额和有财产担保等情况,应提交有关证明材料。逾期未申报的,可以在破产财产最后分配日前补充申报,但此前已进行的分配,不再补充分配。未审查和确认补充申报债权的费用,由补充申报人承担。

二、对兰溪市恒力印刷有限公司的其他执行程序依法中止执行,申请执行人可凭生效的法律文书向管理人申报债权。有关兰溪市恒力印刷有限公司的民事诉讼或仲裁程序也应依法中止,在管理人接管债务人的财产后,该诉讼或仲裁继续进行。

三、本院指定浙江振进律师事务所为兰溪市恒力印刷有限公司破产管理人。管理人的办公地点为兰溪市兰花路146号浙江溪源律师事务所,联系电话为15105791959,联系人黄利平。

四、债务人的债务人或财产持有人应自本院裁定受理破产申请之日起,向本院指定的管理人清偿债务或交付财产。债务人的债务人或财产持有人故意向债务人清偿债务或交付财产,使债权人遭受损失的,不免除其清偿债务或交付财产的义务。

五、本院于2019年3月5日14时00分在兰溪市人民法院第九审判庭召开第一次债权人会议。

兰溪市人民法院
2018年11月29日