



本报记者 马亚宁

# 吃完柿子喝酸奶中毒了？

## 11月“科学流言榜”真相揭穿

柿子吃错搭配致死，劣质餐巾纸传染肝炎……深秋入冬，一条条看似关切健康的“科学谎言”，打着预防生病的幌子，实则传播恐慌和愚昧。由北京市科协、全国晚报科技记者编辑协会、上海科技传播学会等共同支持并发布的“每月科学流言榜”，用科学和理性揭穿了11月热门的科学谣言。

### 柿子与其他食物同食会致病？

**流言：**最近有一则消息在微信朋友圈里流传，内容十分惊悚：“家里有小孩的注意了，一个小女孩吃完柿子又喝酸奶，结果不到半个小时就中毒死了。如果她的家长有一点常识，小女孩的生命也不会结束！……”类似的流言还有，“家里有老人的注意了，一个老伯吃了自家树上结的柿子，差点没了命……”吃柿子真有那么多的禁忌吗？

**真相：**经常和柿子搭配出现的“禁忌”都是高蛋白食物。柿子里面含有大量鞣酸，又名单宁酸，它能使蛋白质凝固。如果一次吃进太多鞣酸，在胃酸的环境下，这些鞣酸和胃里的蛋白质相互作用，就会破坏蛋白质的分子结构，形成不可溶的沉淀，这也只是证明吃柿子不好消化。而目前并无确凿证据表明食用柿子直接致死的案例。因此，健康人完全没有必要担忧，只需记住三点即可：不要空腹吃柿子、不要吃未成熟的柿子、不要吃柿子皮。

### 冬季衣服穿得越多越暖和吗？

**流言：**冬季将至，人们有着各种各样的对

策，口罩、围巾、手套齐上阵，裹得严严实实，不少人相信穿得越多就越暖和。

**真相：**冬天御寒，并不在于衣服穿多或少。衣服只是起到隔离的作用，减弱冷空气和体表热空气之间的对流，本身不产生热量，所以当穿上一件件的衣服，只是增加了空气厚度，大幅隔离了体表热量的散失，提升了保暖性，人们感受到的温暖也就是体表常温。但是，从生理角度看，穿的衣服过多过厚，会抑制体温调节功能的适应性，反而造成御寒能力减弱。

### 生吃鱼片营养价值高吗？

**流言：**很多人认为日本人爱吃生鱼片，这是因为生鱼片鲜嫩可口、营养丰富，健康有益。没错，鱼类含有丰富的氨基、卵磷脂、钾、钙、锌等微量元素，除此之外，还富含着大脑发育所必需的DHA，但是，生吃好吗？

**真相：**生吃鱼的做法不科学，会导致人体患病。因为在鱼体中有着各种各样的寄生虫和细菌。三文鱼身上比较常见的寄生虫是异尖线虫，若是食用了有这种寄生虫的鱼，一般在食用后的1-5天会发病，导致人腹痛难忍。淡水鱼体中存在较多的是肝吸虫，一旦肝吸虫进入人体，寄生在人的肝脏、胆管内，很大可能引发慢性寄生虫病，致人食欲不振、腹痛、肝肿等，严重者还有可能诱发肝癌。除寄生虫外，鱼类中含有较多的细菌，这些细菌都是在加工运输过程中污染鱼类的。虽然大部分细菌对人危害并不大，但是其中的大肠埃

希菌也可以引起食物中毒，致人腹泻、腹痛，恶心等。

### 劣质餐巾纸携带肝炎病菌？

**流言：**劣质餐巾纸或卫生纸的原料中可能含有大量细菌、真菌等，虽然一般人使用时只是擦拭皮肤或嘴唇，但难免会使细菌或真菌进入口中，不排除会引起肠炎、痢疾等疾病，有的餐巾纸甚至还可能携带肝炎病菌。这是真的吗？

**真相：**劣质餐巾纸造成卫生隐患主要有两个原因，一个是微生物超标，另一个则是化学添加剂的违规使用。微生物超标容易导致使用者发生接触性感染。由于劣质餐巾纸的原材料是用再生纸制造的，其原材料本身已经被污染过，而且制造这些劣质餐巾纸的工厂往往消毒措施有限，餐巾纸可能还会含有大量细菌、重金属等。如果长期使用这种劣质餐巾纸擦嘴，很容易把纸中存在的大量荧光增白剂以及其他有毒物质和细菌再吃进肚子里，造成卫生隐患。

关于“劣质餐巾纸携带肝炎病菌”，正确的说法是肝炎病毒。另外，病毒性肝炎有多种，不同种类的肝炎有不同的传播途径，例如甲型肝炎病毒和戊型肝炎病毒一般存在于受污染的食物和水中，通过粪便等途径传播，其在干燥的环境中不易存活。甲型、戊型肝炎病毒不可能通过干燥的餐巾纸进行传播。而乙肝和丙肝则有血液传播、母婴传播和性传播这几种途径。

### 手机来电会致蚂蚁绕圈？

**流言：**一群在手机旁自由活动的蚂蚁，安逸自在，突然一通来电打破了这一和谐的场景。蚂蚁们如中了魔咒一般，排起整齐的队列，绕着手机转圈，直到来电结束。这是近期网上流传甚广的一段视频所呈现的画面，视频认为造成这一现象的原因是手机磁场。而且手机磁场不仅会影响蚂蚁，对人体也是有害的。这是真的吗？

**真相：**工程师用专业仪器“磁场探头”对手机磁场进行了测量，并强调手机磁力线分布不是圆圈，而是从手机出发再回到手机，离手机越远磁场越弱。如果蚂蚁受到了手机磁场的影响，可能会出现三种情况：一是避害远离手机；二是被吸引不由自主地聚集到手机上；三是遵循磁力线方向从手机出发再回到手机。而不会出现视频中的现象。但自然界中确实存在蚂蚁绕圈的现象。生物学上有一种罕见的现象叫 Ant Mill (蚁磨坊)，专家猜测说，蚂蚁们会留下叫做费洛蒙的挥发性物质以便让其它蚂蚁嗅出并跟踪，如果侦查食物的蚂蚁留下了错误的信息，后面跟踪的蚂蚁就会不断地在同一地方绕圈，同时也会留下气味让其它蚂蚁跟随，慢慢形成一个循环，最终导致蚂蚁不停在原地绕圈，直至耗尽体力死亡为止。

因此，如果蚂蚁绕手机转圈的视频并非后期合成，也有可能是将手机放在了恰巧发现的 Ant Mill 当中。而通过这一现象推论人类将受手机磁场影响，则更为缺乏根据。



五粮国宾酒  
WULIANGYUOBINJIU

## 五粮国宾 中国风度

1999年五粮国宾酒成为宴请贵宾的高端美酒，走进国际视野。在这十六年的岁月中，五粮国宾酒以经典的浓香、完美的酒体，使得友人叹服于中国酒文化的博大精深。五粮国宾酒汲取639年明初古窖精华，恪守五古纯粮酿造工艺，成就五粮液品牌百年历史的经典标高。

人际交往，唯有重视，方显真诚；礼尚往来，唯有珍贵，方显尊崇！五粮国宾酒深谙国人待客之道的精髓，完美的展示中华民族崇礼、重情的品质。华夏之礼雅与挚交，推杯换盏间感知尊崇魅力。领略中国风度，名贵的雍容华贵匹配与五粮国宾酒的中国风度，堪称完美！



宜宾五粮液股份有限公司出品

上海五粮液旗舰店及专卖店、上海第一食品商店、上海各大区域名烟名酒店均有售  
订购电话021-61551006

上海空白区域隆重招商，巨大支持助您事业腾飞·巨额广告投放支持·终端费用支持·市场人员支持·严格的市场保护·宣传物料支持 招商电话：18717888001

两瓶送价值880元《五粮液名酒·福祿寿喜酒具》  
名贵的雍容华贵匹配五粮国宾酒的中国风度，堪称完美！

