

被困在电梯里会窒息而死、摇头治脑瘫 80%治愈、宝宝吃盐会丧命……

这些“科学”流言是真的吗？

被困在电梯里会窒息而死？地震时躲藏在“活命三角区”就能保命？摇头治脑瘫 80%治愈……江湖流传已久、让吃瓜群众深信不疑的经验之谈居然都不靠谱！快来看看这张“伪科学”榜单，一一揭穿这些流言的真面目。



被困在电梯里会窒息而死

流言：我们经常能看到这句话——“如果被困电梯内，首先要冷静，因为在电梯的有限空间里，氧气的量也是有限的，肌体在平静时耗氧量少，所以尽量保持镇静，可以使被困者在短时间内不会因缺氧而窒息。”电梯下坠时，要“快速把每一层的按键都按下”。

真相：事实上电梯轿厢不是封闭空间，不会有窒息危险。如果电梯在运行而且楼层按钮有用的话，说明电梯根本没坏。如果电梯故障会自动回到基站复位，这时候把每一个楼层按一遍没有太多作用，一些电梯会就近平层并开门，而大多数的电梯都是回到基站复位的，这时候一般是按不了楼层的。

沐浴液含防腐剂且诱发乳腺癌

流言：近日，网传一篇名为《请使用块状肥皂沐浴，十年后就明白了》的文章称，沐浴液含防腐剂且诱发乳腺癌。文章提到，医界在乳腺癌切片中，发现了一种叫作paraben的成分，也就是一种藏在沐浴液中的防腐剂。

真相：复旦大学附属妇产科医院乳腺科主治医师傅少梅表示，paraben会导致乳腺癌的说法是没有科学根据的。首先，目前国内外没有大型的临床试验能够证明这种防腐剂会导致乳腺癌的发病率上升。其次，这种防腐剂在人体表面停留的时间较短，人体吸收的成分也微乎其微。所以说，这种防腐剂能导致乳腺癌的说法是危言耸听。

摇头真的可以治脑瘫吗

流言：近日，一个“婴儿被剧烈摇晃脑袋”的视频被广泛转发并引起网友热议。在事发医院的官网上，有着“李医生”所在的“康复理疗科对脑瘫患儿的治愈率在80%以上”的说法。“摇头疗法”曾被传有着“治脑瘫”的神奇功效。

真相：新闻中提到的按摩疗法，2014年，中国康复学会在国家卫生部的资助下，进行了循证研究。通过分析对比过往的脑瘫研究和病理，对脑瘫治疗进行指导。其中确实提到，推拿按摩可以促进患儿的运动及神经功能发

育、改善患儿的关节活动度等，但是证据很少，而且是等级最低的IV级。目前的学界共识是，脑瘫没有根治的方案。既然没有根治的方案，那么，“治愈率达到80%”也就无从说起了。

地震时“生命三角求生法”能救命

流言：地震来时，要在能形成三角形空间的位置躲藏，例如地震发生时在床上的人要翻身下床趴在床边，在室内活动的人要到桌子、冰箱、沙发旁蹲下等，理由是当倒塌物压到这些物件上时，三角形的空间可以让人幸存或减少伤害。

真相：“生命三角求生法”并不靠谱。因为房屋受到地震波袭击时，可能发生各个方向上的平晃，而其坍塌也分成房顶平塌、墙体外倒、墙体内倒和房顶M形向下弯折几种。在观察地震废墟时，尽管我们可以发现在一些位置上确实存在类似的“三角空间”。不过，在地震发生时，人们无法预先知道地震的方式、倒塌发生的方向，也就无法知道什么地方会有所谓的三角“求生空间”。

地震专家、中国工程院院士许绍燮对记者表示，这种“生命三角”的形成在很大程度上是个伪命题，因为床、桌子、汽车等一些原本你指望用来支撑“三角”的支撑物在地震中可能很快就倒下、被压扁或者滑到他处了。另外，在“生命三角”形成之前，你可能早就被飞来的各种杂物砸伤。

西瓜400天不腐烂是喷了防腐剂

流言：有人把西瓜放了400多天，现场切开后内部空了，红瓤不见了，也不见腐烂。对此，有人就开始质疑，西瓜表面喷了防腐剂。

真相：“400天不腐西瓜”的视频在朋友圈疯传之后，国家食药监总局官网转发文章，援引食品安全专家、果壳网科学顾问钟凯的观点进行辟谣：这个西瓜是正常的，根本不是防腐剂，也不是什么食品安全问题，西瓜的“不坏之身”只是风干现象，这个现象在丝瓜、葫芦、橙子等瓜果中都会出现。

钟凯解释说，西瓜皮表层坚韧，但实际上是可以呼吸的，虽然表面有少量天然蜡质，但在呼吸的过程中西瓜的水分依然会流失。如果西瓜表面没有外伤，就不容易受到细菌、霉菌的侵扰，这个西瓜应该是储存在阴凉或温度适中的地方，且通风良好，因此可以迅速脱水，当水分挥发到一定的程度，病菌就算侵入也难以存活繁殖，也就不存在腐败的问题。

而视频中展示的这个西瓜皮比较厚，切的时候不好切，说明瓜皮致密且里面的纤维比较丰富，这就让西瓜具备了一定的保持形状的能力，不会像橙子那样表面皱缩。另外，西瓜的品种、成熟度也很重要，比如沙瓤西瓜更容易风干，成熟度高的西瓜糖分多，水分相对更少。总而言之，这个西瓜只不过是天时地利人和的条件下实现了不坏之身，跟食品安全、防腐剂什么的没关系。

宝宝吃盐会丧命

流言：最近有消息称，“一位母亲听取邻居的建议，在粥里加了盐，没想到竟然断送八个月孩子的性命。”

真相：盐对于每一个人都是必不可少的，对于婴幼儿来说，少盐是总原则。之所以要少盐，一个是因为生理限制。人体内的盐主要由肾脏代谢，90%以上进入尿液，其余的通过汗液排出体

外。因为婴幼儿肾脏发育并不完全，所以，摄入过量盐分很可能加重肾脏负担，导致代谢异常、引起水肿等。当然，不可能立刻丧命那么夸张。

少盐的主要原因还是长远考虑。高血压的发生和高盐饮食密切相关，而要想降低成年人的盐摄入量，必须从控制婴幼儿的口味开始。婴幼儿的味觉系统尚处于发育过程中，对调味品非常敏感。过多的食盐不仅可能长远影响其饮食习惯，还可能引起拒食。也就是说，不是“一岁以内婴儿不能吃盐”，而是，遵循少盐的总原则，既不需要给婴幼儿额外添加盐分，又要注意查看辅食的配方表，合理调配婴幼儿的食谱。

“过午不食”有助减肥

流言：“过午不食”大概意思是“正午”（中午11点到下午1点）以后，直到次日黎明，都不再进食了。在很多减肥人士心中，“过午不食”看成“减肥良方”。甚至有人当它是“养生秘法”，并多年坚持。

真相：人如果长时间处于空腹状态，那么身体就会出现一些异常反应——调节体重的两种激素含量将大幅度偏离正常值：能够增长食欲、刺激饥饿感、加速胃排空及胃酸分泌的脑肠肽会急速增加；能够降低食欲、抑制脂肪细胞合成的瘦素则会大幅减少。如果这样，人在过午不食后不仅不会瘦，反而更容易胖。

相比不吃晚饭来说，吃晚饭更有助健康。最好在5点至7点间吃晚餐，并尽量保持规律；晚饭要吃得清淡些，可以适当吃些肌纤维短、好消化的瘦肉或蛋类；多吃些蔬菜和粗粮。

(婉琮)

<p>小广告 大市场 小投入 高回报</p> <h2>分类广告</h2> <p>第2085期</p> <p>广告热线：13523260997 13183330295</p> <p>地址：市区建设路西段268号（鹰城广场对面）</p>		<p>本栏目在微信公众平台同步刊登</p> <p>微信公众号：ycqueqiaohui</p>		<p>出租</p> <p>出租</p> <p>体育路北段一楼营业大厅，面积约900m²。有意者面议或电话联系。15237598678 13525390212</p>		<p>招生</p> <p>电工焊工 培训考证</p> <p>市电讯职业学校。电话：2963913</p>		<p>心理咨询</p> <p>●大诚心理咨询 13937507536</p> <p>老年公寓</p> <p>●康乐居老年公寓 13937585159</p>			
<p>A 招聘资讯</p> <p>招聘</p> <p>高薪诚聘</p> <p>办公室主任、行政助理、有丰富的的工作经验，有一定的社交能力，月薪5000元以上。电话：2966688 4985555</p>		<p>金融资讯</p> <p>股票一对一配资</p> <p>电话：18837519993</p> <p>律师服务</p> <p>●樊律师 18737553763</p> <p>●郭磊律师 13937508869</p> <p>●夏龙调查公司 13849569960</p>		<p>C 房产资讯</p> <p>出售</p> <p>●观湖别墅260万证 15238201670</p> <p>转让</p> <p>培训学校转让 精装 18间 接收可开业 13592168802</p>		<p>D 教育资讯</p> <p>会计培训</p> <p>旭日会计 免费学习入门 13781099568</p> <p>立信会计 初级会计师班 10月10日开课 分白、晚、周末班 13703755835</p>		<p>E 生活资讯</p> <p>设计印刷</p> <p>●要印刷找龙发 8861818</p> <p>●做画册找天一 8985888</p> <p>助听器</p> <p>●耳聋请配助听器 13087062226</p> <p>景观绿化</p> <p>●专做楼顶花园后期养护 18803759991</p>		<p>特色美食</p> <p>●鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983</p> <p>生活服务</p> <p>亲子鉴定 13137525230</p> <p>●家之诺全铝家具 13733914788</p> <p>友情提示：使用本栏目信息请核对双方有效证件，投资汇款请谨慎。本栏目信息不作为承担法律责任的依据。</p>	