

■ 焦点

# 橙色油漆污染最重

据《生命时报》9月20日报道“颜色越鲜艳,毒性越大。”这句话说的不只是毒蘑菇,也可能是您家里的油漆。

根据美国环境保护署规定,每平方厘米铅含量达到10毫克的油漆,即被视为含铅油漆;我国《室内装饰装修材料内墙涂料中有害物质限量》规定,内墙涂料中可溶性铅含量不得高于90毫克/千克。然而,关于“油漆含铅量超标”的新闻却屡见报端。中国疾病预防控制中心的一项调查显示,我国目前有1/3的儿童摄入超量铅,其中家居装饰用品是孩子体内最常见的污染源。

黄丹、红丹和铅白等含铅化合物,是装修涂料中最常用的一种添加剂,其作用主要是使装饰的色彩长久保持鲜艳。中国建筑装饰协会副秘书长王毅强则表示,业内曾做过一项测试,在各种颜色的油漆中,橙色产品的含铅量位居第一,其次分别为黄、绿、棕色等。除了铅以外,油漆中还可能含有镉和汞等危害健康的重金属。

人体长期接触空气中或物品上的铅,它就有可能通过呼吸系统、消化系统或皮肤进入人体,进而引起贫血、记忆力下降、关节痛等中毒反应,甚至可能引起肠绞痛、肌肉瘫痪等病症。不少孩子都习惯用手指触碰墙壁或粉刷物品后,再吮吸手指,这样很容易造成铅中毒。

不过,我们无需过度恐慌。随着制造工艺的进步,油漆中的铅不易挥发到空气中。因此,一般情况下,只要是达到国家标准的成品,对人体的危害都较微弱。那么,如何能挑选出环保的好漆?中国建筑装饰协会住宅装饰装修委员会秘书长张仁为广大消费者支



了几招:

买油漆最好选大品牌。品牌产品经过重重检验和严格的抽检,其环保品质相对让人放心。消费者在选购时,不要盲目相信“净味”、“环保”等概念,多数是商家在炒作,要注重查看包装盒上的检测报告。

水性漆更环保。大多数油性漆都含有重金属等污染物,水性漆则相对健康环保。如果可以替代的话,尽量考虑这类漆作为修复工具。

用淡色漆更安全。墙面刷漆,尤其儿童房墙面,不要装饰得过于艳丽,尽量少用漆,如果一定要用,最好选颜色较淡的品种。

好漆会流成扇面形。用木棍将油漆搅拌均匀后,挑起来,优质产品向下流时,会成扇面形状;放置一段时间后,优质漆的表面会形成厚厚的、有弹性的氧化膜,不易裂,次品则只会形成一层很薄的膜,易碎,有辛辣气味;买油漆最好购买同一个牌子,不要夹杂不同公司的产品,避免混用产生明显色差。

■ 发现

## 数学成绩娘胎里定

数学成绩不好?荷兰阿姆斯特丹自由大学儿科内分泌学家马丁·芬肯认为,“责任”可能在于妈妈。

他追踪研究了1200名孩子从胎儿期到入学后的表现,发现胚胎期处于最低甲状腺素水平中的宝宝,入学后算术成绩在班中落后的几率高达90%。芬肯认为,这可能源于孕妇的甲状腺素水平影响胎儿大脑发育。

不过,母亲的孕期激素水平与宝宝的语言能力并不存在关联。

(摘自《广州日报》9.22)

■ 创意

## 短信枪助阵交警抓现行

开车时发短信十分危险,在各国被列为违法。但由于交警很难抓到“现行”,处罚起来难度较高。美国ComSonic公司研制出一种“短信枪”,可以帮警察迅速准确地抓到违法司机。这款“短信枪”不但能判断出是否有人在车上打电话、发短信或者进行传输数据,还能判断做出这一行为的究竟是乘客还是驾驶员。这款“短信枪”已经投入生产,但它还需要经过审批才能上市,上市日期和价格尚未确定。

(摘自《南京日报》9.25)

## “网络后事”有人处理

日本一家公司今年3月推出名为“最后信息”的服务,旨在帮助处理用户去世后的重要数据等“网络遗产”,避免隐私泄露。用户申请这项服务后,首先会选定一名配偶或友人作为“特殊联系人”。如果确认用户已死亡,公司将向“特殊联系人”寄送一份资料,通知其删除网络消息的方法。删除内容包括去世电子邮箱收信和发信记录、网页浏览页码、通讯录以及网上银行密码等。

此外,用户还可设置“悼念空间”,展示自己的生平、照片、视频和遗言等内容,在上面发布告别信息,供亲友写下追悼信息。

(摘自《中国日报》9.23)

■ 趣闻

## 喜垃圾食品因脑子坏了

加拿大滑铁卢大学公共卫生与卫生系统学院研究表明,有些人经常忍不住吃垃圾食品,可能是因为大脑背外侧额叶皮层功能退化。这一皮层参与脑袋的执行功能,控制人的各种行为。

研究人员说,拥有一个健康的头脑对控制自我行为十分重要,“如果想抵制垃圾食品诱惑,重要的一点是避免让它出现在你的生活中,但除此之外,还要让精神保持良好状态”。

研究人员指出,有规律的锻炼、不饮酒、保证夜间充分睡眠都是促进身体健康的好办法。

(摘自《羊城晚报》9.17)

■ 万花筒

## 比赛照明全靠球员奔跑

巴西首个用球员跑步动能解决灯光照明的球场10日在里约热内卢的米内拉山贫民窟揭幕,球王贝利出席揭幕仪式。

这个球场的下面铺有很多块特殊的地砖,只要脚踏上去就可以发电。这种地砖的发明人肯博尔·库克介绍说,一场比赛下来所产生的能量足够供场边灯光持续照明5小时,多余的热量还可以储存起来。

肯博尔·库克表示,目前这种地砖已经在一些城市的广场和购物中心安装。他希望产品能够推广到世界各地,特别是人口密集的城市。

(摘自《四川日报》9.19)

■ 健康

## 喝咖啡防牙龈疾病

一项新研究显示,喝咖啡不仅能够提神,还可能有助于预防牙龈疾病。

美国波士顿大学的研究人员分析了退伍军人事务部从1968年至1998年期间,对1152名男性每3年进行一次的牙齿检查数据,其中98%为非西班牙裔白人,据了解这些男性的年龄为26岁至84岁,向报告医生说明了自己喝咖啡的情况。

结果显示,喝咖啡的人之所以较少发生牙龈疾病,归根究底是可可中的抗氧化剂起了重要作用。

(摘自《楚天都市报》9.10)

■ 图吧

## 能上天的自行车



未来的自行车或许可以飞上天啦!捷克的一些企业和骑行爱好者就尝试着设计一款可以像直升机般升入高空的自行车,目前尚处于产品开发阶段。它的想法就是将一些电动推进器装入一个双轮车架中,让用户可以升到交通车辆上方一段时间,只要电力足够。

为了减轻重量,FBike的工程师的计算结果是车子前后使用直径为1300mm的双螺旋桨,用4个10kW紧凑型无刷电动马达来驱动。侧边是直径为650mm的螺旋桨,使用3.5kW稳态马达,足够它垂直起降了。

据中新社 9.20

## 第三届科普征文



湖南省科技厅主办  
 科教新报协办

投稿邮箱:191195726@qq.com

目前,随着科技的发展,人们对心脏病治疗的研究可以说是达到了巅峰。但是对病源的研究较少。要撼动心脏病这颗大树,必须先究其习惯,通过药物治疗或物理治疗才可痊愈。

通过我二十多年的观察、研究发现睡姿不好是造成心脏病的重要诱因:其一是垂直侧左睡。其二是长期仰卧睡。

其三是午休趴着睡。其四是处于惊吓或长期受到惊吓的环境下。其五是先天性心脏病。其六是伤力透支生命者。

我曾经做过这样的实验,特意把被盖加重至八公斤左右,一侧左睡就会感觉到心律不齐,一向右睡则心跳又趋于平和。根据物理知识可以解释这一现象:人的心脏与血管、血液、肺一起形成了一个半封闭的气血循环系统。左侧卧位,不仅会使

## 睡不好或诱发心脏病

永顺县西岐乡九年制学校 张永康

睡眠时左侧肢体受到压迫、胃排空减慢,而且使心脏在胸腔内所受的压力增大,不利于器官的输血,也容易做噩梦。在佛家右侧睡称之为吉祥睡。

仰卧睡会导致冠心病。这是我积累了许多病患资料才知道的:脸朝上躺着或是头仰起又俯下,会使人体内部和被盖的重力直接作用于冠状动脉而造成病变。有的仰卧睡时间较短,只是有时偶尔感觉胸口有点疼。一般成病时间都有十多年或者二十多年的仰卧睡历史。有的得病后才改为用结实点的枕头侧睡。

靠在办公桌面上睡觉则是很多上班族的午休方式,据说这对他们来说这是最舒服最自然的体位,可是枕在胳膊上入眠,多处神经会受到压迫,导致呼吸不畅通,胸廓也不能很好舒展,体内氧气供应自然会不充足。而女性被动压迫胸部的持续性动作还会影响身体系统的供血量,引起心脏或(禁止)病。

长期受到惊吓或处于严重的惊吓的环境下也易出问题,因为恐伤肾,肾水难治心火而得心脏病。

先天性心脏病,我曾经见证过一例。通过一年多的气功锻炼和理疗,现在已经康复。

伤力透支生命者,同样难逃疾病厄运。目前社会生活条件优越。人们能自由安排的时间较多,假期顾着聚会玩乐,饮食反而没有工作时规律,或者为理想奋斗而熬更守夜,完全忽视了养生之道。在古代有五劳七伤的告诫。我所见到的人中,有许多是死在麻将桌上的。有的是心力衰竭,有的是头上太实、用脑过度而导致血管破裂而死。

万物都有一个相同的道理。物分阴阳。阴平阳密,精神乃治。阴阳离决,精气乃竭。人们白天做事为阳,晚上放松为阴。生活中,工作与休息好似弹簧的松和驰,一旦超过弹性限度就不可能恢复到原状了。不爱惜自己,就是不顾后果,最终也会失去生命。

经科学证实热水泡脚对心脏有益。你可能不知道,倘若脚部的循环变好,可明显减少高血压、心脏病及中风等高风险疾病的发生。我建议患者分两个时间段自行用烫水足疗:正午12点和下午7点。