

汽车“违章销分”将变革?转基因泛滥使中国人体内出现有害基因?多吃辣容易得阿尔茨海默病?面对层出不穷的造谣信息,“7月中老年人易感谣言榜”,对其中的食品安全、社会、科学等热点谣言进行梳理分析。

花生芽能防心脑血管病? 这些谣言中老年人要当心

一、花生芽能预防心脑血管疾病?

【传闻】近期,网上流传着花生发芽之后含有大量的维生素和酚类物质,不仅能起能够预防心脑血管疾病,甚至还有助于抗癌,抑制血小板的聚集的作用。那么花生芽到底能否预防心脑血管疾病?

【真相】花生芽的白藜芦醇含量的确很高,白藜芦醇的抗肿瘤和抑制血小板聚集的作用,但缺少大量的人群临床研究,安全性和有效性都需要得到进一步验证。对于白藜芦醇的医学治疗功效,目前并没有得到国内外的主流文献的肯定。所以,提纯的白藜芦醇的功效都不靠谱,就更别指望吃花生芽能治病了,该吃药还得吃。

二、一分钟入睡法,告别失眠?

【传闻】近日,“1分钟入睡法”在网上突然火了,据说可以轻松拯救失眠者。具体而言就是用鼻子吸气4秒钟,憋气7秒钟,再用嘴呼气8秒钟。如此循环3、4次,不到1分钟就可以让人入睡。那么,这个方法的原理是什么?真的有效吗?

【真相】网上盛传的“1分钟入睡法”,其实是“4-7-8呼吸法”的以讹传讹。一位来自美国的博士在网站上分享了4-7-8呼吸法,该方法通过缓解精神和身体的紧张感来帮助入睡。但严重失眠的患者,还是要去看医生。

三、速效救心丸,能用来治疗尿路结石?

【传闻】最近,一篇题为《速效救心丸的最新用途!你知道吗?》的文章。其中有一条说到:“用速效救心丸来治疗尿路结石和肾绞痛,每天舌下服6粒,同时服用排石冲剂1包,一天三次,然后每天饮水1500-2000ml,并适当运动。”据此,有谣言称,速效救心丸能用来治疗尿路结石。

【真相】所谓“老药新用”如果没有经过严格循证医学验证,都是在误导人。在医学高度发展的今天,很多所谓“简单高效经济负担小”的偏方往往存在更大的安全隐患。

四、出现XX症状要警惕,说明你离猝死不远了?

【传闻】社会新闻有许多名人猝死的案例,很多网文也喜欢用“出现XX症状要警惕,说明你离猝死不远了”作为吸引眼球的爆点。出现这些症状,真的离猝死不远了?

【真相】不少网文提到的“猝死的X个征兆”并不可取,因为猝死的定义本身就强调了它有不可预测性。网文所谓的先兆,其实多是心脏疾病的常见症状。比起过度关注并不可靠的“猝死预兆”,践行健康生活方式、及时接受慢性病的规范治疗才是让自己远离猝死的正确做法。

五、多吃辣容易得阿尔茨海默病?

【传闻】有研究称:每天吃50克以上辣椒导致老年认知能力下降更快。这个结论是真的吗?

【真相】网传研究存在漏洞,实际上无法得出“吃辣椒导致认知能力下降更快”的结论。世界卫生组织今年发布最新的《预防痴呆指南》中指出,认知障碍和痴呆症的发展与生活方式相关危险因素(例如缺乏身体活动、吸烟、不健康饮食和有害使用酒精)之间存在关系。



六、男人做家务容易阿尔茨海默病?

【传闻】最近网上流传着一张图片,图片上是一张报纸的版面,头条新闻是一篇题为《爱做菜的女人大多智商高 男人做家务容易老年痴呆》的报道。虽然图片清晰度不高,只能看清标题,但仍然被众多不爱做家务的男网友热情转发。

【真相】实际上上传图片中的文章标题是被篡改了的,原版面上的标题是《爱做菜的男人大多高智商 男人做家务避免老年痴呆》,刊登于湖北《东楚晚报》2013年10月8日第28版。

七、英国披露:转基因泛滥使中国人体内出现有害基因?

【传闻】最近一篇题为:转基因泛滥使中国人体内出现有害基因的文章在微信里流传。文章表示,一家英国科学期刊《雪莱遗传学通讯》发表的论文称“在对中国平民阶层进行基因组学研究时发现了在转基因作物中用来促进生长的基因SCoAL,并提醒“该基因可能会对健康造成影响”。

【真相】中国农业科学院生物技术研究所研究员林敏表示,其实并没有《雪莱遗传学通讯》这本英国学术期刊。网传文章是一篇“钓鱼文”,文章中也存在很多“漏洞”。

八、南航客机与直升机相撞,飞行员迫降在京通快速公路?

【传闻】南航有一架波音747紧急迫降在高速公路上?这两天,一段飞机紧急迫降的视频在网上热传,不少网友纷纷询问此传言的真实性。

【真相】该段视频在之前还被传为发生在深圳宝安机场,今年三月被媒体辟谣,当地没有发生过该起迫降事件。经多位网友比对,这段视频的画面与某款著名网络游戏的风格高度接近,游戏模拟的位置是洛杉矶和南加州附近。因此,网传视频较大可能性是来源于某款网络游戏。

九、公安部通知:8月1日起,汽车“违章销分”将变革?

【传闻】最近,网传“8月1号之后驾驶证销分规则将迎来完全不一样的调整”“驾驶证将与自己的车辆绑定,没有车辆但是持有驾驶证的人也可以绑定别人的车”。汽车“违章销分”将变革,是真的吗?

【真相】公安部交通管理局已辟谣,据公安部交通管理局官方微信消息,目前关于机动车与驾驶证绑定、处理交通违法行为等方面无任何新规出台,依然按原规定执行。

十、苏门答腊海底火山爆发视频震惊全网?

【传闻】一段名为“监控拍摄的2019年6月9日苏门答腊锡纳朋海底火山爆发”的视频在网络上传播开来。看过的网友纷纷被视频震撼到,苏门答腊海底火山真的爆发了吗?

【真相】网传视频是澳大利亚某大学地质教授的团队在早年制作的火山喷发模拟视频,被造谣者盗用作为谣言素材。虽然锡纳朋火山的确在6月9日喷发过,但这个视频并不是喷发现场。(综合)