

“隔年”防晒霜还起作用吗？



料气味,如果产品散发酸败味、刺鼻异味,可能已变质。如果防晒霜颜色变深或产生沉淀,表明活性成分可能已降解。

除此之外,储存方式也会影响防晒霜使用寿命。“不要把防晒霜放在高温和阳光直射环境中。”张健说,具体来说,不宜存放在车内或窗台等高温环境,而应置于阴凉干燥处,并确保瓶盖拧紧,以降低氧化风险。

根据肤质选产品很重要

除了保质期,消费者还应关注防晒霜的使用方法。张健提醒,许多消费者错误使用防晒霜,导致实际防护效果不理想。

“用量不足是常见问题。”张健指出,防晒霜的标准使用量为2毫克/平方厘米。以乳液质地防晒霜为例,成人脸部用量通常需达到1元硬币大小(约1克至1.2克),才能达到理想的防护效果。如果涂抹量不足,防护效果就会大打折扣。例如,只使用一半标准量,实际防护效果可能只有产品标注SPF值的1/3。

同时,化学防晒霜会随着时间推移逐渐失效,因此每隔2小时到3小时需补涂一次。如果出汗或游泳,则需立即补涂。即使是标注“防水”字样的防晒霜,也仅能维持40分钟到80分钟的防水效果,不能完全依赖其长效防护。“如果大家去高原地区旅游,由于当地光照强度较高,需特别留意防晒霜的使用时间与补涂频次。”张健补充道。

“根据肤质选择合适的防晒产品同样重要。”张健建议,皮肤敏感人群或儿童适合涂抹含氧化锌或二氧化钛的物理防晒霜,避免使用含酒精、香精的产品。油性皮肤人群可选择质地清爽的化学防晒霜或物化结合型防晒霜,避免闷痘。干性皮肤人群适合使用含透明质酸、甘油等保湿成分的防晒霜,以缓解皮肤干燥。

值得注意的是,使用防晒霜后的晚间清洁方式也会影响皮肤健康。“倘若涂

抹普通防晒霜,可用洗面奶清洁。如果用防水型防晒霜,需使用专业卸妆产品清洁,否则残留的防晒剂可能堵塞毛孔,引发皮肤问题。此外,清洁时需避免过度摩擦或使用强刺激性产品,以免加重因晒伤导致的皮肤敏感。”张健提醒道。

据《科技日报》

●相关链接●

驱蚊剂和防晒霜并用 或影响防晒效果

法国国家科学研究中心日前发布公报说,其研究人员借助离体皮肤模型和人工智能软件发现,在与驱蚊剂并用的情况下,防晒霜对紫外线的防护效果可能大打折扣。

据研究人员介绍,在一些温暖且蚊虫较多的地区,防晒霜和驱蚊剂同时使用变得越来越普遍。离体皮肤模型是由人体来源的皮肤组织经体外培养而获得的模型。研究人员借助该模型和可评估皮肤损伤程度的人工智能软件,测试了单独及混合使用防晒霜和驱蚊剂的效果。

结果显示,单独使用防晒霜能有效保护皮肤,显著降低紫外线损伤,而防晒霜和驱蚊剂并用时,防晒霜对UVB波段紫外线的防护效果显著下降。

该研究没有解释这一现象的确切原因,但此前刊登在《英国皮肤病学杂志》的论文说,在对猪皮肤进行的体外实验表明,驱蚊剂和防晒霜同时使用会显著增强驱蚊剂中避蚊胺和防晒霜中的二苯甲酮这两种化学物质被皮肤吸收的量。这可能是导致防晒霜防晒效果被削弱的原因。研究人员说,本次仅研究了分层涂抹防晒霜和驱蚊剂的情况,以混合物形式使用的效果仍有待研究。

本项研究成果已于近期发表在网络期刊《寄生虫与媒介》上。据《科技日报》

动物不刷牙 怎么保牙齿健康

人类每天刷牙,还会得口腔疾病,为何动物从来不刷牙,却还能拥有一口好牙?

其实,动物并非完全没有口腔问题,只是存在幸存者偏差现象。国家动物博物馆科普讲师熊品贞介绍,“牙齿出现问题的野生动物会经历残酷的自然淘汰,留下来的都是健康的。”

野生动物比人更少患牙病,主要受到食物种类、进食方式、牙齿更新情况,以及使用时间等多种因素影响。

熊品贞介绍,食肉动物最常用的牙齿是犬齿和裂齿,犬齿非常锋利,能够轻易地将猎物的韧带和软骨切断;再靠裂齿将肉切割成合适的大小直接吞咽,牙齿的使用频率相对较少,且食肉动物牙齿间隙很大,几乎不会塞牙缝,自然口腔疾病就少了。

食草动物吃植物,大多简单咀嚼后就吞咽,靠消化道和反刍消化并吸收,而粗纤维的植物不容易在牙齿缝隙里留存,并且粗纤维反复摩擦也算是一种“刷牙”方式。

另外,牙齿更新频率也会减少口腔问题。熊品贞举例说,有的动物,如兔子的恒牙、老鼠的门齿、马的牙齿会不断地“生长”;而有的动物如大象,有多批次牙齿依次长出,鲨鱼可几乎无限次地更换牙齿。

再则,牙齿会随使用频率的增加而磨损。“大象平均寿命可达60-70年,但它们每天超过12小时都在觅食和进食,很费牙,因此基本上每10年更换一次臼齿。大多数动物也是如此,狼的野外平均寿命仅6-8年,而牙齿可支撑15年以上;圈养海豚因寿命延长至30年,反而出现与人类类似的牙周病。”熊品贞说。据《科普时报》

献血会影响健康吗？

献血是否影响健康？这是不少人的疑虑,那么今天就来听专家怎么说。

北京市红十字血液中心副主任技师郭瑾肯定地回答:“从病理学研究可知,当失血量不超过身体总血量的13%时,对健康并无影响。”一般而言,体重50公斤的人,身体总血量约为4500-5500毫升。我国规定单次献血量上限为400毫升,不到总血量的10%。而且,人体有着精妙的自我调节机制,一旦失血,肝脏、脾脏等“储血库”会迅速将储存的血液“释放”,补充到外周血液循环中。同时,身体会刺激自身造血机能,加速生成新鲜血液,来填补外出血造成的空缺。郭瑾表示,只要献血者身体指标正常,且避免短时间内频繁献血,献血就不会损害健康。

郭瑾建议,献血前,献血者要尽量保证充足睡眠,让身体处于良好状态。献血前一周宜采用低油饮食,减轻身体代谢负担。“尤其要注意,与临床采血不同,献血当日切不可空腹,应提前摄入如面包、粥等清淡食物。”郭瑾解释,空腹献血可能因血糖过低引发头晕、心慌等不适。

建议献血前、中、后各饮用300-500毫升水,以此保证充足的外周血容量,维持血液循环稳定。

献血后,正确护理能加速身体恢复。郭瑾提示,需充分按压针眼15分钟以上,有效避免皮下血肿和形成淤青。献血后48小时内,不要开车,因献血后可能出现短暂头晕,影响驾驶安全;也不要从事高空作业,防止因身体不适发生危险;更不要进行剧烈运动,剧烈运动可能导致血压波动,影响身体恢复。

据《科普时报》



“看一眼”就能完成支付已成现实

在语音指令发出的同时,眼镜搭载的高清摄像头会运用智能扫码识别算法,对商家出示的收钱码进行扫描与解析,转化为可识别的数据。

随后,这些支付数据通过加密网络传输至云端服务器,与用户的支付账户信息进行关联匹配,确认支付对象与金额的准确性。待支付信息回传至眼镜显示屏,用户确认无误后说出“确认支付”指令,云端服务器便会调用支付宝支付接口,瞬间完成资金划转。

“看一下支付”确实很炫酷,但不少人担心智能眼镜被别人捡走会有冒用风险。其实,“看一下支付”采用了设备实时检测、声纹识别、多因子验证与实时风控等技术确保支付安全。

每个人的声纹特征都具有唯一性,智能眼镜内置的声纹识别模块会在用户发出支付指令时,快速采集声纹特征并与预先录入的样本比对,杜绝他人通过模仿声音进行冒用的可能。

“看一下支付”背后的管控平台,能借助大数据分析机器学习技术,从实时地理位置、设备状态、支付行为习惯、场景时序等多维度进行动态交叉验证。

系统检测异常会立即暂停交易,并要求用户进一步验证身份,拦截风险交易。

此外,支付平台还承诺,若因设备被盗或系统漏洞导致资金损失会即时赔付,为用户的资金安全“兜底”。

“看一下支付”不仅是一次支付方式的升级,更有望成为推动智能眼镜产业爆发的“杀手级应用”。从用户需求看,“看一下支付”大幅简化了支付流程。购物时,只需看向商品标签即可完成扣款,更符合“即时性”消费场景需求,尤其契合当下快节奏生活中消费者对效率的追求。

从行业推动角度来看,支付场景是流量与商业价值的高地。智能眼镜若能借此切入这一领域,吸引支付宝、微信支付等平台及硬件厂商加大投入,推动产业链上下游在光学显示、电池续航等方面的技术突破,有望进一步降低智能眼镜的成本,加速这一品类普及的步伐。

从智能手机到智能手表,再到如今的智能眼镜,可穿戴设备的进化始终围绕着“如何更自然地融入生活”。“看一眼支付”的出现,不仅为智能眼镜找到了破局消费场景的关键支点,更让人们看到了未来人机交互的无限可能。

据中国科普网

