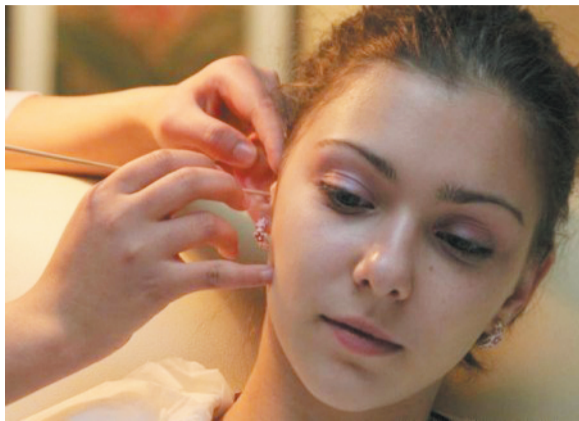


星制作 | XINGZHIZUO

掏耳朵是门学问，你会吗？

不少人都有掏耳的习惯，有时耳朵发痒，自然就会用耳勺甚至手指来掏。有些人甚至养成了没事就用发夹、指甲等掏耳朵的习惯。您意识到这不科学的做法有可能引发疾病，甚至导致耳聋了吗？那么，怎样掏耳才科学呢？



1、耳屎是什么

造成我们耳朵发痒的耳屎学名耳垢，它是外耳道皮肤上耵聍的分泌物，开始分泌出来时呈液体状，非常粘稠，随着灰尘的进入，干燥后便成了小块固体状。可以起到保持外耳道酸性环境和抵御外部细菌侵袭的作用。

2、耳屎能掏吗

耳道有自净能力，一般会自然掉出耳屎，不必人工清理，经常掏耳朵还会引起耳屎的分泌异常，耳屎可能越长越多，新分泌的耳屎会由原本的片状变为碎屑状，从而降低保护耳朵的能力。只有腺体分泌旺盛的“油耳”才需要人为地清洁耳道。

3、掏耳不当有什么危害

人体外耳道皮肤非常脆弱敏感，和软骨膜连接很紧密，皮下组织少，血液循环差，掏耳的时候用力不当或使用尖锐物体掏耳就会引起外耳道损伤、感染，导致外耳道发炎、溃烂。有的人掏耳用力过猛甚至可能伤及鼓膜或听小骨，造成鼓膜穿孔，影响听力，发展成中耳炎，严重者甚至可能引起耳聋。

4、怎么科学地掏耳

最好使用棉签。指甲缝易藏匿细菌，不宜用来掏耳朵，尖锐的发夹易划伤耳道更是不能用。一般将棉签头拽蓬松，然后用其轻轻地在外耳道转动即可。如果是大颗粒的话，应用温水或是专用药水滴进耳朵，过几分钟后轻轻地掏出。

如果是“油耳”的话可将棉签浸透温水后稍稍挤干，放入外耳道内朝一个方向轻轻旋转，将“耳屎”泡湿、浸软后随之带出，也可以用此方法先将“耳屎”泡软使之松动，再用专用的掏耳勺轻轻取出。

百科 | BAIKE

各种被子去除异味的方法

羽绒被：羽绒被是最轻盈的被子。阳光充足时，可以将羽绒被拿出来晒会儿，但不要时间太长。在室外(或阳台)阴凉通风的地方挂晒2-3天，然后均匀轻拍，就会消除难闻的味道了。

也可以用柠檬水喷在被子上，将被子放在阴凉处晾干一宿，这样就可以去除被子上面的气味。这个方法很简单，但是切记最好要用喷的，而不是洒上的，要喷得均匀一些。

棉花被：棉花被是最普遍的被子。在太阳下晒后，在叠起来的被子里放入几小袋干燥剂(家里买的小食品，袋里通常有干燥剂，收集起来可备用)，然后再放入几块香皂(可选自己喜欢的香型)，过几天被子就不会有异味了。

注意：干燥剂和香皂不要堆在一起，要一层层的放，不用太多，三四块香皂就可，香皂以后还可以用，不会浪费的。

羊毛被：羊毛被是最贴身的被子。经过碳化、清洗、梳理的羊毛不会有任何异味，包括羊膻味儿。但是放久后难免还会有一些怪味，可以把酒精均匀地喷在羊毛上，将少量黄米撒在羊毛上轻轻抽打或用软毛刷顺着刷1-2遍，手法一定要轻。等毛干后，把黄米抖掉，然后将羊毛被紧紧地卷起放上一一些樟脑丸闷上一段时间(两个月左右)，羊皮上的膻气便可随酒精和樟脑挥发掉。

另一方面，羊毛被最好不要用水洗。有条件的建议干洗，或者到太阳下晒半小时即可，不可暴晒。晾晒时可以在被子上铺一块布，避免烈日对羊毛纤维造成的伤害。

纤维被：纤维被是最便宜的被子。不需要特别保养，但是建议要定期拿到阳光下暴晒，达到抗菌除湿的效果。水洗、机洗都可以，中性洗涤剂或肥皂粉，用洗衣机的弱转清洗、脱水。

蚕丝被：放通风处吹是一个很有效的办法。一般打开通风，一到两周就会没有异味了。但在太阳底下晒效果会更好，因为温度升高会加速气孔里空气的替换。除了夏天晒的时间不能太长外，其他非太阳直射的情况下，是可以晒2个小时的。但不能时间过长，因为蚕丝在紫外线照射下，是会变脆的。所以有些人天天晒蚕丝被，过了一年发现蚕丝被越来越不保暖，而且变薄了，就是这个原因。

阅读 | YUEDU

教师节，该怎样送礼？ 一位美国老师的观察

9月10日，是中国的教师节。恐怕是给老师送礼的最好时机。当然，其它的节日，包括老师的生日，以及老师的孩子的生日，都可以借机送礼。不过，教师节好像比较名正言顺。

我1992年赴美前，在上海大学当老师，有点儿小权。比如我上的课，可以将79分“进位”到80分，让学生的分数不太难看。论文答辩时，不提刁难的问题。最大的权力是毕业分配，是毕分小组成员之一。

当时送礼之风好像并不风行。我收到的有圣诞卡，有个女生送的是她用旧挂历剪贴而成的一张圣诞卡，让我感动了很长时间。收到最多的是挂历，留下两本，其它再转送别人。有一本现在看来没什么而当时过分清凉的美女挂历，送人不合适，于是到自由市场，在鸽子个体户那里将十二个美女换了一只鸽子，“秀色变餐”了。做老师当时还有个好处，是可以从家长那里弄到一些紧俏商品的票子，比如，彩电票子，如此而已。红包肯定没有，耐克、茅台什么的也没有。

到美国后，发现好像不兴向老师送礼。中国留学生可能会送教授一点中国的小玩意儿，如小木片书签，剪纸等。美国小学生、中学生可能会在节日向老师送张贺卡。极少送礼物。因为公立学校的老师属于政府公务员，法律严格限制收礼。各地具体规定不同，通常一年收礼不能超过15到25美元。

美国学生如果一定要送礼物，通常价值不会超过10美元，比如一小盒巧克力，否则老师绝对不会收。送礼略重，就有贿赂的嫌疑，那是犯罪。所以，还是“不来吧”(bribe的谐音，贿赂？不来吧。)去年有条新闻：澳大利亚的一个华人医生，给老师送了两个信封，里面总共装了2500澳元，并附有一张条子，大意为：我很想看到我儿子的各科成绩都有显著的提高。结果是，老师打开信封后，立马报警。如此送礼，要吃官司的。

中国讲究礼节。不过，现在好像走味了，班里的同学，很多都给老师送礼，那么没送礼的，简直不敢抬头看老师。听说少数低幼年级的老师，在“送礼季节”收到一份礼物后，会在班上表扬那个父母送礼的孩子，“真是懂礼貌的好孩子”。其他孩子回家后，就会要爸爸妈妈送礼，让他(她)也做一个好孩子。

如果孩子父母是当官的或是经商的，送礼自然不成问题。有些礼可能只是转个手而已。比如，已经开始收到很多盒精美月饼了，如“冰淇淋月饼”，不能当饭吃，正好转送给老师。苦就苦在小小老百姓，没有外快，只能狠心自掏腰包，碰到假客气的老师不肯马上“笑纳”时，还得编个“善意的谎言”：“一点小意思，也是别人送我家的”。

来源：搜狐教育。

作者姚鸿恩，任职美国大学，专栏作家。

OPINION 今日 | 语录

世界上最聪明的人是借用别人撞得头破血流的经验作为自己的经验，世界上最愚蠢的人是非用自己撞得头破血流的经验才叫经验。

——经济学家郎咸平

通过干干净净地赚钱让人相信干干净净地赚钱是可能的；通过实现理想让人相信实现理想是可能的；通过改变世界让人相信改变世界是可能的……即使是在中国。

——锤子科技创始人 罗永浩

未来5年至10年，中国的企业将全部实现“数字化”，作为供应链每一个环节、上下游的体系都会体现在“大数据”上，将会进入一个“秒级”竞争的阶段，绝大多数企业将通过“互联网+”完全数字化，数据会成为数字企业的“基因”和“血液”。

——易观国际董事长兼CEO于扬