组版 王贤梅
编辑 吴笑文 校对 夏 君

别被“高科技”养生产品迷了眼



中国“量子之父”潘建伟近日公开打假，称市场上出现了各种“量子科技”养生产品，他的亲戚就被骗买了个“量子挂坠”。随着科技发展，骗子也搭上“科技快车”，忽悠了不少百姓。 ▌综合

“量子”养生产品都是假的

潘建伟说，这些年中国的量子技术做得不错，民间有一些厂家利用量子的概念来推荐保健品，“这些都是假的，不要受骗上当”。

潘建伟说，目前量子已经应用在量子通信、量子精密测量等领域，所有这些量子方面的应用，都是科学家团队十几年甚至几十年的刻苦攻关下，一步一个脚印啃下的硬骨头，可不是随随便便捏造一个概念就可以的。量子产品暂时还没有与日用品扯上关系，所谓“量子+生活”的产品，通通都是骗子。

高科技养生助眠多为噱头

现代人很容易失眠，打着高科技的记忆枕、远红外线被子等助眠产品纷纷登场。对此，中日友好医院临床心理科副主任心理师王彦玲表示，现在还没有科学论证，也没有看到相关的科学研究能够证明其有效性。

“经常失眠的人绝大部分（数据约为90%）都是因为心理因素，真正的身体原因很少。”王彦玲指出，凭这些东西能解决失眠问题是不可信的。

净水器的保健功能多是忽悠

自造活化水、磁化水，3天有效改善便秘，30天有效控制血压……在大众对净水器的需求增加后，一些产品打出养生治病牌。对此，山东烟台市卫生监督所专家李晓莹表示，卫生部门从未批准过活化水、磁化水、频谱水、小分子团水等产品，卫生许可批件中都没有任何保健功能，因此宣称能养生治病的净水器不能信。



“高科技”基因检测乱象丛生

“基因检测能预测癌症肿瘤，准确率近100%；基因检测能帮助避开疾病……”近年来，“基因检测”俨然成了可以预测寿命以及旦夕福祸的“利器”，市场上很多机构都在开展这一项目，甚至一些保健品商家都宣称有独家技术。

“基因检测和基因数据安全涉及伦理问题，所以不是随便什么机构都可以开展的。”河南省人民医院医学遗传中心副主任医师侯巧芳说。北京协和医学院基础学院教授张宏冰则认为，基因检测在非临床的新领域应用，还处在实验室研究和数据积累阶段，测天赋、知生死等都没有科学依据。

□荐读

让人把话说完是一种极高的修养

1 年轻的母亲为了验证她教子有方的成果，把两个苹果喜盈盈地给了年幼的儿子。

接下来，她等待儿子把一个苹果送给妈妈。可是儿子接住苹果后，看都没看她一眼，就一个苹果咬了一口。年轻的母亲当然非常伤心，正要发火训斥儿子的自私贪婪。谁知道就在这时，童稚的儿子奶声奶气地说：“妈妈，你吃这个苹果，我尝过了，不酸！”妈妈的眼泪瞬间就流了下来。

有时候，我们之所以愤怒是因为没有耐心和时间等一个回答，倾听的后面是另一番的暖意。

2 现在很多家长诉苦，自己孩子进入叛逆期，根本不听话！不听话基本成了青春期家长共同的心声，但冷静想想，其实这个埋怨的本身就出了问题，我们扪心自问，你认真去听孩子的心声了吗？你知道孩子在想什么，希望什么？你要了解孩子，却不去听他的，而是要他听你的，你老是在那里逼叨叨，复读机一样，他听你什么？

你等我把话说完，这是一种提醒，对浮躁和急于求成的你我一种讥讽。上帝创造人的时候，为什么只有一张嘴却有两个耳朵，那是为了让我们少说多听。我们谁也不是火烧屁股，火急火燎了，怎么连等待别人表达的时间也没有吗？有时候扪心自问，这是一种病，得治。

3 等待别人把话说完，是一种能力，也是一种修养。有一种倾听叫胸有成竹，沉着冷静，那是一种气势和气场，不语也能威严，无声也能温暖才是魅力。有一种聆听需要忘我，听落雪的声音，听风过屋檐，听早晨的鸟鸣，听一段美妙的旋律是一种境界和修为。内心安详，才能懂得岁月静好。

商之都·合肥东城店
COMMERCIAL CAPITAL HEFEI DONGCHENG STORE
时间:4月3-15日
李宁大型特卖惠
零利风暴第一波
万件商品疯抢
全场
1-5折
商之都东城店门前广场
（地铁1/2线交口E出口）
地址：合肥市长江东路1137号 电话：0551-64697386
广告