

# “眼睛被戳伤能用猪油消肿”？太荒唐！



近日“男孩被戳伤左眼老师涂猪油消肿致感染”的新闻登上微博热搜，引发大量讨论。一直以来，民间都流传着“猪油能消肿、活血化瘀”的说法。但是，它真的科学吗？

先说答案：

男孩被铅笔戳伤后形成眼球穿透伤，老师没有及时送医且用猪油涂抹伤口是完全错误的，不但延误治疗时机而且增加感染风险，还会给后续医生检查带来困难。

## 眼外伤——儿童常见意外伤害

眼外伤是导致儿童单眼视力丧失的最常见原因。2岁前的儿童眼外伤发生率最低；而在学龄期，由锐器引起的开放性眼外伤案例增多，12岁之后，与体育活动相关的钝挫伤则显著增加。统计数据表明，在各个年龄段中，男孩遭遇眼外伤的风险普遍高于女孩。国内有统计发现眼外伤患者中有15%~20%为儿童。

眼外伤主要分为机械性和非机械性两类。机械性眼外伤又分为开放性和闭合性两种类型。开放性眼外伤又进一步分为裂伤和破裂伤，其中裂伤涵盖贯通伤、贯通伤以及眼内异物；而闭合性眼外伤则包括挫伤和板层裂伤。新闻中家长说男孩的角膜、虹膜、晶体都出现损伤，说明是眼球穿通

伤，损伤了眼球的角膜、晶状体、视神经等重要结构，这是导致新闻中男孩视功能严重受损的主要原因。

## “猪油消肿”毫无科学依据

猪油是猪的脂肪组织加热后凝固形成的白色膏状物，有的地区存在“偏方”使用猪油涂抹身体受伤肿胀部位来消肿或者促进皮肤伤口愈合。这种所谓的“偏方”作用无科学依据。

脂肪没有消肿的作用，仅仅是给皮肤带来润滑和有限的保湿效果，用于没有开放伤口的皮肤可能暂时缓解不适，但这并非治疗作用，且无法替代正规医疗处理，所谓的消肿也是组织损伤自然恢复的结果。若用于皮肤开放伤口则有可能起到反作用，猪油虽然经过加热但无法达到医用级无菌要求，涂抹开放伤口仍能增加感染风险。

虽然有研究发现脂肪组织及其衍生物可以用于创面修复，但是这里提到的脂肪组织是人同种脂肪组织，而不是异种加热变性后的脂肪成分。所以想通过涂抹猪油消肿也好，促进伤口愈合也好，是完全不可取的。

幼儿园老师对于儿童眼外伤涂猪油更是错上加错。眼球不同于皮肤组织，其处于

完全封闭状态，组织结构更精密，一旦眼球出现开放性损伤往往伴有眼内房水流出或者重要眼内组织损伤或者脱出，这时候盲目涂抹猪油只会加重眼损伤和增加感染风险，也会给后续医生检查带来困难。

## 眼外伤的正确处理方法

那么儿童出现眼外伤后家长和老师应该如何处理呢？

儿童在家庭或者学校环境中出现开放性眼外伤后最好的处理就是不处理。注意保护伤眼，避免人为因素加重眼部损伤是最重要的原则。

1. 家长和老师等非眼科专业医生不要强行掰开伤眼检查伤口，儿童出现眼外伤后往往会有哭闹不睁眼的情况，此时强行掰开伤眼检查可能会加重损伤。

2. 若有签子、笔、铁丝等长条形异物插入眼睛没有自行脱出，若家长和老师不可强行拔出，仅做简单手扶固定避免长条形异物大幅晃动和继续插入眼睛即可。

3. 伤眼若有较多流血往往来源于眼睑皮肤裂伤，此时不可按照常规皮肤出血要求按压止血，避免对受伤情况不明的眼球造成压迫，仅使用医用纱布或者干净毛巾覆盖伤眼即可。

4. 若发现眼外有不明组织或者出现血块，不可强行擦除。大的眼球穿通伤往往伴有虹膜组织脱出，虹膜组织呈棕色，脱出眼外看上去像“脏东西”，强行擦除只会加重损伤。

5. 不可向伤眼涂抹任何药物(如云南白药粉末)或者非药物物质。

6. 立即送医。任何眼部外伤史或者疑似眼外伤，不管肉眼观察是否正常，均应立即送专业医疗机构检查。

总的来说，儿童眼外伤是导致视力丧失的重要原因之一，其后果可能对患儿的视觉发育和生活质量产生长期影响。预防是重中之重，一旦出现立即送医，切勿迷信偏方，自行盲目处理。

## 照“谣”镜

“猪油消肿”与“烫伤涂牙膏”“割伤撒面粉”一样，都是民间偏方的误导，部分人对传统经验深信不疑，认为“老祖宗的东西一定有用”，而不去考虑其是否适用于现代医学。这种盲目依赖使得一些没有科学依据的偏方得以流传。但是，错误的处理方式会延误伤口的正确处理和医疗，不仅会给患者带来更大的痛苦，还可能导致更严重的后果。

来源:科学辟谣



# 只要发现酸奶上面析出了一层水，那就是坏了？

这是一个常见误区。

酸奶表面析出的“水”其实是乳清，属于正常现象，可以放心食用。

乳清是酸奶发酵过程中自然析出的液体，主要含水分、乳清蛋白、维生素、矿物质和少量乳糖。它是牛奶中酪蛋白凝结成酸奶凝胶后释放出的部分，富含营养且对人体无害，健身人群常食用的乳清蛋白粉即来源于此。

酸奶中乳清之所以会析出，常见的原因主要有3个：

1. 自然发酵过程：乳酸菌分解乳糖产生乳酸，导致蛋白质凝固，部分乳清被“锁”在凝胶结构中，结构破坏后析出。

2. 自制酸奶更易出现：未添加增稠剂或稳定剂的自制酸奶（如普通全脂牛奶+菌种发酵）更易析出乳清。

3. 储存影响：长时间冷藏、震动或取食时操作不当（如摇晃）会破坏凝胶结构，导致乳清析出。

所以，发现酸奶上面析出了一层水，可直接饮用或与酸奶搅拌均匀后食用。值得注意的是，如果乳清出现异味（如臭味、酒味或异常酸味）、颜色异常（如出现粉红、灰绿等非乳白色）、质地变化（如表面有黑点、霉斑或凝块不均匀），说明酸奶已变质，需丢弃。

来源:科学辟谣

## 睡前喝酒有助于睡眠

常见误区

### 科学辟谣进行时

这是一种常见误区。

酒精是一种中枢神经系统抑制剂，它能减缓大脑活动，让你在饮用后很快感到困倦。这种抑制效应确实能让你在睡前更快入睡，但酒精会破坏睡眠结构的完整性，反而导致休息不好。

在前半夜，酒精会显著抑制快速动眼期，快速动眼期负责巩固记忆、处理情绪，是高质量睡眠不可或缺的部分。快速动眼期不足会导致第二天注意力不集中、情绪不稳。

当身体开始代谢酒精后（通常在饮酒后的三到四个小时），抑制作用消失，身体会出现反弹，导致后半夜的睡眠变得非常浅且碎片化，容易惊醒醒来，甚至难以再次入睡。

因此，喝酒并不能有助于睡眠。

作者 徐实科普工作室 科普创作者

审核 黄雨虹

广州医科大学附属第一医院神经内科教授 中华医学会神经病学分会神经化学组委员

## 用盐水洗脸能杀菌、消毒、控油、消炎、去角质

没有依据

### 科学辟谣进行时

这种说法没有科学依据。

我们常说的盐水（NaCl溶液）相比清水，只多了盐，也就是氯化钠。而氯化钠外用洗脸时，对皮肤并没有什么积极作用。一来，氯化钠成分简单，不是药物，没有针对皮肤问题的药理作用；二来，皮肤有足够的物理、化学和生物屏障，这种普通的成分并不会对它造成什么影响。

稍微有点经验的人，也不难发现，要是氯化钠这么有用，为什么日常用的护肤品鲜有它的踪影，产品成分表几乎都是“水”打头？所以，即便盐水洗脸有用，那也是水的清洁作用。

现在不少人可能有皮肤敏感、出油、冒痘等问题，但改善和解决这些问题，还是要依靠科学、靠谱的手段。用“盐水洗脸”的方式显然是无效的，甚至有可能造成皮肤损伤。

作者 唐教清

皮肤科主治医师 中国科普作家协会会员

审核 徐颖

天津医科大学肿瘤医院皮肤科副主任医师 天津市医学会皮肤性病分会委员

## AI生成内容无法溯源

常见误区

### 科学辟谣进行时

这是一种常见误区。AI生成的内容可以通过数字水印等方式进行溯源。

AI生成内容溯源指识别特定内容（如图片、视频、音频等）是否由AI生成及具体由哪个AI模型生成。在AI发展的早期，对内容进行溯源确实存在很大的困难。但随着AI技术的发展，现在已经出现了一些有效的溯源方法。

最常见的就是数字水印，数字水印包括显性和隐性两种。在大部分AI生成的图片、视频上可以直接看到明显的水印，这就属于显性的数字水印。除此之外，AI生成的内容中往往还包含隐性水印，这类水印一般无法用肉眼识别，需要通过专门的工具读取。

当然，现有的AI溯源技术还不能覆盖十全十美，科学家也在开发新的溯源方法，尽可能防止AI内容被滥用。但是，“AI生成的内容无法溯源”这样的说法显然是一种误区。

作者 科学法典科 科普创作者

审核 于乃功

北京工业大学教授 中国人工智能学会理事