

科普社会化
kepushehuihua

普及应急科普知识 防灾意识深入人心

■ 王虎成

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成的损失重。在自然灾害面前，我们可能是直接的受灾者和受害者，但作为社会整体的一份子，我们每个人又都是面对者和应对者。

推动安全宣传进企业、进农村、进社区、进学校、进家庭，本质上是宣传群众、教育群众、引领群众、服务群众的工作。多年来的工作实践表明，深化推动安全宣传“五进”，广泛普及应急科普知识，是增强公众安全意识和素质、提升社会整体安全水平的重要举措，是推进公共安全治理模式向事前预防转型的有效手段。

1 拓展防灾避险科普宣传渠道

发挥社会公共渠道的作用，让防灾避险科普宣传融入社会公众的生产生活，促进防灾避险意识成为社会公众的普遍认同，外化自觉行动。

加强重大突发灾害事件的媒体一体联动，通过广播、电视、报刊等制作、播放防灾避险提示，积极回应和解读热点问题，多形态、多层次、多角度推广防灾避险知识，有效服务保障应急处置、人员转移、救援救助安置等各项工作。

用好社会传播载体，通过应急广播、乡村大喇叭、社区微信群、网上办公平台等适时宣传灾前安全提示和安全避险常识，协调通信运营商在重要节点发送安全公益短信和灾害信息，让安全宣传直达社区、乡村的“房前屋后”。

用好公共平台，将防灾知识、安全元素有机融入机场、车站、码头等室内外公共场所和流通环节，广泛利用交通工具

电子显示屏、楼宇等户外广告屏、电子阅报栏等社会媒介滚动播放安全提示、微视频等，积极传递生命至上、安全发展的“街头”正能量。

用好公共服务阵地资源，充分发挥市县融媒体中心中心和试点建设的新时代文明实践中心，以及社区活动中心、乡村服务站、老年大学、福利院等机构的社会服务功能，开辟安全教室和安全书屋，配备灾害常识和安全宣传资料，常态化组织开展防灾避险交流培训互动体验等活动，增加安全宣传覆盖面。

用好灾害体验基地场馆，分类推进防灾减灾、安全应急、消防安全等科普宣教基地场馆建设，推动科技馆、博物馆、教育基地、灾害事故遗址等场所设施设立安全专区，把防灾避险科普知识纳入常态化展教内容，促进沉浸式、互动式、体验式安全教育的常态化、大众化。



2 开展安全知识科普活动

安全宣传和应急科普工作需要靠活动牵引，这些年开展的“全国防灾减灾日”“安全生产月”“全国消防日”等活动，对于营造社会安全氛围，增强防灾减灾意识，提升公众应急避险素质技能，发挥了重要作用。

创新性地结合行业、地域特点，精心设计、广泛开展互动体验、知识竞赛、展览展示等接地气、聚人气的群众性活动，让活动更好地适应新时代、符合新要求，展现新气象。

强化“借船出海”“借势发展”意识，推动将安全知识纳入职业培训、文明创建、普法教育、公民素质提升等范畴，充分利用全国科普日、科技活动周、全国中小学生安全教育日、“五好文明家庭”

等活动，开展防灾避险理念和知识技能宣传。

开展防灾避险科普宣传专题活动，根据灾害事件发生规律和季节性特点，每年将防灾避险安全宣传和应急科普纳入重点工作事项，集中时段、集中力量加大宣传力度和频次，形成常态推进机制，营造全社会浓厚的安全氛围。

坚持群防群治，推动防灾避险宣传资源和力量下沉，加强常态化、小型化应急疏散演练，增强社会公众的风险防范意识和自救互救能力。支持引导群众参与风险隐患排查和治理，调动社会公众参与安全的积极性，以共建推动共治，以共治推动共享。

3 扩大应急科普“微传播”

积极适应“微时代”特点和分众化、差异化的传播趋势，开展防灾避险科普知识“微传播”，增强信息“活性”“黏度”和传播力、影响力。发挥学习强国等平台普及率高、触达面广的特点，通过在线访谈、大讲堂、公开课、云科普等形式，加强防灾避险科普知识的推广普及和交流互鉴。

发挥微信、微博、支付宝、网约车、快递物流等社交服务类平台公众使用率、触达率高的特点，在社交、支付、出行、购物、生活、教育等服务过程中，植入安全提示、公益广告、知识科普等内容，广泛渗入到老百姓日常的生产生活中去。

发挥抖音、快手等短视频平台碎片化传播特点，发布优质的短视频、动漫作品和融媒体产品，合理开设话题、直播、互动等，充分利用时下热门形式和技术，开发防灾避险知识竞答、闯关游戏、VR体验等网络产品，运用个性化制作、可视化呈现的方式，将安全宣传、应急科普深度融入亿万网民生活。

加强多平台联合、线上线下联动，通过各类互动活动引导民众行为，将原来“我说你听”的单向式科普宣传转为参与实践的动员式科普宣传，广泛运用新兴的组织方式催生新的宣传形态，让社会公众从安全宣传、科普宣传的接受者变成生产者和传播者。

谣言粉碎机
yaoyanfansuiji

电子烟很健康，没有危害

流言内容：电子烟对人体健康没有损害，大家可以放心抽。

真相解读：电子烟也是烟，其危害不能忽视。

大多数电子烟的烟液主要成分是尼古丁、丙二醇、甘油，烟液在加热过程中会产生一些其他的化合物。这些物质对呼吸系统有强烈的刺激作用，有些甚至会沉积在气道中加重呼吸道的炎症，甚至形成闭塞性细支气管炎。

电子烟不仅会对人体呼吸系统造成危害，还会对人体心血管系统、免疫系统和血液系统产生危害。即使少量吸入电子烟，也会产生相应的临床损害症状。

为全方位加强电子烟市场监管，国家烟草专卖局积极构建“线上清理，线下管控，全链覆盖，联合治理”电子烟市场监管体系，依法推进监管执法，目前电子烟产业治理已全面步入法治化、规范化轨道。

来源：头条辟谣

“倒挂控水”法能救溺水者

流言内容：溺水后，即便呼吸、心跳停止了，只要提起溺水者双脚倒立抖几下，打开嘴巴，用吸管往肛门里吹气，水从嘴里倒流出来抽动心肺运行，依然能把溺水

真相来了，别被“科学”流言蒙骗

者救活。

真相解读：倒挂控水、肛门吹气属于错误操作，不仅不能有效解救溺水者，反而会延误宝贵的救治时机。

溺水者的呼吸道内通常只有少量的水，水会被肺泡吸收，导致气体交换功能受损、肺部损伤和血液中氧气不足。倒挂控水并不能补充患者血液中的氧气，控出的水大部分也是食道和胃中的水。此外，网上流传的倒背着溺水孩子四处跑的方法也是错误的，强行倒挂不仅不会将水排出体外，还可能让溺水者胃中的食物倒流，加重呼吸困难。

对于已经发生心跳、呼吸停止的溺水者，应该及早开始心肺复苏进行救治。

来源：腾讯较真

剖复产不需要做盆底康复

流言内容：剖复产的产妇，没有经过阴道试产，所以盆底功能不会受到损伤，因此不需要去做盆底修复。

真相解读：该说法不正确。不仅阴道分娩可能造成盆底功能受损，怀孕本身也可能会对盆底功能造成损伤，只要盆底功能受到损伤，不管是顺产还是剖复产，都建议积极进行盆底康复。

妊娠和分娩是影响盆底功能障碍的两个独立因素。

妊娠时，子宫逐渐增大、体重增加等因素都可能对盆底构成影响。妊娠后期，孕妇为适应隆起的孕肚，其脊柱弯曲度会发生改变，导致腰椎向前突出，人体重心由腰部指向了盆底。这些都可能会进一步造成盆底结构损伤，从而影响盆底肌能受损，引发一系列盆底疾病。

来源：科学辟谣

地震来时，就去找“生命三角”躲避

流言内容：地震来时，要在能形成三角形空间的位置躲藏，这样能有效提高存活机会。

真相解读：当建筑物倒塌时，落在物体或家具上的屋顶的重力会撞击这些物体，使得靠近它们的地方留下一个空间，这个空间被称为“生命三角”。

地震逃生时，“生命三角法”所教导的“迅速找个大型、沉重的物体，比如衣柜、沙发，并在旁边蹲下或卧倒”的做法并不可靠。因为地震来临时，其产生的晃动让人无法预知哪些地方是三角空间。在寻找三角空间的过程中，周边的装饰物如天花板、碎玻璃掉落会对身体造成更大伤害。

“生命三角法”实际实施起来存在很多局限性，正确的做法是遵循“伏地、遮挡、手抓牢”原则。

来源：科学辟谣

科普述评
kepushuping

教授院士“破圈”让科学更抵人心

■ 梁瑜



代，具备科学素养的公众比例越高，科技强国便会更有底气、更加硬气。

不过，现实来看，科普事业发展还面临一些阻碍，也给科普“网红”造成了困扰。比如技术、应用日新月异，给做好科普带来一定挑战；重科研轻科普的认识误区，让一些科研人员放不开手脚；互联网大潮中，“专家

用大铁锅演示中国天眼原理、带孩子们用塑料瓶造“火箭”冲上百米高空……近年来，越来越多科普短视频成为网络爆款，不少专家、教授、院士等拥有百万粉丝，高端、艰深的科学知识以通俗、有趣的面貌进入公众视野。

“知识不存在的地方，愚昧就自命为科学。”这些年，喝茶防新冠、量子针灸、纳米频谱……一些“科学流言”时不时蹭热点、赚流量，蛊惑人心。信息泛滥的时候，优质内容是稀缺品。因此，人们乐见专家、教授、院士等权威人士站出来，成为科普“网红”。他们打破了传授知识的时空边界，撒下科学的种子，传递理性的声音，让“伪科学”无处躲藏，也让“真科学”更加深入人心。

高质量科普有助于培育科技创新人才。其实，科学普及与科技创新同等重要，是实现创新发展的两翼。先进的科技成果通过科学普及，将更容易为社会公众理解和接受，尽快产生经济效益和使用价值。

冰冷的数据、拗口的术语、晦涩的概念……经过科普“网红”鞭辟入里的讲解，变得鲜活灵动，这不仅点燃了公众的科学热情，更传播了科学精神、科学思维。特别是对青少年来说，与名师、大咖“面对面”，学习接地气的硬核知识，养成“大胆质疑、小心求证”的思维习惯，更有益于他们成长为科研后备力量。在知识经济时

队伍”鱼龙混杂，科普短视频存在同质化严重、专业化不足等问题，甚至有作者假冒专家贩卖焦虑、推销劣质产品等。

创新绽放于科学的土壤。当科技实力愈发成为大国博弈的角力点时，科普作为创新发展“另一翼”的作用将日益凸显。为此，一方面，要继续培养壮大科普人才队伍，不断健全人才评价体系，在认识上扫清偏见，在制度安排上予以同等尊重，让一批能做科普、愿做科普的专业人才脱颖而出。前不久，中国科协印发通知，试点开展在京中央单位自然科学研究系列科普专业职称评审工作。这意味着科普工作者有了专业职称评审渠道，有利于激励更多科技工作者投身科普事业。

另一方面，要在监管治理上发力，丰富好科普作品的形态和传播渠道，建立完善的审核把关机制，着力提升公众对信息的甄别能力，同时定期开展专项整治行动，对“冒牌专家”进行正面回击。

当然，科普短视频作为一种“知识快餐”，无法取代系统化的专业学习。因此，还应促进线上科普与线下专业教学的有机结合，让年轻观众不仅喜爱科普“网红”，更因此爱上科学，进而充满热情地投身于科技创新。科普工作与科技创新“双向奔赴”，也将为建设世界科技强国凝聚起磅礴力量。

科学导报

科普进行时
kepujinxingshi

中国科技馆首次推出“非遗科普周”

2023年6月10日迎来中国第七个“文化和自然遗产日”，该馆于6月6日至6月11日期间推出“非遗科普周——2023年文化和自然遗产日专场活动”，旨在进一步丰富科普教育的文化内涵，助力增强公众文化自信和科技自信，讲好科技馆特色的非遗故事，展示非遗中的文化与科学之美。

这是中国科技馆首次为迎接“文化和自然遗产日”而精心打造的非遗科普活动，共设置6项丰富多彩、生动有趣的活动内容，包括非遗项目互动体验、“幻方”非遗主题打卡游戏、“风华传千载非遗共我行”非遗作品征集活动入选作品展示、北京皮影戏表演与专题讲座、“非遗+科技”精品教育活动体验、“皮影也科技——非遗科技文化展”等。

作为“非遗科普周”压轴活动，中国科技馆联合北京皮影剧团，专门为观众打造了集非遗文化和科技体验于一体的“皮影也科技——非遗科技文化展”。观众不仅能看到传统的影台、经典的皮影造型、皮影制作工具与工艺等文化内容，更能了解和学习皮影戏承载的光学、力学、材料科学和心理学等科学内容。

尹江勇

建设科普教育基地 提升科普服务能力

近年来，山东省济宁市微山县西平镇科协立足“四服务”职能，着力提升科普服务能力，推动科普资源下沉，强化科普教育阵地建设。今年5月份，通过前期紧张筹备和建设，西平镇第一个科普广场——杨堂南村科普广场建成并投入使用。

杨堂南村科普广场位于西平镇杨堂南村村委会对面，主要分为三个层次景观，广场入口处醒目地树立着“科普广场”标志牌；制作精美的科普宣传栏和科普墙绘；互动型的科普展品。在内容设计上，广场以普及科学知识为主题，紧贴公众需求，围绕科学、健康、安全、环保等主题展开布局，展品配置贴近群众生活，注重科学性、趣味性、体验性，寓教于乐，让群众在休闲健身中自然接受科普文化的熏陶，潜移默化中强化了科学理念。

杨堂南村科普广场的建成，大大满足了辖区群众的科普需求，对丰富村民科学知识、提高村民科学素质、共享文明生活、推动科技创新、服务民生等方面起到了积极作用。

蔡齐

食品安全一路“童”行 科普宣传从娃娃抓起



近日，浙江省杭州市滨江区浦沿街道食品药品安全委员会办公室工作人员联合滨之社区走进辖区阅享童盟托育园开展“可爱童心，食安同行”食品安全宣讲活动，社区工作人员向小朋友介绍饮食安全知识，倡导大家节约粮食，共倡食安儿歌。

郑茵

略知一二
luezhijier

高温中暑并不推荐服用藿香正气水

高温中暑并不推荐服用藿香正气水。其实藿香正气的使用是有其适应症的。藿香正气并不适用于在高温、烈日的环境中，由于劳动、工作时间过长而导致的中暑；更适用于夏季暑热湿盛、汗液大泄、肌肤毛孔开放时避热趋凉，忽冷忽热造成的不适症状，比如空调吹多了导致的恶心、头晕。而高温环境下发生了中暑，最关键在于及时就诊就医，尽快降低体温，在阴凉处休息、用风扇和凉水降温、用湿凉毛巾或冰袋冷敷额头及腋下等；另外还要补充水和电解质，如口服补液盐、淡盐水或运动饮料。

头条辟谣

吃素也可能会得脂肪肝

长期吃素、营养不良、过度减肥的人，也可能得脂肪肝。脂肪的代谢、肝脏与血液之间的运输，需要载脂蛋白作为“交通工具”。当营养不良，特别是蛋白质摄入不足时，体内没有足够的载脂蛋白，肝脏无法向外运输多余的脂肪，这些脂肪就堆积在肝脏本身，导致脂肪肝。

李丽

卖旧手机时，恢复出厂设置 不一定保证数据不泄露

手机恢复出厂设置只是把系统文件还原、用户数据删除，在手机内部存储芯片上的内容并未彻底删除，这相当于将被删除数据所在区域的存储空间“标记”成了可以覆盖，但原来的数据还在那里。如有数据写入这部分区域，原始的数据才会被覆盖。因此，要保障旧手机出售时的信息安全，在手机恢复出厂设置并重启后，需要多次拷贝视频、下载软件，把原有手机存储空间占满，覆盖掉原有数据，最后再恢复出厂设置。

腾讯较真