



中国大陆位于欧亚板块东南侧,是北半球大陆地震带的重要组成部分,中国东部区域主要受环太平洋构造域的控制,中国西部区域则主要受特提斯-喜马拉雅构造域的控制,地震活动在空间上存在西强东弱的特征。而四川地区作为中国大陆西部地震发生的主体区域,存在强度大、频度高、灾情重、类型多等特征。

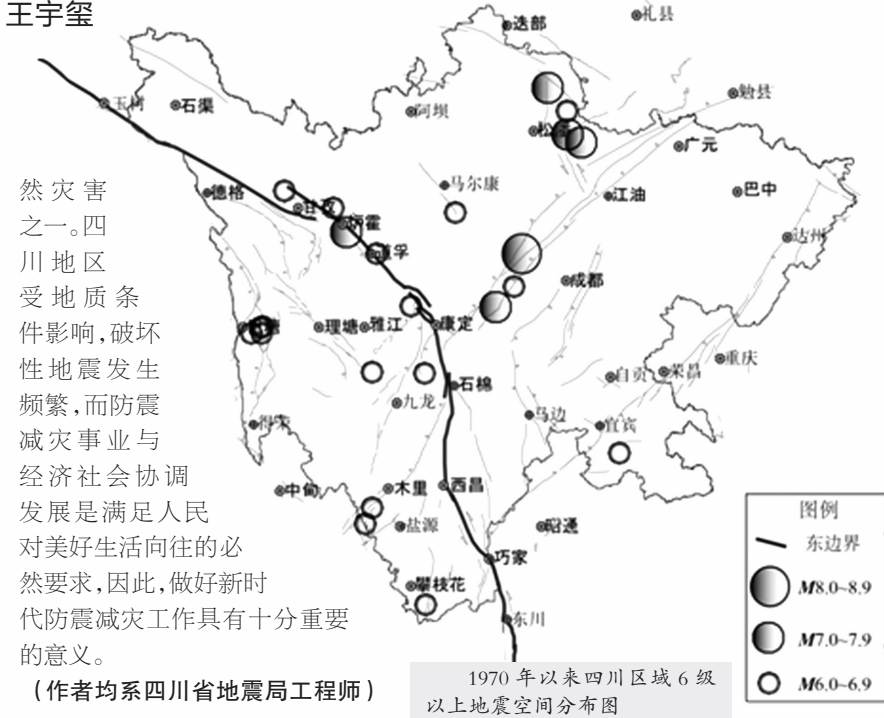
科普零距离 KE PU YI QU XING 栏目 | 四川省民族科普服务中心 协办 | 凉山州科协

四川地区强震活动概况

■ 宫悦 王宇玺

以川滇菱形块体东边界为界,将四川分为东西两侧,两侧区域破坏性强震活动差异较大。据统计,1970年以来,四川地区发生的6次7级以上强震,除1973年2月炉霍7.6级地震外,有5次发生在四川东侧区域,且均集中发生在龙门山断裂带及附近区域,尤其是2008年5月12日汶川8.0级特大地震发生后仅仅5年时间,又发生了2013年4月20日芦山7.0级地震,随后,于2017年8月8日再次发生了九寨沟7.0级地震,短短10年之内该区域连续发生了3次7级以上破坏性强震,造成了巨大的经济损失及人员伤亡。

群,则发生在川西高原与西藏的交界区域。但是自2013年11月康定6.3级地震后,四川西侧地区地震活动水平偏弱。而东侧地区地震活动较为显著:2019年6月17日长宁6.0级地震即发生在四川盆地的边缘,这是四川盆地内部和边缘处发生的到目前为止最大的地震,要知道该区域本身是少震、弱震区。在这次地震发生之前的2018年12月16日和2019年1月9日兴文、珙县一带相继发生的5.7级和5.3级地震,打破了该地区鲜有5级以上地震现状,长宁6.0级地震的发生,更是突破了区域地震的历史极限,推测该区域地震活动水平的显著上升,可能是由于龙门山断裂带上强震的相继发生,区域应力水平变化所致。



1970年以来四川区域6级以上地震空间分布图



这3种水果会滋养癌细胞?

“催熟的香蕉”不能吃?
这是一则不折不扣的谣言。香蕉从采摘地采下,需要较长时间的运输才能送达售卖地,为了避免腐败变质,所以在采摘的时候香蕉并未完全成熟,质地较硬,这样有助于保存。在水果采摘过程中,一般常用“植物生长调节剂”来调控开花、结果、成熟等一系列生长发育过程。香蕉成熟后本身又很容易烂掉,所以,如果不通过采摘未成熟香蕉(青色香蕉)+冷藏方式运输+乙烯利催熟,我们根本吃不到美味的香蕉。乙烯利是一种安全、常用的植物生长调节剂,它的作用是促进果实成熟,主要用于香蕉、芒果等需要提前进行采摘的水果。使用乙烯利并不会影响健康,这是农业生产中很常规的一项操作。它在香蕉使用中的最大

残留量为2毫克/千克(数据来源于国标GB2763-2016《食品安全标准 食品中农药最大残留限量》)。
此外,香蕉、芒果、木瓜等一些热带水果在自然成熟的过程中本身就会产生较多的乙烯物质,作用就是“加速成熟”。在香蕉的成熟过程中使用乙烯利,就是为了用乙烯利溶于水后散发出的乙烯气体来催熟香蕉,并诱导香蕉本身的内源乙烯产生。所以,整个催熟过程并不存在生成有害物质的化学反应,更不会致癌。
饭后吃芒果容易伤害肾脏?
消息说“芒果会和葱姜蒜等调味品发生反应,所以饭后吃芒果就会对肾脏产生伤害”,是真的吗?当然是假的。无论是芒果+葱,还是芒果+蒜,原理上根本不存在任何“可以发生反应的物质”,所谓的伤肾脏是无稽之谈。任何食物都需要适量食用,大量摄入都会给胃肠道消化系统,甚至其他部位造成负担。不过,芒果本身是一种常见的过敏原,所以要注意自己是否对芒果过敏,至于损害肾脏这样的谣言就止于此吧。

一到下午人就容易犯困,这时候来一颗滋润补水的水果,会让身体瞬间“清醒”起来。正因为水果在生活中不可或缺的地位,所以网上关于水果的说法也是各种各样。最近一篇名为“这3样水果滋养癌细胞,医生从来不吃!记得告诉家人!”的帖子被炒得火热。文章列举了三种常吃的水果,让很多人更不知所措了,到底是哪些水果呢?下面就一起来看看。
吃霉变的水果容易致癌?
这则理论还算有可信的地方,但是仅限于“发霉变质的水果不能吃”,和“致癌”并没有太大的关联。水果受到微生物侵袭的确实容易腐烂变质,可能会在水果内部产生一些有毒代谢产物,摄入这些物质会增加食物中毒的风险。但癌症是很复杂的,是由多种因素共同导致的,单纯吃了某种变质水果导致患癌实在夸张,只能说可能和致癌是有一定关系的。

当然,如果水果出现腐败变质,就算只烂了一点,也不建议再继续食用,因为毒素物质肉眼根本看不见,没有变坏的部分依然存在。
水果怎么吃最好?
1.买水果应该注意挑选新鲜优质的,不新鲜的水果营养也会有所损失;
2.《中国居民膳食指南》推荐成年人每日食用水果200~350g,保证三种或三种以上不同类别的水果;
3.吃水果的好处比喝果汁要多,比如延缓血糖升高和增强饱腹感,因此建议直接吃水果不要喝果汁,哪怕是自己鲜榨的;
4.饭前和饭后都可以食用水果,根据自身的健康状况和胃肠接受程度选择即可。(钟科)



前列腺癌的病因

■ 王培禄



前列腺癌是指发生在前列腺的上皮恶性肿瘤,是男性特有的疾病之一。其中前列腺腺癌占95%以上,因此,通常我们所说的前列腺癌其实就是指前列腺腺癌。2012年我国肿瘤登记地区前列腺癌发病率为9.92/10万,列男性恶性肿瘤发病率的第6位。发病年龄在55岁前处于较低水平,55岁后逐渐升高,发病率随着年龄的增长而增长,高峰年龄是70~80岁。家族遗传型前列腺癌患者发病年龄稍早,年龄≤55岁的患者占43%。
前列腺癌发病率和死亡率,在世界范围内及不同种族间有着多重的复杂原因。虽然现在对于前列腺癌发生和发展的确切原因尚不完全清楚,但是相当多的证据显示遗传与环境因素在其中有着重要的作用。
家族与遗传因素。大量的流行病学证据显示,前列腺癌与家族和遗传因素有关。与前列腺癌患者具有一级亲缘关系的人其前列腺癌的发病率升高。对

于双胞胎的研究也提示前列腺癌具有遗传性成分,同卵双生的兄弟同患前列腺癌的比例明显高于异卵双生的兄弟。
炎症、感染和遗传易感性。慢性炎症引起过度的细胞增殖以替代遭到破坏的组织,这会促进感染相关癌症的发展。越来越多的流行病学、组织学及遗传学证据表明,前列腺癌的发展可能也通过类似的过程。越来越多的证据显示,感染可能是前列腺癌的病因之一。前列腺癌与性病或前列腺炎病史的相关性具有统计学意义。前列腺癌与梅毒抗体、人乳头瘤状病毒抗体及疱疹病毒-8抗体阳性存在正相关性。增殖性炎症萎缩与前列腺癌、前列腺上皮内瘤三者之间存在着可被证实的基因途径。遗传性和获得性的对抗感染及氧化损伤的细胞防御机制缺陷会导致前列腺癌的发生。
瘦素。瘦素可以促进雄激素非依赖前列腺癌细胞DU145和PC-3增殖。由瘦素引导的能量失衡被认为有可能促进前列腺癌的转移及死亡。
超量钙摄入。每日摄入超出推荐水平的非常高剂量的钙,在一定程度上会增加罹患前列腺癌的风险。
性活动。被认为会使前列腺接触各种病原体,从而增加罹患前列腺癌的风险,但射精具有防止罹患前列腺癌的保护作用。
输精管结扎术。行输精管结扎术时间越早,其罹患前列腺癌的风险越大。输精管结扎术后每10年前列腺癌的发病风险将提高约10%。
吸烟。吸烟增加循环中雄激素的水平,显著增加了细胞的氧化损伤,因此吸烟可能是前列腺癌的危险因素之一。吸烟与前列腺癌确诊时分期更高和死亡率增加相关。

性。增殖性炎症萎缩与前列腺癌、前列腺上皮内瘤三者之间存在着可被证实的基因途径。遗传性和获得性的对抗感染及氧化损伤的细胞防御机制缺陷会导致前列腺癌的发生。
瘦素。瘦素可以促进雄激素非依赖前列腺癌细胞DU145和PC-3增殖。由瘦素引导的能量失衡被认为有可能促进前列腺癌的转移及死亡。
超量钙摄入。每日摄入超出推荐水平的非常高剂量的钙,在一定程度上会增加罹患前列腺癌的风险。
性活动。被认为会使前列腺接触各种病原体,从而增加罹患前列腺癌的风险,但射精具有防止罹患前列腺癌的保护作用。
输精管结扎术。行输精管结扎术时间越早,其罹患前列腺癌的风险越大。输精管结扎术后每10年前列腺癌的发病风险将提高约10%。
吸烟。吸烟增加循环中雄激素的水平,显著增加了细胞的氧化损伤,因此吸烟可能是前列腺癌的危险因素之一。吸烟与前列腺癌确诊时分期更高和死亡率增加相关。

饮食因素。饮食因素可能会促进前列腺癌的发生、发展。前列腺癌的发病率和死亡率与脂肪摄入的平均水平密切相关,特别是多不饱和脂肪的摄取水平。高脂肪摄入量可以刺激前列腺癌细胞的增殖和分化来影响前列腺的发育、成熟、维持。在一生中前列腺癌变化的雄激素暴露量,对于前列腺癌的发生起着重要的作用。在日常饮食中,常食用富含植物雌激素的人群前列腺癌发病率较低。
肥胖。肥胖已被认为是前列腺癌的危险因素之一。转变生活方式对于降低前列腺癌风险非常重要。
酒精。前列腺癌的发病风险与酒精摄入的量有关。每日饮用烈性酒的男性其前列腺癌的发病率最高,葡萄酒或啤酒与前列腺癌之间无相关性。
综上所述,目前的研究尚未完全弄清楚前列腺癌的发病原因,且目前前列腺癌发现的年龄越来越年轻。因此建议40岁以上的男性定期到医院去做PSA的检查和前列腺彩超检查,可以有效地早期发现前列腺癌,得到及时的诊治。
(作者单位:四川泌尿外科医院)

社保卡包含的102项功能

社保卡在不少人手中更像是“医保卡”,到医院看病、药店买药都会带着它,其实它的功能远远不及于此。社保卡的102项功能,你都了解吗?

就业: 就业登记, 失业登记, 就业失业登记证(电子副本), 求职登记, 职业介绍, 离校未就业高校毕业生登记, 申请接受就业服务, 享受就业扶持政策申请, 就业援助申请, 职业培训实名登记, 职业技能鉴定, 就业失业登记证信息记录, 职业资格证书信息记录, 岗位信息查询, 职业培训信息查询, 职业技能鉴定信息查询, 就业失业登记证信息查询, 就业援助信息查询, 就业扶持信息查询, 就业扶持政策补贴资金领取, 职业技能鉴定缴费

养老: 养老保险待遇申请, 离退休资格行政审批, 异地居住申请, 待遇领取资格认证, 养老保险待遇信息记录, 养老保险及其他养老保险待遇查询, 养老保险及其他养老保险待遇领取

医疗: 挂号, 就医服务(诊疗、取药等), 住院登记, 异地就医申请(转诊、转院、异地安置等), 门诊统筹申请, 特殊医疗待遇申请, 医疗费用报销申请, 医疗保险待遇登记信息记录, 医疗交易明细信息记录, 医疗保险临时联网结算信息记录, 就医购药费用结算记录查询, 医疗保险个人账户余额查询, 医疗保险个人账户交易记录查询, 定点医疗机构查询变更, 医疗费用即时结算, 药店购药结算, 商保大病、医疗救助衔接结算, 就医购药结算(现金自付和自费部分), 医疗费用报销资金领取

生育: 生育保险待遇申请, 妊娠登记, 住院登记, 生育定点医院医疗机构信息记录, 生育保险待遇信息查询, 生育医疗费结算记录查询, 生育医疗费即时结算, 生育医疗费报销资金领取, 生育津贴领取

失业: 失业保险待遇申请, 领取失业金人员签到, 职业培训实名登记, 失业保险待遇信息记录, 失业保险待遇信息查询, 失业保险待遇领取

工伤: 工伤认定, 劳动能力鉴定, 住院登记, 工伤保险待遇申请, 工伤康复申请, 劳动能力鉴定信息记录, 工伤认定信息记录, 工伤协议医疗机构信息记录, 工伤认定信息查询, 劳动能力鉴定信息查询, 工伤康复信息查询, 工伤医疗费结算记录查询, 工伤医疗费即时结算, 工伤医疗费报销资金领取, 工伤康复报销资金领取, 工伤津贴及其他工伤待遇领取

社会保险公共服务: 参保登记, 个人缴费申报, 社会保险关系转移, 基金监管举报投诉, 参保信息记录, 参保缴费凭证查询及打印, 个人权益记录单查询及打印, 个人参保信息查询, 个人自主缴费, 基金监管举报奖励领取

人事人才: 人事代理, 档案管理查询, 人才服务查询, 荣誉信息查询, 人事人才考试缴费, 人事代理缴费

劳动关系: 劳动人事争议调解申请, 劳动人事争议仲裁申请, 劳动保障监察投诉, 劳动保障监察举报, 劳动合同信息查询, 调解仲裁信息查询, 监察案件信息查询, 重点行业(企业)农民工工资领取

(四川人社)