

刚刚还在炒菜，命瞬间就没了！

# 厨房里的8大夺命行为，千万不要做！

厨房是家里最繁忙的地方，每到饭点，喷香四溢。然而，厨房里也隐藏着多种潜在的危险，如果处理不当，甚至有可能发展为夺命行为，家里经常做饭的“大厨”，切记小心谨慎。

## 1 在燃气灶旁边倒面粉

曾有新闻报道，一对夫妻，在厨房炒菜时，在点着的灶台旁倒面粉导致闪爆，两人的烧伤面积都在50%以上。

**分析原因：**面粉是非常细小的粉尘颗粒，倾倒瞬间扩散到空气中，达到一定浓度时，哪怕遇到一丝明火，都会立刻引起爆炸，其威力堪比手榴弹！

除面粉外，其他粉尘类物品也要注意远离灶台。

**正确做法：**严禁在厨房有明火的时候倒面粉、淀粉、咖啡粉、奶粉等，最安全的做法把厨房明火关闭再倒面粉，或者移至餐厅倾倒。此外，如果面粉不小心掉落到灶台上，要及时用湿布清理干净。

## 2 用微波炉加热鸡蛋或板栗

几乎隔三差五就能在社交媒体上，看到网友吐槽用微波炉热鸡蛋炸了的消息。此外，还有人用微波炉热板栗，被炸得嘴里起泡，肿得张不开嘴。

**分析原因：**当使用微波炉加热鸡蛋时，鸡蛋、板栗内部的水分子会迅速振动产生热量，导致鸡蛋、板栗内部温

度和压力迅速升高，当压力达到一定程度，鸡蛋、板栗就会爆炸，蛋液或栗仁也会溅出微波炉。除了鸡蛋、板栗，带有外壳和薄膜的食物都不能在微波炉里加热。

**正确做法：**严禁使用微波炉加热鸡蛋、板栗、袋装牛奶等具有密封结构的食物。

## 3 冷冻食品直接进油锅

很多人可能会遇到做饭时突然发现想吃的肉，但还在冰箱里冻着，等不到解冻完毕，恨不得直接放入热油锅里。这样做轻则可能让锅里的油飞溅出来，烫伤身体，重则可能会引发爆炸或火灾，危及生命安全。

**分析原因：**没有解冻的冷冻食品放入热油中，会导致食品外层的冰迅

速转变为水蒸气，其体积会迅速增大，形成内部压力，进而导致油溢出和爆炸。

**正确做法：**严禁冷冻食品直接进油锅，必须先解冻使表面不再有冰碴，才能进行油炸。另外，在放入油锅之前，最好用纸巾把冷冻食品上的多余水分擦干，避免油溅出来烫伤自己。

## 4 高压锅内食物装太满

老人用高压锅煮稀饭，刚转身就爆炸，锅盖崩飞出去几米远。近年来，高压锅爆炸事件时有发生，稍有不慎，厨房一秒变战场。

**分析原因：**高压锅为什么会爆炸呢？当高压锅内食物过多，产生压力时，若持续加热，压力增高便会引起爆炸。此外，当高压锅的排气阀堵塞时，随着压力逐渐增高，同时也会出现炸

锅的情况。

**正确做法：**使用高压锅时，食物不要装太满，一定要看好最小水位线和最大水位线的位置，并要检查排气阀是否有堵塞、橡胶圈的密闭性，使用后也要及时清理排气阀。另外还得注意高压锅的使用年限，一般高压锅使用年限为5-8年，不同品牌和材质的有所差异，大家需注意看好说明书。



## 5 燃气泄漏不注意

新闻曾报道，一位老人正在厨房收拾东西，也没有点火，突然嘭的一声，身上的羽绒服爆炸了，衣服背面被炸出好几个“大窟窿”！如果煤气泄漏更多，甚至会导致整个厨房发生爆炸。

**分析原因：**厨房煤气泄漏，浓度

在5%-15%范围会引起爆炸，而冬天特别干燥，羽绒服会产生静电，遇煤气引发爆炸。

**正确做法：**煤气或天然气用完必须立即关闭阀门，而且务必安装燃气报警器，防患于未然。

## 6 煲汤时无人看管

煲汤时一般所需时间都会长一些，经常会出现一边煲汤一边做其他事情的情况。这种情况是十分危险的。

**分析原因：**如果无人看管，沸腾后溢出的汤水很容易扑出浇灭火，此时在燃气泄漏的情况很容易发生火灾。

此外燃气灶持续燃烧导致锅被烧穿，火势借助汤的干物继续燃烧，最终烧到油烟机并点燃灶台。

**正确做法：**人离开厨房时，一定确保火熄灭，严禁家中无人还开着燃气灶。

## 7 油锅起火用水灭火

在炒菜时油锅起火了，为了灭火，一些人会浇了一大盆的水进去，非但没有灭火，还导致热油爆沸，油锅上的火势瞬间蹿上屋顶。

**分析原因：**往油锅里加水时，水比油重，下沉到锅底，接着迅速汽

化，汽化的水蒸气会把油锅里的热油带到空气中，形成雾状的油滴，油滴遇到火迅速燃烧造成爆沸。

**正确做法：**油着火了，要用泡沫或干粉灭火器扑灭，切记千万不能用水。

## 8 灶台旁边放食用油

家里长期将食用油存放在灶台边，烧菜时油不小心溢出来，遇到灶台上的明火导致燃烧，虽然及时用抹布扑灭，但是也给人的心里留下了阴影。

**分析原因：**食用油溢出来，遇到明

火很容易被点燃。而且即使没有溢出，长期放在灶台边加热也会加速氧化，导致油品质量下降。

**正确做法：**食用油要远离灶台，避免被经常加热。（据科普中国）

# “飞流直下三千尺”的瀑布是这样形成的

近日，位于江西九江市的雨中庐山秀峰景区瀑布登上热搜，唐代李白名篇《望庐山瀑布》中的“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”诗境再现。网友纷纷感叹：“李白没说酒话，诗中写的都是真实存在的。”

庐山风景名胜区工作人员称，前阵子当地迎来了一场连续性降雨，雨后水量增加，瀑布景象更加壮观，吸引了各地游客前来打卡。

秀峰瀑布为何能“飞流直下三千尺”？大家知道瀑布是如何形成的吗？一起来看看吧。

瀑布，又称跌水，即一条河流翻过一个悬崖峭壁，就形成了瀑布。

地质学家对庐山形成原因展开了深入探索。研究显示，大约在8亿年前，这里还是一片汪洋，8亿年前产生了地壳碰撞造山运动，并伴有岩浆侵入及火山爆发，形成了庐山及周边原始山系。此后，因地壳运动和冰川剥蚀，形成无数陡壁峭崖。

整个庐山为复合地貌，山峰众多，最低山麓海拔23米，最高峰海拔达1474米，相对高差有1451米，即便山体不算大，也不算高，但巨大的海拔高差给人耸立之感。

水从陡峭的山峰高处跌落，流泻到潭中，过程中就形成了瀑布。统计显示，环绕庐山形成的“庐山瀑布群”多达22处，近日火上热搜的便是大名鼎鼎的秀峰瀑布。

瀑布群中，三叠泉瀑布也极具代表性。它呈三级梯阶状，因冰川自上而下流动过程中将谷底掘蚀成陡峻冰坡，后来流水侵蚀加大了阶地高度。



秀峰瀑布。



李白“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”诗境再现。

## 形成条件二：降水多，地表径流不枯

如果水量够大，就会形成气势磅礴的大瀑布，轰隆隆的水声可以传至几千米远，飞溅的水花在空气中形成大片白雾。

瀑布的水为何能够常年源源不断？这要从庐山局部独特的气候条件说起。研究指出，当地雨水多、水汽多、云雾多，导致庐山水分有余，地表径流常年不枯。

气象统计资料显示，庐山坐落在长江中下游，东临鄱阳湖，水量丰沛，位于亚热带季风湿润气候区，巨大的水面所蒸发出的水汽，使得这里有近200天云雾缭绕。庐山平均相对湿度高达78%，因此也被称为“中国云雾之都”。

湿润的气流受到山的

阻挡而上升，从而兴云作雨。庐山年均降雨量1833.5毫米，蒸发量只有1009.6毫米，降雨量远大于蒸发量。不仅如此，当地丰富的植被资源，为水源涵养提供了得天独厚的条件。

可以说，气候条件对瀑布形成起着至关重要的作用，降雨量和蒸发量不同，会使得河水流量的不同，进一步影响到瀑布的形态。

比如，2022年夏天，因持续高温干旱，庐山秀峰瀑布“缩水”，瘦成了一根线。

瀑布是否会有消失的那天呢？实际上，瀑布是暂时性地貌景观。漫长的岁月里，随着流水和陡崖的迁移与消亡，瀑布也会随之迁移和消亡。（据科普中国、《华西都市报》）

## 自治区科技厅面向全国链接师资 大力培育科技创新主体

本报讯（记者 赵婵莉）近日，自治区创新创业孵化中高级培训班在银川举办，全区科技企业孵化器、众创空间、大学科技园等“双创”载体，各市县（区）科技管理部门相关人员参加了培训。

为期3天的培训以科技“双创”载体能力提升和人才队伍建设为重点，围绕孵化器功能建设和创新发展，通过理论讲授、案例解析、资源对接和模式创新，有效提升培训效果。培训在对科技“双创”载体绩效评价和实地调研的基础上，结合载体建设和服务能力提升等方面的不足，有针对性设置了“高质量科技企业孵化器建设”“孵化器管理者领导提升”以及“孵化器建设发展思路案例分析”等课程，做到有的放矢。

此次培训面向全国链接师资，邀请浙江、山东、上海等省市行业专家团队授课，既提高了师资质量，也为深化创新创业服务搭建了桥梁，提供了资源。培训通过理论学习与现场教学相结合，拓展训练与实践模拟相结合，实地考察与座谈交流相结合，平时考核与试卷考试相结合等多种方式，确保培训质量，62名受训学员有61名取得资格结业证，受训合格率达98%以上。

## 自治区科技厅开展组合式政策培训 推动高新技术企业量质齐升

本报讯（记者 赵婵莉）为抓好科技创新主体培育，强化创新动能，培育发展新质生产力，近日，自治区科技厅联合国家税务总局宁夏税务局在全区举办了7场国家高新技术企业认定专题培训会，各市县（区）科技管理部门、工业园区有关负责同志、科技型企业代表和中介机构服务人员参加了培训。

在前期充分调研的基础上，精心遴选出重点培育企业，通过分片区、分园区开展，实现培训精准服务，提高企业申报质量。“我们在培训内容上，注重问题导向。根据历年高新技术企业申报过程中存在的问题，就国家高新技术企业认定相关税收问题开展专题培训。”自治区科技厅相关负责人说，此次培训全面深入解读了贯穿高新技术企业认定全过程的“技术问题—研发项目—知识产权—成果转化—高新技术企业重点、难点、关键点、易错点和评审要点。

此次培训在形式上，呈现灵活多样的特点，采取政策解读、案例分析、发放培训资料、互动答疑等方式，广泛宣传高新技术企业相关政策，调动申报企业的积极性，为推动全区高新技术企业认定工作奠定了坚实的基础。

自治区科技厅将继续深入实施创新主体培育工程，大力开展创新主体培育行动，切实打造“科技型中小企业—高新技术企业—创新型示范企业—科技领军企业”梯次培育体系，推动形成科技型中小企业铺天盖地、高新技术企业不断涌现、创新型示范企业引领带动、科技领军企业顶天立地的新局面。

## 中卫市1家科普基地获评 2023年全国科普工作先进集体

本报讯（记者 孙振星）近日，科技部、中央宣传部、中国科协发布了关于评选表彰全国科普工作先进集体和先进工作者的通知，中卫市宁夏卫安安全技术有限公司荣获2023年全国科普工作先进集体。

宁夏卫安安全技术有限公司是一家集气象灾害、地质灾害、溺水自救及不同场所火灾自救逃生、地震知识、震中模拟体验、震后救助、应急救援、VR模拟等真实场景演示与体验为一体的综合性科普基地。基地包含宣教室、消防知识科普馆、自然灾害科普馆、地震体验馆、VR体验馆等10个场馆。自2021年开馆以来，该公司以“请进来”观摩体验、“走出去”科普宣传以及线上发布科普文章和视频等方式，开展科普培训活动459场次，覆盖中小學生、机关企事业单位干部职工、广大群众等，培训超11万人次；通过卫安科普公众号发布科普文章500余篇，通过卫安应急科普视频号发布科普视频319个。该公司先后被评为市级、自治区级、国家级科普基地。

目前，中卫市累计培育认定自治区科普基地6家，市级科普教育基地12家。宁夏卫安安全技术有限公司、黄羊古落等一批科普基地为中卫市科普教育、常态化开展特色科普活动打下了坚实基础。

## 研究发现观鸟有助改善心理健康

新华社北京5月6日电 观鸟是常见的自然休闲活动之一。美国一项针对大学生的新研究发现，接触大自然可以改善大学生的心理健康，尤其与散步等普通的自然接触相比，观鸟可以带来更高的主观幸福感。

美国北卡罗来纳州立大学在新闻公报中介绍，研究团队将112名大学生参与者分为3组：对照组、散步组和观鸟组，其中观鸟组和散步组分别每周进行5次大于30分钟的观鸟和散步活动，然后研究人员评估这些参与者自我报告的主观幸福感和心理困扰水平。

为了定量衡量主观幸福感，研究人员使用了一项包含5个问题的调查——世界卫生组织五项幸福指数（WHO-5）。该调查要求参与者对过去两周内有关幸福感的陈述进行从0至5的评分。研究人员将五项回答相加即得出原始幸福得分，0分代表最差的生活质量，25分代表最好的生活质量。同时，研究人员还会通过另外的问卷得分来评估参与者的心理困扰水平。

研究结果发现，所有3个组的WHO-5分数都有所提高，其中观鸟组的得分开始较低，但结束时却高于其他两组。研究还发现，接触大自然可以降低心理困扰水平，即观鸟组和散步组的心理困扰水平问卷分数均有所下降。

研究人员表示，观鸟是一项很容易进行的活动，这一研究结果提醒人们，当感觉到压力时，不如到大自然中去看看鸟。

## 形成条件一：断层发育，巨大海拔高差