

你所不知道的母乳

雌激素、孕激素、催乳激素，让准妈妈做好喂奶准备

“吃进去的是草，挤出来的是奶。”人们常常这样调皮地感叹奶牛产奶的奇妙现象。而对于包括人类在内的哺乳动物的身体里，存在着一套神奇的装备，它能把吃进去的食物，经过复杂科学地分解加工，并提取最有营养成分和抗病功效的因子合成乳汁，呵护下一代安稳地适应全新的世界。这套装备就是——乳腺。

乳腺，其实是由汗腺分化演变而来的叶状组织，而乳汁的制造，在

妈妈挺着个大肚子时就已经开始了。妈妈们的乳腺在怀孕时，受到雌激素和孕激素的双重刺激，迅速变厚、增殖，将乳腺导管层层包围住。而大脑垂体也没闲着，它开始大量释放催乳激素，导致乳腺细胞合成乳汁里的各种蛋白质和营养成分，分泌出乳汁。更有趣的是，孕激素还有一个“掌门人”的角色，只要准妈妈一天不生宝宝，它就不开闸放奶。

初乳——宝宝的第一剂疫苗

很多产妇都有这样的经历：在宝宝出生后半小时内，只要用力挤压乳房，就会看到淡黄色的奶珠从奶头上溢出来。千万别浪费掉，让家人或护士帮你把小宝宝抱过来，让他吮吸这宝贵的初乳。

初乳中富含类胡萝卜素，其含量是成熟母乳中类胡萝卜素含量的10倍。初乳虽然浓度不高，却比成熟乳汁含有更多的抗感染物质（免疫球蛋白、巨噬细胞、双歧因子等）、蛋白质、较低的脂肪及宝宝所需要的各种酶类、碳水化合物等，这些是其他任何食品都无法比拟的。

即使你没有看到初乳的流淌，也并不意味着你的乳房是“空”的，只要产后的最初几天坚持让小宝宝吮吸，就肯定能让小宝宝吸到宝贵的初乳。首次哺乳时，乳汁大概只有3毫升，到第三天，仍是不满20毫升。这样的量你是无法用手挤出的，但是，一个才一天大的婴儿却有办法吸出来。

令科学家们惊叹的是，母乳与

新生儿之间似乎有种神秘的联系。如果一个婴儿早产了，这个妈妈的身体在宝宝出生时就会“意识”到自己的宝宝与足月的宝宝不同，就会为自己早产的宝宝重新准备一种特别的乳汁，其中所含的各种营养物质和氨基酸比足月宝宝的母乳还要丰富！这样的乳汁不仅能充分满足早产宝宝的营养需求，还更利于宝宝的消化吸收，这对提高早产宝宝的免疫能力、抗感染能力有很大帮助。特别是对于一些低体重患儿来说，母乳的意义已经超越了食物，具备了“治疗”的功效。

妈妈母乳，为自家宝宝“定制”

每个宝宝都是独一无二的，而每一份母乳的成分也都不一样，因为它只为自己的宝宝量身定制。母乳的神奇之处还在于，三大营养物质（脂肪、乳糖和蛋白质）的含量会不断自我调整，随时适合婴儿成长的需求。

曾经有人倡导，将产奶多的妈妈的多余乳汁收集起来，建成一个“母乳库”，很快得到积极响应。但也有医学专家对“母乳库”持保留意见，“别的妈妈的奶水不一定适合自己的宝宝，最好是坚持自己喂养。”

总体上说，母乳还是比配方奶粉好，母乳中至少有300多种营养物质，而配方奶粉能有20多种就不错了。一直到宝宝出生第二年，每500毫升母乳还能提供婴儿每天需要的30%的能量，将近40%的蛋白质、97%的维生素C和将近50%的维生素A。世卫组织和联合国儿童基金会对此发出联合倡议，婴儿至少纯母乳喂养6个月，此后，可以在母乳喂养的基础上添加辅食。

手机软件驱蚊不靠谱

如今，驱蚊花样越来越多，从最初的蚊帐、蚊香到驱蚊液，再到现在流行的声波驱蚊器，甚至一些手机软件也声称具有驱蚊效果。多数超声波驱蚊器所宣称的驱蚊原理具有相似性，即只有雌性蚊子在繁殖期才会叮咬人或动物，因为雌性蚊子在交配后一星期内需要补充营养才能排卵生产。然而在此期间，雌性蚊子非常讨厌和雄性蚊子接触，否则会严重影响生产，甚至有生命之忧。此类产品根据此原理，产生模仿雌性蚊子翅膀振动所发出的超声波，以达到驱赶叮人蚊子的目的。声波驱蚊是否真正有效？

中国农业大学农学与生物技术学院昆虫系副主任介绍，从理论上讲，这种方法有一定的科学性。“但至于是否能够成熟应用于实践，目前并没有明确的文献或其他资料能够证明，而且科学理论与实际应用之间是有一定距离的”。

至于驱蚊效果，专家建议，目前公认驱虫效果比较好的为虫菊酯（如电蚊香、驱蚊液等）。美国普渡大学的Nelson博士介绍，目前没有任何一种超声波驱蚊产品能驱避蚊虫，美国联邦贸易委员会和国家环境保护署对超声波驱蚊产品进行严格审查后认为，没有足够的证据表

植物也会“聊天”

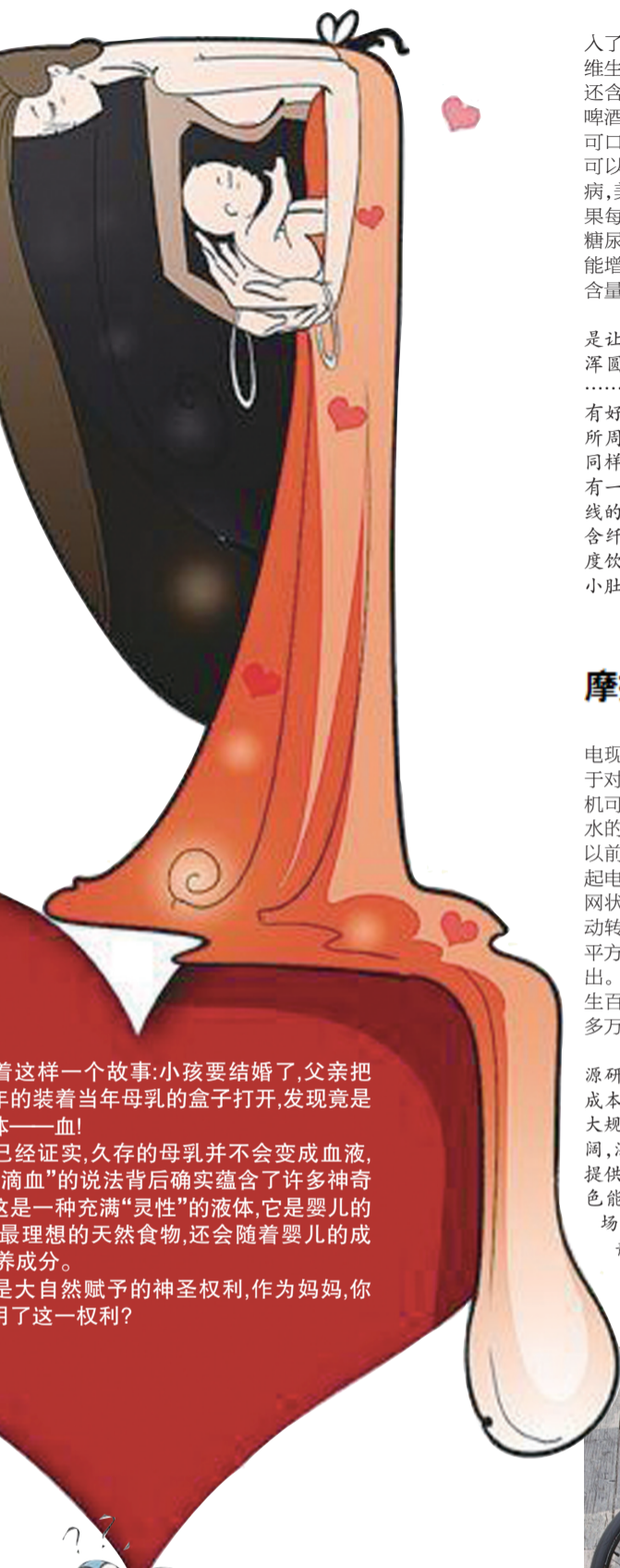
聊天，对于我们人类来说是件平常的事情，但是植物也会“聊天”，这你就知道了吧。

近日，弗吉尼亚理工大学的专家发现，植物之间会用一种新型语言——mRNA（信使RNA）进行交流。

这项研究选取的对象是菟丝子，这是一种寄生植物，它是靠着吸取寄主阿拉伯芥和西红柿的水分和营养来生存的。

所谓的“聊天”，其实是一种寄生交流过程。在这个过程中，成千上万的mRNA分子会在两种植物之间交换，这两个物种通过mRNA自由地沟通。寄生植物不断向寄主释放“甜言蜜语”的mRNA，寄主受到这种“糖衣炮弹”的攻击以后，不自觉地变得“飘飘然”，主动降低防御，这样寄生植物就凭借着自己的“三寸不烂之舌”轻松地让寄主拜倒在自己的“石榴裙”

下了。植物之间的交流可不仅仅是利己，它们其实也可以很“哥们”的。原来，当受到害虫入侵时，植物会向空气中释放一种化学信息，提醒周围的“小伙伴们”——不好，有敌人，大家快点武装起来！身边的其他植物收到了这个信息以后，就会做出一致对外的反应了。



坊间流传着这样一个故事：小孩要结婚了，父亲把封印了二十多年的装着当年母乳的盒子打开，发现竟是一瓶红色的液体——血！

虽然后来已经证实，久存的母乳并不会变成血液，但“一滴母乳一滴血”的说法背后确实蕴含了许多神奇的生命现象。这是一种充满“灵性”的液体，它是婴儿的第一剂疫苗，是最理想的天然食物，还会随着婴儿的成长，自我调整营养成分。

母乳喂养是大自然赋予的神圣权利，作为妈妈，你是否好好地利用了这一权利？

新知·点评

喝杯啤酒减肚腩

喜欢饮酒的人要高兴了，因为啤酒被划入了低糖健康饮品的行列。啤酒含有丰富的维生素，富含生命所需的磷、钾、钙等矿物质，还含有不常见的氨基酸。研究发现，适度饮啤酒可以预防骨质疏松。啤酒的糖分含量比可口可乐和橙汁要少很多，93%都是水，因此可以补充体内的水分。适度饮酒能预防疾病，美国的一项调查显示，从来不饮酒的人如果每天饮用1至2杯啤酒，四年之后，患2型糖尿病的风险会降低25%。报道称，喝啤酒能增加胆汁分泌，而胆汁可以帮助消化脂肪含量较高的食物。

新知·点评：关于喝酒不健康的问题总是让人纠结到想去喝一杯，起身发现，脚尖被浑圆硕大的啤酒肚全方位掩盖，只好作罢……其实啤酒跟很多东西一样，本身并不具有好或坏的专属特性，关键在于一个度。众所周知，红酒可以抗氧化，延缓衰老，啤酒也同样可以增强皮肤的活力。原因是啤酒中含有一种肉桂酸，可以预防皮肤遭受太阳紫外线的损害。顺便说一句，研究还发现，啤酒富含纤维素，纤维素有助于驱除饥饿。所以适度饮用啤酒不仅不会产生啤酒肚，还能减掉小肚腩……

摩擦海水来发电

中国的科研团队利用固液界面的摩擦起电现象研制出“水能摩擦纳米发电机”，可用于对河流、雨滴、海浪的动能收集。这种发电机可以高效地回收海洋中的动能资源，包括水的上下浮动、海浪、海流、海水的拍打。而以前，一般认为只有在干燥条件下才能摩擦起电。如果将这些水能摩擦纳米发电机结成网状放置到海洋中，将会使海水无规则的运动转变为源源不断的电能。据实验测算，每平方公里的海面将可以产生兆瓦级的电能输出。组网利用后或可实现每平方公里海面产生百万千瓦级电能（三峡电站装机容量两千多万千瓦）。

新知·点评：利用海洋能源是当今世界能源研究的前沿方向，但由于海洋波浪能开发成本高、规模小、经济效益差，始终束缚着其大规模商业化开发利用和发展。我国海域辽阔，海水流动昼夜不停，这为摩擦纳米发电机提供了稳定的工作环境。依托海洋，这种“蓝色能源”或将超越“绿色能源”，具有广阔市场前景。摩擦纳米发电机通过摩擦起电和静电感应的耦合将机械能转换为电能的工作方式，与现有的各种发电技术不同，使海浪能的收集成为可能。



智能自行车

出自Xbox设计团队之手的智能自行车打破了以往自行车的设计，除了拥有自动换挡、电动马达外，它在置物篮、车把、挡泥板方面都有自己独特的设计，而且外观就简约时尚，深得网友青睐。

智能自行车将传统的置物篮换成了置物盘，可伸缩的网可固定物品，简约时尚，动感十足，更加符合男性审美标准。

除此之外，智能自行车还配备了车灯，让骑行者在夜晚骑行时更为安全。其电池是可拆卸的，你可以拿到任何可以充电的地方为其充电，而无需将车子停到固定的位置。

如果你为自行车后轮没有挡泥板而担心的话，那你就多虑了，因为自行车后面有一个小巧的橡胶刷毛来代替了挡泥板。

智能自行车的车把是一个封闭的长方形，初看会觉得有些奇怪，但如果你知道设计者的良苦用心后就不会这么认为了。这个长方形的车把是可以拆卸的，拆下来之后就可以所谓自行车锁来使用了，比普通的锁更加安全。

（本版综合）

