



住在马路边 先“伤心”再“伤肾”?

“临主干道，交通便利”是不少人买房、租房时相当看重的。但是，最近美国的一项研究，让“路边住户”不寒而栗。研究表明，居住在交通主干道附近，交通造成的污染会导致动脉斑块的堆积，能改变外周血管的功能，肾脏功能易受到动脉斑块堆积的影响。肾功能下降，又增加了人们患心脏病和中风的风险。

住在马路边 肾功能会下降？

根据媒体报道，这项研究选取了1100多名成年人，这些病人中有一半人居住在临近交通主干道约1公里的地区，其余人则居住在距离交通主干道约合9.7公里以外的地区。

研究人员对每名病人都进行了两种测试，检查他们的肾功能运行状况。首先是血液测试，评估了肌酐的含量，它是肌肉代谢的副产品。随后，研究人员还分析了病人们的肾小球滤过率，这个指标反映了肌酐通过肾脏滤出身体的能力，滤过率低代表肾脏功能差。

研究结果显示，居住在离交通主干道最近的病人，其肾小球滤过率最低，而且即使在调整了其他影响因素(年龄、性别、吸烟状况、既往心脏病史和其他潜在疾病)之后，上述结论依然成立。

交通造成的污染会导致动脉斑块的堆积，改变外周血管的功能，肾脏功能非常容易受到动脉斑块堆积的影响。

肾脏功能受损又是心血管疾

病的一个风险因素。因此，研究者认为，居住在繁忙的道路附近，会加重空气污染对心脏健康的负面影响。

据估计，与居住在离交通主干道几公里以外的人相比，住得离交通主干道很近会让人因为心血管疾病而死亡的风险增加4%，死于其他病因的可能性增加1%。

专家说法： 先“伤心”，再“伤肾”

为了方便乘坐地铁或公交车，不少人会选择离主干道近一些的小区，“住路旁，肾不好”的消息让他们紧张起来。

“得去医院检查检查。”夏先生说，他的卧室窗户就对着苜蓿园大街，“其他还好，噪音大得受不了。”夏先生说，年纪大了，睡眠本来就浅，有一点响动就会醒。楼下汽车来来往往，声音非常大，导致他血压越来越高。

不过，也有市民对这项研究不以为然。家住糖坊廊的朱大爷说，他家离中山南路只有2分钟的路，可自己并没有肾脏及心血管方面的问题，“姊妹几个成家后都搬到

其他地方住，只有我一直守着这个老宅子，但我的身体一直是最好的！”

居住在交通主干道附近是会吵一些，可是，和肾功能下降是怎么“挂上钩”的？昨天，江苏省中医院肾内科主任孙伟解释说，美国的这项研究其实是一连串“连锁反应”，涉及心血管疾病和肾病。这个研究有一定道理，人的肾脏和心脏关系“亲密”。孙伟说，临床上经常能遇到高血压及糖尿病引起血管硬化，加剧心脏负荷。肾脏是血管丛的汇聚地，一旦心血管出现问题，肾脏会第一个“受伤”。如果肾功能下降，会进一步增加患心血管疾病的风险。

美国的这项研究认为，住在交通主干道附近的人们可能会因为交通噪音、汽车尾气等空气污染导致动脉斑块的堆积，能改变外周血管的功能，肾脏功能易受到动脉斑块堆积的影响。孙伟表示，美国的这项研究是一种风险评估，并不是说所有住在交通主干道附近的人，肾功能都不好了，只是会增加这样的风险。

肾脏功能受损又是心血管疾



小伙伴们又惊呆了

延缓银饰氧化、防止镜头雾化……

“无用”干燥剂一秒变“神器”？

提醒：效果有限，不能破袋

网友惊讶：简直是“神器”

最近，一家网站刊发文章，教大家对干燥剂进行再利用。这篇文章指出，干燥剂除了能防止食品、文件、衣物等受潮发霉，还可以保护电子产品，甚至延缓银饰氧化。

不起眼的玩意儿，突然成了多功能“神器”，一时间震惊了网友。“居然还能防止电路生锈，镜头雾化，早知道就好了……”有网友为自己的“后知后觉”懊恼不已。

有10年驾龄的周先生说，冬天，汽车仪表盘和挡风玻璃内侧经常会有一层水雾，他在车里放了一块抹布，玻璃上起雾了就擦一下。听说干燥剂可以帮忙减少水雾，周先生很惊讶，“可以试试看，好的话，以后就用干燥剂了。”

而喜欢香薰的许女士也非常惊喜，“硅胶干燥剂还能制作天然香薰

包啊，真是变废为宝。”

化学老师：效果有限， 破袋有腐蚀可能性

在淘宝网上，一包1克的干燥剂售价在1分至5分钱不等。“干燥剂有很多种类，食品最好用石灰干燥剂，雪饼、海苔包装袋里都是石灰干燥剂。”卖家说，像硅胶干燥剂，一般用于机器、服装类，而脱氧干燥剂主要用于月饼、炒货等。

对于干燥剂能再利用的说法，卖家表示，“石灰和硅胶的都可以。”

不过，卖家称，对干燥剂“再利用”前，要仔细查看干燥剂有没有失效，“颜色发黄暗淡的就没有干燥效果了。”卖家表示，用过的干燥剂可在阳光下暴晒过后再次使用，“晒到不黄就行，但是一到两次循环使用之后就会失效。”

卖家介绍，在使用干燥剂时应

尽可能密封。“例如要防止鞋子受潮，建议干燥剂和鞋子放一起，套上塑料袋再放鞋盒里，这样使用效果更好、时间更长。”

这位卖家提醒，食品和药品包装中小剂量的干燥剂效果有限，如果确实需要对物品进行防潮保护，还是要专门购买一定数量的干燥剂。

“干燥剂确实可以再次利用吸收水分，微博提到的部分用法也是可行的。”南京市人民中学化学教师陈平说，“不过，在汽车仪表盘旁放置干燥剂，短时间内效果微乎其微，主要是并不处于密闭环境。”

另外，陈平认为，干燥剂再利用时一定要慎重，不能破袋。“食品里的干燥剂虽说是无毒的，但从根本上说也是化学物质，一旦破袋，沾染到衣物上，可能会造成腐蚀，如果那样，就得不偿失了。”

1. 在存有档案、护照等的文件袋或抽屉中放包干燥剂，可防止它们受潮。
2. 将干燥剂和相册、录像带、光盘放在一起，或是将干燥剂包塞到悬挂的照片后面，可以防止它们受潮、变形。
3. 换季时，在收起的鞋子、包包或衣服口袋里放上几包，可以防止异味受潮、发霉、变形。
4. 可以将硅胶干燥剂浸泡在精油中，吸满胀大后取出，就可以制成天然的香薰包。
5. 在首饰盒中放包干燥剂，可以延缓银饰氧化。
6. 在汽车仪表盘上放几包干燥剂，尤其是空气比较潮湿时，有助于减少玻璃上的雾。
7. 在相机、电脑、手机等电子产品附近放一包干燥剂，可以吸附湿气，防止镜头、屏幕因雾化变花，减少电路生锈老化的几率。