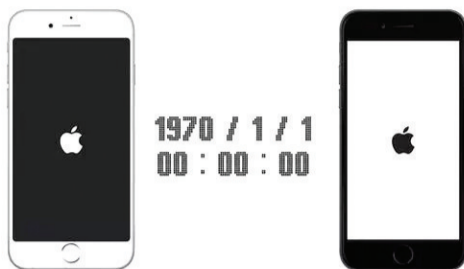


## 实验室 | SHIYANSHI

都说 iPhone  
这样设置会变砖

记者实测，手机真挂了…

日前，苹果的粉丝圈里都在传这样一个消息，说是把 iPhone 手机的时间设定为 1970 年 1 月 1 日，然后关机再开机，手机就很有可能变成一块“砖头”，再也无法使用了。这个消息真的假的？记者上网搜了搜，很多文章都提到说，目前运行 iOS8 或更新系统的 64 位处理器设备几乎无一幸免，32 位处理器设备则没有受到影响。



记者拨打了苹果的 400 官方客服，电话那头的工作人员听我介绍了网上关于调整时间导致设备死机的介绍后表示，苹果（中国）官方目前没有接到过把手机时间调到 1970 年 1 月 1 日后会出现死机的报告，并提醒我不要轻信网上类似的消息，只要正常使用苹果手机就不会出现问题。

打完电话，记者拿起杭州一家苹果零售店展示的一部 iPhone6S 手机，手机连接了无线网络，但没有插入 SIM 卡，系统是 IOS9。打开手机，点击“设置”、“通用”进入“时间与日期”的选项，关闭“自动时间”的功能后，出现了可以手动调整时区和时间的界面，把时间往回翻，一直翻到系统设置的最早初始日期：1970 年 1 月 1 日。退出界面，然后把手机关机再开机，整个过程跟平时开机一样，没发现任何异常。

难道网上的传言是假的？随后记者设置了自己两年前买的，16G 的港行版本的 iPhone5S 的时间。两分钟后，记者长按开机键试着开机，连续长按了好几次，手机始终黑屏，一点反应也没有。一直连试了好几次，屏幕终于亮了起来，正中央出现了苹果的 LOGO，但屏幕就始终保持这个状态。

持续了将近有 100 秒，总算又进入了开机的界面，但发现，手机变得非常迟钝，非常卡，滑动屏幕上的解锁键，手机没有任何反应，大约又过了 1 分钟，才进入指纹验证和输入密码的界面，输入密码时，每按一个数字，大约要过几秒手机才能完成这项指令，这让记者想起了十几年前用学校电脑同时挂着 QQ 再打 CS 的感觉。

就这样，在手机很迟钝的状态下，记者花了十几分钟，慢慢地从开机界面进入时间设置选项，把时间重新设置回“自动模式”，然后关机再开始，手机才恢复了正常……

记者这么认真(zuo)真(si)地拿自己的手机做实验，必须点zan啊！



## 健康 | JIANKANG

每天只漱口  
一岁半宝宝得了“色素牙”

近日，浙江省口腔医院接诊了一个一岁半的女婴，因为一刷牙就哭，家长每天只给她漱漱口，宝宝 16 颗乳牙里外两面，从靠近（牙龈的）牙颈部到（牙冠处的）切端，布满了点点黄斑、黑斑，色素起码堆积了牙面的 1/3，门牙上尤为明显。儿童口腔科主任陈瑶检查后确定，她得的是“色素牙”。

“如果不好好刷牙，食物中的色素在 3~6 个月内就会黏附在牙面导致色素牙。”陈瑶主任说，牙面上一旦形成黑斑，再单靠刷牙就很难完全刷干净，得通过洗牙、喷砂、抛光等，才能恢复牙齿的洁白，但这些措施难免会让原本光滑的牙釉质表面出现一些细微的坑洼。这样会让色素更容易堆积，更难清除。此外，色素牙垢里的细菌会加速蛀牙，加上乳牙的牙釉质不如成人坚硬，更容易被龋坏。“只要得过一次色素牙，就很容易再次形成色素堆积，即使以后换恒牙，也可能受到影响。”陈主任说，恒牙可能长出来多少就黑多少，到最后整颗牙都是黑的。

陈主任建议，从孩子 6 个月起，长出第一颗牙，就要有口腔清洁的措施。陈主任说，刷牙绝对是比打蝴蝶结更复杂的手部运动，对手的能力要求更高，“在 6 周岁以内，建议家长帮孩子刷牙；10 周岁以内，家长要每天检查孩子刷牙的效果。”

除了刷牙一定要刷干净外，家长要多给孩子吃些纤维性的食物，少吃甜、软的深加工食品，孩子在咀嚼纤维性食物时，食物与牙面摩擦，可以带走一部分牙齿上的牙垢，对牙齿有清洁作用，而绵软的食物起不到这个作用。“现在，给孩子吃点甘蔗、牛肉之类的，都是有益牙齿健康的。”

## 大数据 | DASHUJU

假期十大遗憾排行榜！  
第一名竟是……

又到了和春节假期说拜拜的时候了，ladies and 乡亲们，各位小伙伴们，你有没有问问自己，这个假期又有什么遗憾呢？下列十大遗憾，快来看看你都中枪了吗？

NO.10 压岁钱成了最熟悉的陌生人

以往过春节最开心的莫过于收到长辈们的压岁钱，长大了不仅收不到压岁钱，还要给自己家的小朋友包压岁钱。不说了，说多了都是泪！再见，我的红包！

NO.9 回程车票抛脑后

光顾放假回家开心了，忘记买回程的车票。现在流着眼泪盯着手机抢车票，恩，主要是舍不得离开家！

NO.8 对不起背回来的书

每次来回行李箱里都塞了几本书，最后怎么带来怎么带回，连书皮都没翻开过。

NO.7 没有好好休息

原来想着放假好好休息下，结果过得比平时上班还要忙碌！

NO.6 把大把时间给了被窝

晚上趴被窝里玩手机到半夜，起床后一天已经过去一半。

NO.5 胖了

说过年减肥的简直就是自欺欺人，世上最最辛酸的莫过于肥肉喜欢我可我不喜欢它。

NO.4 世界那么大，还是没去看看

到了假期，各种事情忙得把旅行的事情丢到九霄云外……家太粘人，总是拉着我们不放呀~

NO.3 还是没能在过年前找到 TA

爸妈催了一年又一年，那个 TA 跟我玩捉迷藏，怎么找也找不到呀~

NO.2 没好好陪伴爸妈

平时工作太忙，总是没有时间陪伴在父母身边，到了假期又都各种约，真正在家陪父母的时间太少。留点时间出来，爸妈也想跟咱约会啊。

NO.1 没睡饱

该约的约该聚的聚之后，休息就成了最陌生的名词了。无论睡了多少，还是感觉没有睡饱！

## 实用 | SHIYONG

少穿紧身衣、紧身裤  
它们的危害远远超过你想象！

话说，冬天的街头有一种裤子火了，它就是“有型有款”的黑色皮裤，许多年轻貌美身材好的女纸穿着，确实养眼。但武汉一位 26 岁的年轻女士，却因为常穿这样的裤子出了事！她穿皮裤逛街，晚上回家后发现臀部和腿长满红斑，去武汉大学中南医院检查，被诊断为“股臀皮肤血管炎”。专家提醒，以往罕见的“股臀皮肤血管炎”患者有逐年增多的趋势，其中年轻女性是高发人群。你以为这只是个案？NO、NO、NO！



**冬衣太重、围巾太紧，容易诱发颈椎病** 医生提醒：健康人不会因衣服过重而患上颈椎病，但颈肩存在旧疾的人可能因此诱发旧疾。此外，对于颈肩部存有旧疾的人来说，围巾也不能捂得太紧。因为围巾缠绕太紧会压迫颈动脉窦，造成血液不畅，从而影响脑部供血；轻者会头晕脑涨，重者可能晕倒。在体感不冷的前提下，可解开围巾，脱掉或敞开外套，以免发生缺氧晕厥。

**衣服穿太紧全身皮肤易松弛** 长时间穿塑身衣会影响血液循环，导致供血不足，引发呼吸困难、头痛、胸闷等问题，并使腹腔内的肾、脾、肝等器官受到压迫，使内脏及神经系统长期处于紧张状态，导致胃肠消化功能降低。此外，如果长期穿，肌肉本身具有的收缩能力就会渐渐“变懒”，肌肉和皮肤可能变松弛。

**内衣选不对，全身都遭罪** 部分保暖内衣由复合夹层材料制成，虽能保暖，但透气性极差。出汗后，汗液中的尿素、盐类等不易挥发，容易引起皮肤瘙痒，造成接触性皮炎、湿疹等。对女性来说，文胸太紧会对胸口处的肌肉造成压迫，出现手臂酸麻、痛、劳累感等症状，还会影响骨骼和乳房发育。