

最新控烟科普手抄报内容文字(通用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

控烟科普手抄报内容文字篇一

- 1、吃了辣的东西，感觉就要被辣死了，就往嘴里放上少许盐，含一下，吐掉，漱下口，就不辣了。吃了有异味的东西，如大蒜、臭豆腐，吃几颗花生米就好了。吃过大蒜后，喝杯牛奶，可消除大蒜遗留在口中的异味。
- 2、手腕粗的mm想带较细的手镯，就不能硬带，应把手上套上一个塑料袋再带手镯，非常好带，也不会把手弄疼，取下也是同样的方法。
- 3、停车后，车里别放什么东西，别以为不放钱包、电脑包就行了，就是半条烟，也可能搭上你的挡风玻璃。
- 4、痘痘很大严重时挤点牙膏在上面，消肿超快，只是2小时左右就要洗掉，否则那块皮肤会被变黑。
- 5、生日蜡烛先放到冰箱冷冻室里冷冻24小时，再插到蛋糕上点燃后，就没烛油流下弄脏蛋糕。
- 6、煮肉想使汤味鲜美，可把肉放入冷水中慢慢地煮；想使肉味鲜美，可把肉放在热水里煮。煮排骨时放点醋，可使排骨中的钙、磷、铁等矿物质溶解出来，利于吸收，营养价值更高；此外，醋还可以防止食物中的维生素被破坏。
- 7、家里很多杯子上都有茶渍，可以用牙膏刷，抹在茶渍上，

一刷就下来啦。在洗碗水中放几片柠檬皮和橘子皮，或滴几滴醋，能消除碗碟等餐具上的异味。同时，它还能使硬水软化，同时增加瓷器的光泽感。

8、触摸塑料袋手感发粘则有毒，手感润滑则无毒；用力抖动声音闷涩有毒，清脆的则无毒。

10、面包与饼干不宜一起存放。面包含水分较多，饼干一般则是干而脆，两者如果存放在一起，就会使面包变硬，饼干也会因受潮失去酥脆感。茶叶与食糖、糖果不宜一起存放。茶叶易吸潮，而食糖、糖果却恰恰含水分多，这两类物品存放在一起，就会使茶叶因受潮而发霉或变味。

控烟科普手抄报内容文字篇二

牛奶的妙用 牛奶，不仅仅是一种营养丰富的饮料，而且还有许多的妙用。

早晨起床后，如果发现眼皮肿，在牛奶中加入少许食醋，搅拌后用棉球蘸它要眼皮上反复擦试片刻。尔 后用热毛巾敷一会儿，眼皮便会恢复如常。

吃大蒜后，口中有难闻蒜臭味，喝杯牛奶或用牛奶嗽口，蒜臭味即除。

烹调时，若酱油放太多了，在菜中加入少许牛奶，可使菜味道鲜美。

炸鱼前用牛奶浸泡片刻，炸出的鱼不公无腥味，且异常鲜美。

衣服上有墨水迹，先用牛奶洗，后用洗洁净浸泡搓洗，污迹即除。

2、 小病小伤试试自疗 生姜止血 血效果好。

炸姜片止咳 味精止牙痛 萝卜蜂蜜治燥咳 大蒜瓣治哮喘 荸荠治结膜炎 米泔水治皮肤瘙痒 土豆皮治烫伤 芝麻叶治咽炎 以痊愈。

蛋黄冰糖治气管炎 绿豆蛋花汤治口疮 取鸡蛋黄 10 个，冰糖 100 克，将蛋黄冰糖混合搅匀，再加入黄酒 500 毫升，放置 取绿豆适量、鸡蛋 1 个，把蛋打入碗内捣散。将绿豆浸泡 10 多分钟后，煮沸 1-5 10 作文 日即可服用，每次服 25 克，每日 2 次。此方尤其对慢性支气管炎疗效好。

分钟，用绿事业汤冲蛋花即成，每日早晚各服一次，一般服 1-2 天痊愈。

3、 天喝酸奶 结肠不患癌 用适量生姜切片入锅内，用少量植物油炸黄，加半碗水煮 10 分钟，放入少量的糖一次喝 牙痛时，可用筷子或干净的手蘸一点味精涂到疼痛的牙齿周围，疼痛即刻好转或消失。

萝卜适时洗净，用纱布将捣烂的萝卜挤出汁，每次 60 毫升，加入适量蜂蜜调均匀， 取大蒜 2-4 瓣洗净后，捣成泥状，装入小瓶中，用鼻子闻大蒜的气味，每日 3-5 次， 用鲜荸荠四五个洗净捣烂，用消毒的纱布数层滤过汁即可点眼，每次滴 1-2 滴，每日 取米泔水(浸洗花生后的水)1000 毫升，加入食盐 100 克，置铁锅内煮沸 5-10 先把土豆洗净，再把干净的土豆皮剥下来后，直接敷在烫伤之处，然后用消毒纱布 取鲜芝麻叶 5-7 片，洗净稍干入口，慢慢边嚼边咽，每日嚼 3-4 次，连用 3-4 天，可完，再喝点白开水，效果很好。

如一时不小心弄伤了手脚，可把生姜洗净捣烂敷在伤口出血处，范围以敷满伤口为宜，止 每日 3 次，连服 3-5 日，疗效满意。

多闻无妨，一日换一次大蒜瓣，连用 3-4 日，冬天效果最佳。

3-4 次。此方治疗急性结膜炎初发、眼红、有分泌物、轻度肿痛、自觉干涩有效。

分钟，倒入脸盆待稍凉，用消毒的手巾蘸水擦洗患处，每次擦洗 2-3 分钟，每天 2-4 次，疗效显著。

包好固定，一般烫后敷 2-4 天痊愈，并且无疼痛，无疤痕。
天 西班牙最高科技研究中心食物和营养学研究所所长阿斯森松·马科斯指出，酸奶不但能治疗神经性厌食症，还能减少患结肠癌和乳腺癌的危险。他说，酸奶富含钙、高质量的蛋白质、多种维生素和碳水化合物，且热量低，因此它能提高机能的防病能力，调节肠功能和免疫系统。此外，它还能较好的吸收营养素。研究表明，每天喝一瓶酸奶不仅可以减少结肠癌的增加，还可以治疗因粪水积累引起的中毒。

4、提神，茶比烟好 从医学的角度来说，吸烟“提神”主要是香烟中所含的烟碱在起作用。烟碱属于剧毒品，对中枢神经系统有先兴奋后麻痹的作用。小剂量烟碱加强中枢神经的兴奋过程，减弱抑制过程，大剂量烟碱则使中枢神经转入抑制。这种情况，常常打乱了大脑皮层兴奋和抑制的动态平衡。烟碱还能使人体的血红蛋白携氧能力下降，导致人体组织缺氧，因此，大量吸烟所造成的结果是使人的记忆减退、注意力分散、反应迟钝、工作效率降低。香烟中还含有大量焦油等多种危害人体健康的物质，这些物质不但可引起咽喉炎、支气管炎，而且有致癌的作用。吸烟还可以促进动脉粥样硬化和溃疡等多种疾病的发生，故抽烟不仅不能提神，还对健康有害。

5、糖的妙用 去酸味用酱油烧菜时。酱油中的糖分有些被分解，菜往往带有酸味，可在炒菜时加点糖，酸味即可消除。

除牙齿烟垢。吸烟牙齿变黄或发黑以后，先取适量的红糖含在口中 10 多分钟，使牙齿都浸泡在糖液中，然后用较硬的牙刷反复刷 2-3 分钟，漱净。再用盐碱水(放等量的食盐和

食碱溶于水中)刷牙 1-2 分钟，早晚各进行一次，一星期后，一般烟垢即可除去。 10 煮火腿。

煮火腿前，可在火腿皮上涂些白糖，这样容易煮烂，而且味道很好。

缩短发面时间。发面时加点白糖，可缩短发酵时间，而且做出的食品松软可口。

泡发蘑菇。用温糖水浸泡干蘑菇，不仅使蘑菇吸水快，保持特有的香味，而且做出的菜味道更鲜美。

浸剥板栗。煮板栗前，先将板栗在砂糖水中浸泡一夜，煮好的板栗就容易剥除内皮。

延长花期。在花瓶内放一小匙糖，可使瓶插鲜花开的时间更长。

防腐。食物加过糖后，霉菌不易侵入，可以延缓腐败。

6、维生素也有毒性 随着医药卫生保健知识的普及，人们对医药保健库中的耀眼星——维生素的使用越来越广泛。众所周知：维生素是人类正常生理的新陈代谢和生命活动的必不可少的重要元素，人们一时一刻都不能离开。虽然它在机体内含量相对较少，但有一个功能各不相同用途颇广的庞大家族，比如维生素 a₁d 可促进机体组织细胞生长发育和防治干眼症，夜盲症和缺钙等疾病；诸多 b 族维生素是机体细胞蛋白质合成，进行新陈代谢必需的各种酶的组成成份，一旦缺少就会引起脚气病或口腔溃疡等一类疾病；再如某些特殊人群(婴幼儿在发育阶段需要，老年人体弱多病或某些消耗性慢性疾病以及从事高强度体力劳动的人群)都必须添加 11 比常人量大得多的各种维生素，以便弥补生理不足或预防因维生素缺失导致的各类疾患。

这在医学保健上已是防治常识和应对原则。

维生素有这么大的营养保健功用。

然而任何事物都有它的相反方面，即一旦使用不当，好的东西也会产生坏的结果，甚至导致某些不良反应和毒副作用，或者叫维生素中毒。这在日常生活和临床上并非罕见，由于人们过份迷信它的功用，不问是否必须，滥服滥用，或使用不当，引起中毒事故已愈来愈多。

维生素 a 本是防治干眼症、夜盲症的良药，就经常见到不少人当作营养品滥补，导致贫血、毛发脱落、眼疼、头晕、呕吐甚至眼球突出等代谢紊乱的中毒表现，个别人还罹患不良后遗症，终生后悔莫及。据最近(参考消息)等报刊新闻报道：联合国卫生组织对近期发生的印度数起几间滥用维生素 a 引起婴孩中毒死亡事件也说明此种维生素中毒确实存在。

维生素 d 是防治佝偻病和骨质疏松症的，俗称补剂，是一类用途颇广的很好保健药品，但过量或使用不当，造成的恶果却比佝偻病更加危险；临床上，有些因长期滥服滥补维生素 d 而引起低热、烦躁、哭闹不安、厌食吐奶、营养不良、体重下降的孩子就诊的就不少；有些心血管病或糖尿病患者不注意药物配伍和机体吸收机理滥用钙剂引起肝脾肿大、肾脏损害，甚至加重心肌梗死和心衰程度，突发死亡事故也时有发生。

被人们称为“万能解毒剂”的维生素 c(抗坏血酸)是解 12 毒，抗毒，防治感冒和上呼吸道炎症及坏血病，促进组织细胞新陈代谢的良药。也常因使用不当(过量或者贮存不当变质)，反而诱生一些不测的毒副作用：轻者恶心呕吐、腹泻、腹痛；重度中毒者还会诱发血尿、肾结石发生和降低某些妇女生育能力，造成事与愿违，适得其反的恶果。

就连近几年崛起的，前途看好的维生素 e 也有着过量使用发

生中毒的危险，本来它是抗氧化剂，对机体有着组织细胞生长促进作用，临床上作为不育症，习惯性流产，进行性肌营养不良和心血管病、脂肪肝、皮肤病变的防治药物。

却也有人因作为“补药”长期服用过量反而产生强氧化作用，引起发育过度、性早熟及性征改变等不良反应，造成了终身痛苦和不应有的浪费。

7、饮食误区

一、用过热油锅炒菜。

过热的油锅中，容易生成硬脂化合物，对人体极为有害。若常吃这样的菜，易患酸性胃炎和胃溃疡，如不及时治疗，还可能诱发胃癌。

二、常用植物油。

花生、玉米油中易混杂强致癌物黄曲霉素、棉籽油中有使人中毒的棉酚，菜油中的芥酸不利于高血压，心脏病患者。故植物油不能多吃常用。正确的用油比例，应是1份植物油搭配0.7份动物油。

三、虾米直接煮汤喝。虾米或虾皮在加工中容易染上致癌物。

若直接煮汤喝，不利于人体健康，正确的方法是将虾米煮数分钟后换水煮汤，或在汤中加1-2片维生素C就能阻断致癌物的体内合成。

四、用生水冷却熟热蛋。将煮熟蛋用冷水浸泡后，蛋壳虽好剥，但病菌却有机可乘。美国科学家发现熟热蛋用生水浸泡后蛋内产生了肉毒杆菌毒素，有害人体健康。

五、多添佐料调味。英国一项调查表明，胡椒、桂皮、五香、

丁香、小茴香、生姜等有诱变性和毒性，多用调味品，可导致癌症，也会带来口干、咽喉痛、精神不振、失眠等副作用。还会诱发高血压，胃肠炎等。

六、饭后马上吃水果。这是不科学的吃法。水果中含有大量单糖类物质，很容易被小肠吸收，但若被饭菜堵塞在胃中，就会因腐败而形成胀气，胃部不适。正确的方法是吃水果方法应在饭前1小时或饭后2小时。

七、喜喝时新茶。新茶虽然叶色鲜活、叶醇香爽，但饮用弊大于益。因为存放不到一个月的新茶，含未经氧化的多酚类，醛类和醇类较多，易引起腹胀，腹痛等，加重慢性胃炎患者的病症。

八、口渴才饮水。口渴表明人体已经轻度脱水，犹如田地龟裂后才浇水一样，显然不利于健康。正确的饮水方法是，除每天吃饭菜、水果、汤外，还应补充白开水1.5--2升，夏秋季节适当加些淡盐水。

控烟科普手抄报内容文字篇三

- 1、人的一生大约要喝多少吨水?(80吨)。
- 2、一个水龙头滴水，15分钟就滴水200毫升，每天有近20升水，一年就会浪费多少吨水?(7吨)
- 3、举例说出发电的几种方法?(火力发电、水力发电、风力发电)
- 4、环境保护法的原则是什么?(预防为主、防治结合原则;污染者负担原则;环境权利原则;协调发展原则;公众参与原则;可持续发展原则)
- 5、白头叶猴属于我国哪一级保护动物?(一级)

6、请说出造成1998年长江流域洪涝灾害的原因。(是“天灾”和“人祸”共同作用的结果。天灾直接原因是气候异常，雨量过大；人祸原因主要有三个方面：第一，破坏地表植被，水土流失严重。第二，江河湖泊的不断减少，进一步降低了蓄洪泄洪能力。第三，必要的防洪措施跟不上，城市防洪标准偏低)

7、1980至1995年间，全世界森林面积减少了多少?(1.8亿公顷)

8、水资源短缺成为我国城市发展面临的重大问题，据统计，目前我国已有300多个城市缺水，每年我国因缺水而造成的经济损失有多少?因水污染而造成的经济损失有多少?(100多亿元，400多亿元)

9、淡水资源占地球水资源的百分比是多少?(3%)

10、目前我国受污染的河流的比例达到多少?(90%)

11、随着人口的增加，水资源已经成为一个世界性的问题，当今世界人均供水量已经比25年前减少了1/3，请问，如今世界的缺水现象已经影响到多少个国家?(80个国家)

12、汞、镉、铬、铅、砷是一类污染物，对人体危害很大，被称为“五毒”。这些污染物随废水进入水体后，被浮游生物吸收，小鱼吃浮游生物，大鱼又吃小鱼，人又吃污染后的鱼类，污染物会逐渐的聚集到人体内，我们称这样的关系为什么?(食物链污染)

13、据科学家们观测，全球气候在逐渐变暖，造成气候变暖的主要原因是什么?(人类生产活动所排放大量的二氧化碳)

14、如果缺少什么?地球上所有生物将会全部灭绝，人类也不例外?(空气和水)

15、一氧化碳气体对人体有什么危害?(人体是靠血液中的血红蛋白携带氧气到各个组织和器官，在吸入无色无味的一氧化碳后，它会进入人体的血液，一氧化碳和血红蛋白结合的能力要比氧气强250倍，它很快抢占血液中氧气同血红蛋白结合的位置，造成大脑和躯体缺氧，短时间内可致人死亡)

16、烟尘是大气中的固体颗粒物，直径很小，其中小于10微米的可以长期在空气中飘浮，叫什么?大于10微米的，能较快地降落地面上，叫什么?(飘尘、降尘)

17、上世纪九十年代，由于大气污染严重，我国北方有一座城市被烟尘遮盖了城市上空，在卫星拍摄中失去了踪迹。这座城市的名称叫做什么?(本溪市)

18、每年的“世界环境日”是哪一天?(6月5日)

19、污染者负担原则是什么?(谁污染谁治理，谁开发谁保护)

20、我国七大水系都受到不同程度的污染，请你按污染的严重程度顺序排列(依次是：辽河、海河、淮河、黄河、松花江、珠江、长江)

控烟科普手抄报内容文字篇四

2、加盐可以让马铃薯和鸡蛋浮起来，加盐是为了增大水的密度；

3、用塑料薄膜做的降落伞可以在空中停留比较长的时间，是因为高楼边有上升气流；

4、我们能看见蓝天，是因为阳光中蓝光的穿透力最强；

5、放大镜能把纸燃着，是因为凸透镜能聚焦；

- 6、指南针能指南，是因为南边是地磁场的北极；
- 7、雪地开车轮子上缠铁链，是为了增大摩擦力；
- 8、夜观星星越来越少，是因为宇宙还在不断膨胀；
- 10、空调、汽车尾气、水泥地面、大量建房，是造成温室效应的罪魁祸首。

控烟科普手抄报内容文字篇五

走进科技馆手抄报图片

星期天，我参观了郑州市科技馆。从外面看，科技馆的北边是一个圆锥形，南边像一个方形的面包。走进科技馆，里面一共有三层。其中一层和二层主要是介绍和演示一些科学现象，比如，静电发生器，会弹琴的机器人，地震演示器，音房等。通过这些演示和介绍，我们很容易知道了一些现象发生的原因。不光可以观看，我们还可以自己操作，自己体验。我和别的小朋友一起上了地震演示器，那上面摇晃得非常厉害，把我手里拿的笔和纸都晃掉了，现在我终于知道地震的威力啦。

科技馆的三层展示了一些我们国家的“长征”系列火箭的模型，另外还有一些让小朋友们自己动手制作的活动。

我们去的时候，在科技馆的一楼大厅里，正在展览一些我们小学生自己制作的小发明、小创造。比如，安全折叠镰刀，换灯泡的工具，自制小更衣室等，这些可都是获得了二等奖以上的小发明小制作。给我印象最深的是那个换灯泡的工具。它是一个拖把杆，顶部和右边各装了一个夹子一样的东西，换灯泡的时候，把它对准灯泡，然后拧一个圆的东西，就可以把灯泡拧下来了，这样人就不用站凳子或是梯子了，真是

方便。这些同学小小年纪就发明出了这些有用的东西，将来一定会是出色的发明家，我也要好好向他们学习□

这次参观科技馆，我学到了很多知识，收获非常大。

科普手抄报图片

1. 白天，鸟儿们在枝头穿梭鸣叫，在蓝天下自由飞翔，到了晚上，它们和我们人一样也要休息、睡觉，恢复体力，不过它们睡觉的姿势可是各不相同的。

2. 冰糕冒气是因为外界空气中有不少眼睛看不见的水汽，碰到很冷的冰糕时，一遇冷就液化成雾滴包围在冰糕周围，看上去似乎是冰糕在“冒气”一样。

3. 向日葵的茎部含有一种奇妙的植物生长素。这种生长素非常怕光。一遇光线照射，它就会到背光的一面去，同时它还刺激背广义面的细胞迅速繁殖，所以，背光的一面就比向光的一面生长的快，使向日葵产生了向旋光性弯曲。

4. 蝉的外壳（外骨骼）是坚硬的，不能随着蝉的生长而扩大，当蝉生长到一定阶段时，蝉的外骨骼限制了蝉的生长，蝉将原有的外骨骼脱去，就是蝉蜕。

零点(打一我国现代文学作品名) 子夜

拜年(打一鲁迅短篇小说名) 祝福

春风吹又生(打科普知识之一鲁迅著作名) 野草