

“朋友圈”“加速器”“强枢纽”

——这些关键词诠释“南博之约”

“南博会平台不仅让我对接采购商,还见识到行业最新产品和趋势!”在第9届中国—南亚博览会南亚馆里,巴基斯坦商人哈比兴奋地告诉记者,中国市场机遇多,自己在南博会的展位就像是在昆明开起来的一家“流动店面”。

为期6天的第9届中国—南亚博览会日前在云南昆明开幕。本届南博会迎来大量南亚东南亚地区的老朋友、新客商。与会人士表示,在当前全球经济面临诸多挑战背景下,中国持续扩大市场开放水平,不断做大合作蛋糕,助力区域繁荣进步。



▲6月20日,顾客在南亚馆巴基斯坦展区选购玉石工艺品。
第9届中国—南亚博览会于6月19日至24日在云南昆明举办。本届南博会共设16个展馆,其中南亚馆位于8号、9号展馆,吸引了斯里兰卡、印度、巴基斯坦、孟加拉国等8国近500家企业参展。琳琅满目的南亚特色商品,为展会带来异域风情。
新华社发

1 互利共赢“朋友圈”

孟加拉国女商人卡姆伦·纳哈尔·索赫利第一次来南博会,一口气带来了衣服、黄麻手工艺品、特色桌旗、靠枕套等产品,将展位布置得满满当当。索赫利希望通过南博会平台进一步了解中国消费者喜好,持续优化产品。

“我们以往重点关注欧美市场,但现在将目光投向中国,这里庞大的消费市场是巨大发展机遇。”

近年来,中国与南亚国家持续推进各领域务实合作,经贸往来势头良好。2024年,中国和南亚国家贸易额接近2000亿美元,十年间实现翻番,中国连续多年成为巴基斯坦、孟加拉国等国最大贸易伙伴。本届南博会有73个国家、地区和国际组织参会,2500多家企业参展。

参展的巴基斯坦乳制品解决方案有限公司主营奶牛饲料和挤奶设备。首席执行官赛义德·哈桑·拉扎告诉记者,南博会是巴基斯坦企业进入中国这一世界最具活力消费市场的重要途径,巴基斯坦等南亚国家与中国产业链供应链可实现优势互补。

“从农业、特别是乳制品业和畜牧业的角度看,巴基斯坦与中国在冷链物流、饲料技术、自动化和加工设备等领域的技术合作能大大提高我们的生产效率和质量标准。通过建立合资企业等方式,巴基斯坦整个行业有望实现转型升级,提升竞争力。”拉扎说。

斯里兰卡中国友好协会秘书长普拉萨德·维杰苏里亚今年连续第二年参加南博会,希望通过“锡兰文化体验馆”向中国朋友推介锡兰茶、宝石以及肉桂等香料,以“文化外交”深化两国人文交流和经济合作。

谈及中国通过南博会等积极构建“展会矩阵”、搭建互利共赢开放合作平台的努力,维杰苏里亚坦言,自由开放的贸易对斯里兰卡这样规模较小、依赖出口的经济体而言至关重要。中国坚定不移推进高水平对外开放,坚决维护国际公平正义和多边贸易体制,正为世界注入更多稳定性和确定性。

缅甸水果、鲜花和蔬菜生产出口协会秘书妙伦昂表示,南博会不仅为各国参展商提供展示平台,还通过技术交流等方式,促进共赢合作。“中国持续推进高水平对外开放,促进全球产业链供应链稳定。像缅甸这样的发展中国家更需要通过持续参与国际经贸活动来提升自身技术水平、促进服务升级。”她说。

2 协同发展“加速器”

“南博之约”持续见证各国凝聚团结协作、共谋发展的共识,以开放促合作,以合作谋发展,推动构建周边命运共同体,共创地区繁荣进步的美好未来。

在越南工贸部贸易促进局专家裴莲藻看来,云南在中老铁路“硬联通”等跨境基础设施和区块链溯源等数字平台方面的投入提升了贸易效率,在绿色贸易、生态旅游和数字创

新方面正在树立区域标杆,为周边国家协同发展积极搭建桥梁。

“南博会有潜力在中国、南亚和东南亚之间实现三方贸易对接,尤其是绿色贸易和数字贸易领域。”裴莲藻说。

目前,云南正加快推进中越、中老、中缅通道建设,促进“澜湄快线”与中欧班列、澜沧江—湄公河国际航运等有机衔接,统筹推进能源、数字信息大通道建设,加强国际物流枢纽节点建设,不断提升同周边国家互联互通的能力和水平。
(新华社昆明6月21日电)

3 联通周边“强枢纽”

在紧密的经贸联系基础上,云南与南亚东南亚国家合作正朝着更广、更深、更新的方向发展。本届南博会重点突出绿色贸易、数字贸易、服务贸易和展示新质生产力成果,专门设置11个专业馆,集中展示具有经贸合作潜力的先进制造、清洁能源、现代农业等,无论从规模上还是内容上都有显著提升。

在越南工贸部贸易促进局专家裴莲藻看来,云南在中老铁路“硬联通”等跨境基础设施和区块链溯源等数字平台方面的投入提升了贸易效率,在绿色贸易、生态旅游和数字创

日常可穿? 体考必备?

——“碳板跑鞋校园热”现象调查

一段时间以来,外观炫酷、科技感十足的碳板跑鞋,正受到越来越多中小学生的青睐,一些小学生甚至将其作为日常鞋来穿。然而,多名医学专家表示,碳板跑鞋会改变或者限制青少年足部的生长发育,中小学生的骨骼尚未完全定型,长期穿碳板跑鞋可能会导致足弓塌陷、足底筋膜炎、肌肉萎缩及跟腱炎等不良后果。

碳板跑鞋成了日常鞋

碳板跑鞋是一种在鞋底嵌入碳纤维板的专业跑鞋,其设计初衷是利用碳纤维的刚性提供推力,产生类似“弹簧”的推进效果,帮助精英运动员减少能量损耗,进而提高比赛表现,其使用场景被严格限定在平坦干燥路面的高强度直线奔跑。

但记者调查发现,碳板跑鞋广受中小学生的欢迎。兰州一名小学高年级男生说,班上每天都有几名男生穿碳板跑鞋,他们觉得碳板跑鞋“很酷”“很帅”,尤其喜欢一些知名品牌的碳板跑鞋。另一名小学六年级男生则说,碳板跑鞋穿着很轻便、弹力足,不管去哪,他都喜欢穿。

还有的中小学生对记者说,碳板跑鞋几乎是男生的必备品,“班里大多数男生平时也会穿碳板跑鞋,这也是男生之间的攀比对象和聊天谈资”。

“碳板跑鞋颜色靓丽,很受学生喜欢,有的学生甚至天天穿。”贵州某初中一名班主任说。

采访期间,一些长期穿碳板跑鞋的小学生直言,他们知道长期穿碳板跑鞋的危害,会得筋膜炎、对足部发育不好,但因为觉得穿碳板跑鞋很酷,所以每天都会穿,平时还喜欢讨论哪款鞋好看、哪个品牌又出了新品。

在一些相关短视频的评论区,不少家长也反映,小孩喜欢穿碳板跑

碳板跑鞋成了“万能鞋”

记者调查发现,本是专业运动装备的碳板跑鞋,随着运动科技概念的普及以及商家的强力营销,逐渐成了中小学生的“宠儿”。一些商家将“金榜题名”“中考必备”等广告贴在店内碳板跑鞋陈列区。电商平台上也充斥着“中考专用鞋”“体考专用”,甚至“老师推荐”“校长推荐”等宣传语。

一些销售人员或客服在推介碳板跑鞋时说,中小学生的脚可以穿碳板跑鞋,他们还重点介绍,穿碳板跑鞋跑步时,不仅可以跑得更轻松,还可以跑得更快。

“这款鞋子是碳板跑鞋,八九岁的小孩可以穿,日常穿也没问题。”某电商平台一家跑鞋店的客服说,“穿上这款鞋子,世界第一帅。”

在该店铺可查看到的23条评论中,有13名买家所购碳板跑鞋的尺码为33码至35码。“孩子穿上说轻飘飘的,回弹力十足,版型也很好看。儿子是学校田径队的,老师也推荐其他同学买了。”一名购买了一双35码的碳板跑鞋的买家评论说。

一些家长和学生会将碳板跑鞋看作“万能鞋”。“为了让孩子在中考体育测试中考得更好,我跟很多家长一样,也给孩子买了碳板跑鞋。考试的时候,无论考什么项目,孩子都穿着碳板跑鞋。”兰州一名学生家长说。

成都某中学体育老师说,碳板跑鞋可以一定程度上提升学生的跑步速度,但现在很多学生为了迎合体育考

试或提高中考成绩,就连参加排球和引体向上等项目考试时,都穿着碳板跑鞋,属于使用场景的严重错配。

一些中小学生的家长说,因为外观炫酷、科技感十足,穿碳板跑鞋已成为他们展示个性的主要方式之一。此外,他们还告诉记者,碳板鞋也有鄙视链,普通运动鞋被视为“贫民装备”,拥有一双高端碳板鞋则会成为大家艳羡的对象。

不当穿着弊大于利

贵州医科大学附属医院骨科副主任医师许顺恩表示,中小学生的日常活动与碳板跑鞋的专业化设计存在冲突,长期穿有运动损伤的隐患。一方面,中小学生的骨骼还未发育成熟,长期穿碳板鞋会出现足底筋膜炎,导致足弓塌陷,成为扁平足。同时,还会使跟腱长期处于高负荷状态,发生跟腱炎。

另一方面,碳板跑鞋的高回弹性可以提高推进力,但也会弱化踝关节和足部本身肌肉的力量,进而降低踝关节的稳定性,更容易出现扭伤等情况。有一个小孩平时只穿碳板跑鞋,去年扭伤了膝关节,今年仍然觉得膝关节痛,并且有步态改变。”陆军军医大学西南医院运动医学中心主治医师穆米多说。

兰州一名学生家长说:“孩子要求买,我没多想,就给他买了一双,销售人员也没有跟我说碳板跑鞋的专业性和危害性。孩子经常穿它上学,有一天突然跟我说,脚底疼到不能走路,医生说这是长期穿碳板跑鞋引起的足弓受损。”

甘肃省妇幼保健院骨科一科主任医师邓银栓等专家表示,碳板跑鞋是一款竞速鞋,其使用场景有严格限定,并不适合日常通勤穿。不光是中小学生的,成年人长期穿碳板跑鞋通勤,同样

也会出现足底疼痛等问题。

医学专家还表示,平时长期穿碳板鞋会打破身体的平衡,导致走路的姿势异常,脚后跟很难正常着地,只能靠脚掌垫着走,身体为了维持平衡,骨盆会不自主地侧倾或前倾,脊柱和腰椎被迫过度前凸,长期可能会诱发腰突和腰肌劳损。

合理使用碳板跑鞋

在穆米多看来,当运动装备的技术属性超越使用者自身的能力时,技术就从赋能者变成了致伤者,“我们不愿意看到这样的事情发生”。

短跑运动员袁琦琦曾专门拍摄视频,科普中小学生的长期穿碳板跑鞋的危害,在她看来,青少年买普通的鞋就可以了。许顺恩也认为,中小学生在日常生活中,应选穿缓震适中、稳定性佳的普通运动鞋。

兰州大学体育教研部副教授丁督前说,针对“碳板跑鞋校园热”这一现象,教育部、学校可以开展专项科普进校园活动,邀请相关专家给家长、学生讲解长期穿碳板跑鞋的多种危害,让他们清楚知道碳板跑鞋的专业功能和适用场景。此外,市场监管部门也要主动作为,要求商家规范经营,对误导消费者等行为予以严惩。

“当孩子要求买碳板跑鞋时,家长要审慎对待,不能一味地满足,要给孩子讲清楚危害,引导孩子摒弃攀比等不良心态,合理穿鞋。”贵州某中学老师说。

在丁督前看来,中考体测更多是对日常锻炼成效的检验,将碳板跑鞋视为体考“捷径”,而忽视日常科学锻炼,属于典型的本末倒置。“平时不运动、不锻炼,穿再好的鞋,作用也不大,反而可能造成身体损伤。”他说。
(新华社贵阳6月21日电)

炎炎夏日如何科学防暑 慢性病患者怎样安全度夏

国家卫生健康委回应关切

随着夏至的到来,高温天气成为常态,健康问题也备受关注。如何在炎炎夏日科学防暑?慢性病患者怎样安全度夏?老年人又该如何调适心理状态?针对这些热点问题,国家卫生健康委20日以“时令节气与健康”为主题举行新闻发布会,邀请多位权威专家进行解答。

科学防暑, 饮食运动需合理

夏至是一年中医气最旺盛的时节,天气炎热,人体容易出现烦躁、失眠、食欲不振等问题。北京中医药大学东直门医院主任医师李友山说,此节气既要避免暑热伤身,又要防止过度贪凉损伤脾胃。饮食上可适量食用苦瓜、莲子等苦味食物清热解暑,但冷饮、冰镇西瓜等寒凉食物需适量。在运动方面,选择清晨或傍晚时段,避开高温时段,以快走、八段锦、太极拳等温和运动为主,微微出汗为宜,避免剧烈运动导致大汗淋漓,耗伤阳气。

针对防晒问题,李友山说,防晒要适度,既要防止紫外线伤害,又要保证身体接触自然阳光,做到防晒与日晒的平衡。过度防晒会阻碍身体接触自然阳光,影响阳气升发,长期避光可能导致阳气不足,易出现疲劳、免疫力下降等问题。正确的防晒方法是分时段调整,比如上午10点至下午3点紫外线强烈时,可以用遮阳伞、帽子等物理防晒;而在清晨或傍晚阳光温和时,适当晒15至20分钟,帮助身体促进维生素D的合成。

对于高温作业的劳动者,北京市疾控中心研究员杨鹏提醒,“避暑补水”是关键。外卖员、快递员、环卫工人、建筑工人等露天作业者应合理安排作息时间,定时少量多次补充水分,选择浅色、轻薄、透气的衣物,并随身携带湿毛巾辅助降温。若出现头晕、恶心等中暑症状,应立即停止作业,迅速转移至阴凉通风处并及时就医。

重视疾病预防, 警惕早期信号

夏至天气渐热,心脑血管疾病发病风险上升。中国工程院院士、首都医科大学宣武医院主任医师吉训明提醒,老年人需警惕突然头晕、言语不利索、一侧肢体麻木无力等脑卒中风险,以及突然胸闷憋气、夜间憋醒等心血管病症状。一旦出现这些问题,家人要及时拨打120或将其送到最近的、有救治能力的医院进行救治。

对于高血压和糖尿病患者,吉训明提醒,夏季需特别注意预防脱水。高血压患者应遵医嘱按时服药,若当天发现漏服且距离下次服药时间超过12小时,可立即补服;若次日才发现,则无需补服,只需按照正常时间服用当日剂量即可。糖尿病患者或血糖不稳定的病人,尽量选择蓝莓、苹果、樱桃等含糖相对较低的水果。

天气炎热,腹泻也高发。杨鹏提醒,如腹泻病情不重,一般通过调整饮食、休息或对症治疗即可改善;严重者,尤其出现脱水症状的,应及时就医。预防腹泻要避免喝生水,选用卫生合格的桶装水、瓶装水;注意食品卫生,生熟分开,少吃生冷食品,尤其要避免生吃螺类、贝类和螃蟹等,不要暴饮暴食;饭前便后要洗手,腹泻病人用过的器具应及时消毒。

关注老年人情绪波动, 必要时及时就医

夏季高温易引发情绪波动,尤其是老年人。北京大学第六医院研究员王华丽说,在临床实践中发现,不少老年人在综合医院多次就诊,反复主诉胸闷、乏力、头晕、食欲不振、睡眠障碍等身体不适,但相关检查却未发现明显的身体问题,这可能是老年抑郁、心理障碍的躯体化表现。

据介绍,抑郁症不是意志薄弱,也不仅仅是“心情不好”,而是一种可以评估、可以治疗的常见心理障碍。在排除老年人身体疾病后,家庭成员要多关心关爱老年人,及时关注他们的心理状态,如发现老人情绪持续低落,对事物失去兴趣甚至失去快乐感,反应变慢、思考吃力等症时,必要时及时就诊评估和治疗。

王华丽提醒,有的老年人长时间刷手机,容易造成眼肌疲劳,影响视力,可能加重颈椎、肩颈负担,引发颈椎病、肩周炎等。她建议家属帮助老人设置使用提醒、关闭无关推送,鼓励老人参与户外活动与人际交流活动。如已出现明显情绪困扰或心烦躁现象,建议及时到精神科或心理科就诊,接受专业评估和治疗。
(据新华社)

中国两台先进望远镜在青海冷湖开建

新华社西宁6月21日电 中国科学院紫金山天文台21日在青海冷湖天文观测研究基地启动建设4.2米地基专用天体测量望远镜与2.5米多终端通用望远镜项目。这两台望远镜建成后,将形成国际先进的地基光学精密观测体系,意味着我国精密天体测量观测能力的重大跨越。

4.2米地基专用天体测量望远镜计划于2027年建成,将成为我国最大的天体测量望远镜,也是我国首台4米级单镜面通用精密天文望远镜。这台望远镜具有大口径单镜面、极低畸变成像、极高精度定位、极深探测极限四大特点,其主要科学目标是开展太阳系内暗弱天体的高精度位置、运动和特性测量,支撑我国太阳系天体历表的自主构建和长期维护,并服务于我国航天任务及深空探测的地基观测需求。

2.5米多终端通用望远镜是一台中口径精密测量望远镜,具备多终端、多功能、多应用的特点,能够满足不同类型观测需求,其主要科学目标是开展太阳系自然天体和人造天体的多波段、多类型精密测量,协同开展我国太阳系天体历表的自主构建和长期维护。到2026年建成时,这台望远镜将是我国最大的同轴收发激光测距望远镜。

“构建和长期维护太阳系天体历表,需要对太阳系内各类天体开展长期高精度测量。”紫金山天文台研究员赵海斌介绍,此次开建的两台望远镜由于口径差别,将在其中扮演不同角色。2.5米多终端通用望远镜侧重近距离目标、视运动速度快的天体;4.2米地基专用天体测量望远镜则将充分发挥其大口径优势,关注更远、更暗弱的天体。

冷湖天文观测研究基地位于青海省海西蒙古族藏族自治州茫崖市冷湖镇赛什腾山区域,平均海拔约4000米,其天文观测条件达到世界一流水平,具有开展天文观测研究的独特优势。

据介绍,这两台望远镜建成后,将极大提升我国在天文学观测和航天应用方面的能力,为我国天文学研究提供基础性支撑,助力我国在国际基本天文学和太阳系天体高精度观测领域抢占科技制高点。

与此同时,我国积极推进“脑科学与类脑研究”国家科技重大专项与《“十四五”医药工业发展规划》。越来越多的中国科研成果为神经系统疾病诊疗开辟新的广阔前景。

广州国家实验室研究员杨小枫介绍,在诊断领域,基因检测技术不断发展,立体定向脑电图(SEEG)技术体系日臻成熟,人工智能辅助分析各类数据。在治疗层面,新型抗癫痫药物推陈出新,神经调控疗法与微创手术广泛应用,为药物难治性癫痫患者带来治愈曙光,显著提升无发作率。

据悉,本年度“国际癫痫关爱日”公益活动期间,中国抗癫痫协会将组织全国各大医院癫痫中心举办持续一周的科普和义诊系列活动,预计将开展398场活动。

我国现有各级癫痫中心526家

新华社深圳6月21日电 记者21日从中国抗癫痫协会在深圳举办的“国际癫痫关爱日”主场公益活动获悉,我国已建成各级癫痫中心526家,其中三级综合癫痫中心45家,二级癫痫中心259家,一级癫痫中心(专科门诊)222家,助力更多癫痫患者在“家门口”获得规范化诊疗服务。

癫痫中心通过一站式、多学科协作、分级诊疗模式,实现合理配置资源、优化诊疗流程,达到服务和疗效的规范化目标。

“在卫生部门指导下,近年来我们持续开展三级癫痫中心行业评价,并制作‘癫痫地图’,为患者提供明确和科学的就医指引。”中国抗癫痫协会会长、四川大学华西医院神经内科主任医师周东说。