

前沿时讯

微图视界

实用攻略

### 12款云入选《国际云图》

【新华社微特稿】看到形状奇特的云，你能叫出它的名字吗？不能的话，看一下世界气象组织出版的《国际云图》，或许可以找到答案。

最近，12种新类型云被收入工具书《国际云图》，包括形状似海浪的粗云（英文名：asperitas）、管状云（英文名：volutus）和拉烟云（英文名：contrails）。

收录并介绍各种形状云的《国际云图》1896年首次出版时目的是为气象工作者、航海者和货运者提供参考。第一版包括28张云的彩色照片，后被数次修订，上一次修订是在1987年。

这次被收录的粗云格外引人注目。自2006年有人记录下在美国艾奥瓦州观察到这种云后，来自英国的加文·普雷托尔·平尼2005年创办的观云组织赏云学会收到了这种云的大量照片。该学会最后成功游说世界气象组织将粗云收录进《国际云图》。

据英国广播公司报道，随着数码时代的发展，《国际云图》将出电子版，便于公众查阅。

普雷托尔·平尼说，技术的进步推动了《国际云图》的演变，即便不是专业的气象工作者，人们也可以在看到新奇的云时用手机拍摄下来并将照片发给赏云学会，由他们汇总后确认是否有一种新的云被发现。（欧飒）

### 香格里拉普达措国家公园体制试点正在推进

这是云南省迪庆藏族自治州香格里拉普达措国家公园一景（3月24日摄）。

目前，我国有9个国家公园体制试点正在进行，包括三江源、神农架、北京长城及香格里拉普达措等。新华社发



### 大数据告诉你如何选择健身房

【新华社微特稿】好多人办健身卡时立志多健身，让每一分钱得到回报，但到头来却事与愿违。那么，怎样才能养成健身习惯，让健身卡充分发挥作用呢？美国一家营销公司建议，选馆很重要，最好离家不超过6.4公里，不然你会越来越懒得去。

英国《每日邮报》报道，大型营销公司Dstillery历时4周监测全美健身房750万部移动设备的匿名位置信息，得到健身人员锻炼频率、访问的健身房类型及通勤距离等信息，发现通勤距离不超过6.44公里的人平均每月会健身至少5次；一旦超过8.05公里，很可能平均每月仅锻炼一次。不过，周六人们愿意多开半公里左右去健身房，到了周一周二，人们往往会少开半公里。

另外，大数据显示，去健身房锻炼也和时间及健身房类型有关。52%的健身房常客周一不锻炼，周四则是大家最喜欢锻炼的日子，其次是周五。对于那些廉价健身房，离家最好不要超过5.15公里，而健身爱好者对于高档点的健身房，往往愿意多开几公里造访。（王鑫方）

### 南昌：樱花烂漫醉游人

一位父亲带着孩子在江西省南昌县凤凰沟景区观赏盛开的樱花（3月26日摄）。

近日，江西省南昌县凤凰沟景区的3万株樱花竞相绽放，吸引游客前来赏花踏青。新华社发



### 人造血量产取得突破性进展

【新华社微特稿】英国布里斯托尔大学和国民保健制度血液和移植管理处的科学家说，他们在血细胞量产方面取得突破性进展，向量产人造血迈进一步。

英国广播公司24日援引研究人员的话报道，先前制造人造血的方法是，诱导骨髓干细胞在实验室制造红细胞，但每个干细胞制造不到5万个红细胞后就会凋亡。这次，研究人员用的新方法是让干细胞“长生不老”，一直保持在能够无限增殖分裂的早期状态。当达到一定量时，研究人员诱使它们变成红细胞。

参与研究的扬·弗拉伊内说：我们已经证明，可以持续生产红细胞，供给临床用血。我们已经生产了几升。研究结果刊载于英国《自然·通讯》杂志。

不过，研究人员坦承，他们目前生产人造血的能力相当于家庭作坊水平，距离工厂大规模生产还有很长一段距离，面临生物工程挑战。另外，生产成本也是一大障碍。鉴于人造血成本远高于传统捐献血，因此可能只适用于血型非常罕见的患者。

按研究人员计划，人造血的安全性实验将在今年晚些时候展开。（黄敏）

### 他是你的梦幻老板吗？

【新华社微特稿】如果工作单位能提供一份免费咖啡或工作餐，不少人就会觉得福利不错了。那么，如果公司每天为你准备免费早餐、每周有免费啤酒、每年还免费带你深度海外游呢？另外，这家收入可观的企业每年还将一成盈利用作奖金，而员工只有50人，老板还从不给人脸色、发脾气。你有没有跳槽的冲动？

英国一家比较网站老板克里斯·莫林就是这样的公司老总。英国媒体戏称这名现年46岁的大富豪是英国最佳雇主。英国《每日邮报》报道，莫林对下属福利向来不遗余力。他刚刚花了300万英镑（约合2536.56万元人民币）装修了一座百年古堡，用作公司总部。内部装修由英国顶级设计师负责，健身房、电影院、游戏室等一应俱全，连会客间都有不同主题，如冰穴风格、瑞士木屋风、图书馆风等。至于每年深度海外游，一名员工甚至因此而推迟自己的蜜月之旅。（王鑫方）

### 飞机常客都是什么人？

【新华社微特稿】飞机上的常客都是什么人？英国伦敦盖特威克机场基于调查统计列出常客榜单，业务顾问排名榜首，53%的从业者每年至少出差12次。排在其后的依次为财务专家、销售人员、媒体从业者、信息技术产业从业者、工程师、市场专业人士、医生、科学家。调查结果显示，一半乘飞机出差的人表示，出差是个美差，让人得以转换环境、换个心情。61%的人会把出差时间与休假结合在一起，好好放松一下。不过，当被问到是否想换个出差机会更多的工作时，只有24%的人表示愿意，18%的人反而希望减少出差机会。

这项调查还有一个有趣发现：有些影视作品中会出现有人在飞机上突发疾病，空乘大喊“谁是医生吗”的场景。而此项调查显示，12架次航班中平均11架次上会有经过培训的医生。换句话说，病人碰到现场有医生的几率接近92%。英国《每日邮报》援引盖特威克机场首席商务官盖伊·斯蒂芬森的话报道，如果你乘坐的是飞往意大利的航班，这个几率可能更高，因为不少医学界的大会在那里举行。（乔颖）

### 2017国际青年设计师时装发布会

3月27日，模特在时装发布会上展示参赛青年设计师设计的时装。

当日，2017/18中国国际时装周（秋冬系列）组委会在北京举行2017国际青年设计师时装发布会暨北服歌力思奖学金评审及颁奖仪式。新华社发



### 卢森堡最大的狂欢节 佩唐日狂欢节

3月，在卢森堡西部小城佩唐日，狂欢者将纸屑抛向观众。

卢森堡最大也是最古老的狂欢节佩唐日狂欢节举行，吸引了数万游客前来观看。新华社发



### 教你办公室3分钟减压

【新华社微特稿】工作压力、家庭负担、社交烦恼，现代人总有这样那样的焦虑。英国《每日邮报》女性专栏刊文，传授冥想教练埃米·卢诺尔的小妙方，在办公室只需3分钟就可以缓解压力，简单易行，还不会引人侧目。

诺尔斯说，你只需闭上双眼，或者目视一个固定点，双脚平踩地面，把所有注意力集中到呼吸上，用鼻子深深吸气，吸入腹部，然后叹一口气，叹气很奇怪，它是在告诉身体，我们要按下“清零”键了。之后继续全神贯注于呼吸，并且默数次数，同时想象自己肩部、眼睛、嘴巴、额头都变得舒展。如此重复，可以做8次，也可以多做几次，直到感觉放松。

听起来很简单，真的有效吗？不妨试试。（黄敏）

### 有口气，或许是说话太多？

【新华社微特稿】口气总是让人尴尬不已，但有时，仔细刷牙似乎并没有什么用。英国《每日邮报》说，引发口气的除了常见的牙龈疾病和口腔卫生状况不佳外，还有其他原因，比如，说话太多。

文章引述伦敦牙科美容中心专家默文·瑞安的话报道，唾液能够帮助冲走引发口气的细菌，而说话太多会将口腔暴露于空气中，令唾液干涸。这也是为何教师、律师等人口气问题高发的原因。解决方法其实很简单，多喝水。

工作压力大也会让唾液分泌减少，细菌滋生。所以当你很忙时，一定记得好好刷牙、使用牙线和漱口水来彻底清洁。另外，节食、鼻窦炎、糖尿病甚至日常服用的抗抑郁、过敏和降压药都会引发口气问题。

如果上述原因都没有呢？那也许就要归结于心理原因了。比利时研究人员调查了2000名因口气问题前去诊所就诊的患者后发现，其实16%的人压根没有口气，都是臆想出来的！（荆晶）

### 鼻孔大小与气候相关

【新华社微特稿】热带地区的人鼻孔偏大，寒冷地区的人则相反。一项新研究发现，鼻孔大小与气候紧密相关。

由美国人类学家马克·施赖弗领导的一个国际研究团队发现，鼻孔宽度与气温密切相关，与湿度也有直接关联。宽鼻孔在湿润地区更常见，窄鼻孔则常见于干燥寒冷地区。

施赖弗说，鼻子的作用之一是控制吸入的空气，使其变得温暖潮湿后再进入呼吸道。窄鼻孔更有利于发挥这个作用，更适合在干燥寒冷环境中生活的人，因此这种环境中的人群在进化过程中，宽鼻孔逐渐减少。

施赖弗说，早在19世纪晚期就有学者发现鼻子形状和大小与气候之间存在关联，但以往都是通过测量分析死人头盖骨证明这一论点，他们的研究则是利用3D面部成像技术测量476名活人的鼻子数据提供论据。

研究论文发表于美国《科学公共图书馆·遗传学》期刊。（欧飒）

### 心脏受损能用菠菜叶补吗？

【新华社微特稿】菠菜叶或可用来修补受损心脏，这听起来匪夷所思，但美国一个研究团队阐释了这一技术的可行性。

伍斯特工学院等三家美国高校的研究人员做了一系列实验，在去除了植物细胞的菠菜叶子上培植出人类心脏活细胞。研究人员说，这些实验为利用大量菠菜叶培育出健康心脏肌肉打开大门，为治疗心脏病患者带来希望。

科学家在培养人体组织时面临的一个难题是如何建立一个血管系统，将氧气、养分和基础分子输送到被培养的人体组织。包括3D打印在内的现有生物工程技术难以建立起一个细到毛细血管级别的血管系统。

参与本次研究的科学家则想到，植物和动物为组织输送水分和养分的方式虽然大相径庭，但是它们的血管结构惊人相似。基于这一想法，他们把人类心脏细胞植入去除了植物细胞的菠菜叶脉管，并成功使大小类似人类血液细胞的液滴通过菠菜叶脉管流入心脏细胞，实现了心脏细胞的再生。

研究报告预计5月由《生物材料》期刊发表。（欧飒）

### 松树根有助于强化牙齿

【新华社微特稿】提起看牙，很多人都觉得头大。美国伊利诺伊大学芝加哥分校一项研究或许能让你将来少去麻烦牙医。研究人员发现，一种松树根提取物能让牙齿更坚固，且让牙洞填充物更不易脱落。

研究人员在由美国《有机化学杂志》发表的论文中写道，他们把马尾松根提取物应用于人类牙齿，测试其在重压作用下的变形情况，结果发现，提取物能让牙齿更坚固，且这种效果能维持至少一年。研究人员说，这是因为松树根提取物中的化合物能强化牙本质，能使其坚固度最多提升10倍。牙本质是构成牙体的主体硬组织，位于牙釉质和牙骨质内层。

研究人员还发现，松树根提取物能让树脂填充物与牙齿黏合更牢，从而更不容易脱落。研究人员说：我们有明确证据显示，提取物能改善树脂与牙本质之间的黏合剂性能。（黄敏）

### 太爱吃奶酪当心乳癌风险

【新华社微特稿】喜欢吃奶酪吗？美国最新研究提醒你，对这个喜好可要慎重，因为摄入过多奶酪，特别是切达干酪和奶油奶酪，可能大幅提升乳腺癌患病风险。不过，多喝酸奶会降低乳癌风险。

英国《每日邮报》报道，罗斯维尔·帕克癌症研究所历时11年追踪调查了3000余名女性乳制品摄入情况，其中1941名女性罹患乳腺癌。结果显示，吃太多奶酪，特别是切达干酪和奶油奶酪的话，乳癌患病风险会升高53%，而多喝酸奶能将乳癌风险降低30%。

研究成果发表在美国《营养学发展现状》杂志上。主导这项研究的肿瘤学家苏珊·麦卡恩说，乳制品成分复杂，既有营养元素，也有非营养物质，这些成分中哪些会提高乳癌风险、哪些能降低风险，目前尚不明确，需要进一步研究。（王鑫方）