

国家卫健委主任:提倡大家多喝白开水淡茶水

9月14日,国务院新闻办公室举行“开局起步‘十五五’”系列主题新闻发布会,介绍推动健康中国建设取得决定性进展有关情况。国家卫健委主任雷海潮在回答如何保持个人身体健康以及预防慢性病相关问题时指出,慢性病防控的重要性越来越突出,在对抗和预防控制慢性病的过程中,要做好以下几个方面:

第一,要发挥每个人的主观能动性,从衣食住行、日常生活和工作中培育健康的生活方式,并长期坚持。

当前中国居民高盐高糖高油

饮食比较多见。据统计,我国盐的摄入量每人每天达到9克,国家推荐量是每天每人5克左右。油的摄入方面,国家推荐量是每天每人25~30克,但实际的摄入量达到41克,应少吃油炸食品,多用蒸、煮的烹饪方式。糖的摄入方面,国家推荐量是每天每人25克以内,而一瓶500毫升含糖饮料的含糖量就可能达到25克,提倡大家要多喝白开水、多喝淡茶水。除饮食方面,还要适当增加体育运动,每工作一小时应该站起来活动5~10分钟,中小学推荐每天户外体育运动不少于2小时。

第二,有责任有义务做好健康知识科普。

现在网上有很多健康知识信息,有的未必科学,有的甚至还带有商业企图。要深入整顿这些乱象,加强正规科普知识传播,使国民健康知识素养能力有效提升。

第三,要高度重视学校尤其是中小学在培养健康生活方式、预防慢性病中的作用。

现在,中小学出现“小胖墩”“小眼镜”“小豆芽”的情况不少,经过共同努力,已经遏制了较快的上升态势,但是发生率仍然比较高。希望广大中小学在老师、校医和专

业机构的带动下,更好贯彻“健康第一”的教育理念。

第四,充分发挥社区和单位的作用。

如果企业雇主、党政机关、企事业单位能在饮食、体育锻炼、安全高效的工作环境营造方面创造更多良好条件,能很大程度上降低慢性病发生的风险。可以面向员工开展定期健康体检,早期发现影响健康的信号,避免慢性病演变为比较严重的疾病。要贯彻“预防为主”的理念,坚持关口前移,把问题解决在疾病发生发展前。

(据央视新闻)



晾晒猴头菇

9月13日,海林市悦来颐和食用菌种植专业合作社的工作人员在晾晒猴头菇。近期是黑龙江省海林市的猴头菇采收季,当地食用菌种植专业合作社和农户抓紧采摘、分拣猴头菇,为加工和销售做好准备。近年来,“中国猴头菇之乡”海林市着力完善全产业链条,推动猴头菇产业多元发展,带动农户就业增收。

(据新华社报道)

美空军部长:美国已拥有在轨“太空控制武器”

新华社消息 据美国《华盛顿邮报》报道,美国空军部长特洛伊·迈因克9月14日说,美国现在已拥有在轨“太空控制武器”。

迈因克当天在马里兰州举行的年度航空、航天与网络会议上发表讲话时表示,“美国现已拥有在轨太空控制武器,能够保护美国部队免受敌对势力的攻击”,“从威慑的角度来看,这很重要”。迈因克并未具体说明该天基武器的类型。

《华盛顿邮报》援引一名匿名美国官员的话报道,这一“新能力”可能包括摧毁对美国卫星进行攻击的敌方卫星。报道称,这是美国首次承认其在太空具备“进攻能力”。

去年5月,美国总统特朗普发布“金穹”天基导弹防御系统发展规划。特朗普称,“金穹”将与美国现有的导弹防御能力整合,一旦完全建成,将能拦截从世界其他地方甚至太空发射的导弹,整个系统将耗资约1750亿美元。他称该系统计划在3年内“全面运转”。今年4月,美国太空部队宣布与包括太空探索技术公司、洛克希德-马丁公司在内的12家公司签订合同,研发“金穹”系统中可拦截导弹的天基拦截器。

我国发布全球首个人工智能+脑机接口标准

国家药监局9月14日批准发布我国第三个脑机接口医疗器械标准,也是全球第一个采用人工智能技术处理脑电数据的脑机接口医疗器械产品标准,新标准将于明年9月1日起正式实施。

据了解,新标准系统规范脑机接口医疗器械的数据采集、处理、标注、存储和访问等全流程的技术要求和测试方法,帮助企业破解脑机接口医疗器械在数据集质量控制尺度不统一、建设过程不规范等共性问题。

国家药监局表示,脑机接口医疗器械,就像一台能“读懂”大脑信号的智能机器,它需要通过“学习”大量脑电数据、“训练”人工智能算法,才能准确理解患者的意图。这不仅关系到治疗效果,而且和患者的安全风险息息相关。为了支持我国脑机接口医疗器械重大创新,满足产业发展急需,国家药监局采用快速程序立项和批准,新标准为脑机接口医疗器械的研发生产提供了统一的脑电数据集的“质量标尺”,达到国际领先水平。(据央视新闻)

◎新华时评

学生信息竟成黑市商品,必须一剿到底!

近期,四川、山西等地公安机关接连破获非法倒卖学生个人信息大案。从校园“内鬼”违规导出数据,到运维人员监守自盗,再到中介层层加价转卖,一条条非法倒卖学生信息的灰黑链条浮出水面。

学生信息竟成黑市商品,不仅透支社会对学校 and 机构的信任,更伤害未成年人的健康成长环境,必须以“零容忍”态度一剿到底,彻底斩断伸向未成年人信息的黑手。

相关案件中,学生和家长信息被批量卖给教培机构、招生中介,学生和家长被骚扰电话、垃圾短信轮番轰炸,正常学习与家庭生活受到严重干扰。更令人忧虑的是,包含未成年人身份信息、家长联系方式、具体家庭住址的数据在地下黑市流传,极易被不法分子利用、实施精准诈骗。

禁止非法收集、买卖公民个人信息,相关法律早已划出清晰红线。而刚性防线屡被击穿,暴露的问题不容忽视:一些校外培训机构为拓展客源长期过度收集信息,为个人信息泄露埋下隐患;部分单位在信息管理上存在“重采集、轻保护”等漏洞,管理制度缺位;有的网络平台主体责任悬空,学生信息在社交平台上被明码标价。此外,线上数据交易监管存在跨地域、取证难、隐蔽性强等困难。斩断学生信息倒卖利益链,既要抓好阶段性集中整治,更要善用制度刚性扎紧信息安全的篱笆。技术上“加密预警”,每一次数据导出、拷贝都全程可追溯,从源头上堵住“内鬼”批量外泄数据的漏洞;管理上采取“限权留痕”,对批量导出等敏感操作实行全程留痕与异常阻断;司法上“重拳出击”,对“内鬼”及背后的灰黑产业链零容忍,依法从严追责,形成强大震慑。

只有标本兼治,铲除倒卖学生信息灰黑产业链的生存土壤,才能为青少年健康成长打造清朗安全的网络空间。

文/吴光于 李雪妍