



我国成功发射卫星互联网技术试验卫星

什么是卫星互联网？

北京时间7月9日19时00分,我国在酒泉卫星发射中心使用长征二号丙运载火箭,成功将卫星互联网技术试验卫星发射升空,卫星顺利进入预定轨道,发射任务获得圆满成功。

那么,什么是“卫星互联网”?

新兴的卫星互联网,是可以提供宽带接入业务的卫星通信系统。由于卫星互联网可能带来颠覆性应用,使得这一领域已成为国际上角逐的重要方向之一。

将来有了卫星互联网,就意味着天上成百上千颗卫星,能时刻与地球上的手机、轮船、飞机、汽车等交换信息——身处大山里,也不必发愁没信号,仍然可以尽情在网上“冲浪”,无论是在陆地、海上或者空中,都可以准确获取货物的位置、温度等信息,船舶在哪儿、飞机实时动态都可“一目了然”;甚至全球农作物长得怎么样、有没有发生病虫害,也都能尽在掌握。随着卫星互联网的不断发展,未来,不论何时,你身在何处,都能与世界永不失联。

当前,知名的卫星互联网要数美国SpaceX公司的星链星座,截至今年3月29日,他们已累计发射81批共4217颗星链卫星。根据SpaceX的最新计划,第二代星链星座由9个轨道层组成,

总计部署29988颗卫星。不过,目前得到正式批准的只有先行部署的7500颗。

近年来,我国也在大力发展卫星互联网。2020年4月,国家发改委将卫星互联网首次纳入“新基建”,是通信网络基础设施的范畴。2021年4月,中国卫星网络集团有限公司(简称“星网公司”)成立,主要从事卫星互联网的论证设计、研究试验、工程设计、工程建设、运行控制、运营管理等业务,已有试验卫星在轨进行技术验证。

卫星互联网是卫星通信发展的高级阶段。随着卫星和终端的集成度进一步提升,卫星和运载火箭研制成本大幅降低,使得面向个人用户的卫星互联网时代有了实现的可能。

面向个人的卫星互联网具有这些特点:要有海量的卫星,其卫星星座由成百上千颗,甚至数万颗卫星组成;轨道为非地球静止轨道,这些卫星的轨道主要是离地球300公里到1400公里之间的低地球轨道;能提供宽带互联网接入;具有信号覆盖范围广、通信容量大、信号传输延迟低的特点;商业运营,卫星互联网的造价昂贵,需要采用特定的商业模式才能使业务长期延续。

(据央视新闻、光明日报)

女子火车上拒绝为夫妻让座 被指“破坏家庭”

网友说:她这家庭也太脆弱了

7月8日,贵州。一网友发布一则视频表示,列车上一女子买无座票坐在老公身边的位置,买到这个位置的女乘客上车后让该女子起来让座,该女子拒绝让座。

乘务员到场调解并查验了双方车票,确定这个位置系女乘客所购。随后该女子语出惊人,指责女乘客破坏她的家庭。事件还上了热搜。

网友纷纷对此热议——

顾墨珏:一个位置破坏家庭,这她这家庭也太脆弱了。

曾经被 stolen 的号:她买的好像是站票,原本就没座……

wraithL:有本事自己包个车厢,无理取闹,凭啥占别人座位。

高音行者:让座是情分,不让是本分,如果换成我的话,假如火车上有其他位置,这女的好好说话,我可能会换个位置,但像这样聊天,别人不愿意让也正常。

小小孟孟丫:感觉就应该出一条规定,不许换座位,买哪里坐哪里,哪有那么多事。还给乘务员增加工作负担。我和我老公也经常坐火车动车出门,我们都是尽量自己主动不换座位,不



视频截图

是我们感情不好不想坐一起,是会考虑别人愿不愿意。有的时候车程近,他想陪我,他就过来在我身边站一会儿。

(据都市快报橙柿互动)

关注俄乌战争

泽连斯基从土耳其带回5名“亚速营”指挥官

乌克兰总统弗拉基米尔·泽连斯基8日说,5名“亚速营”指挥官与他乘坐同一架飞机从土耳其返回乌克兰。

去年俄乌双方围绕亚速海港口城市马里乌波尔展开历时2个多月的激烈争夺,俄军去年5月20日完全控制马里乌波尔。

去年9月,在土耳其和沙特阿拉伯斡旋下,俄罗斯与乌克兰交换近300名在押人员,其中包括参与马里乌波尔战事的5名“亚速营”指挥官。法新社当时报道,这些人将被安置在土耳其,直至俄乌冲突结束。土耳其《自由报》今年1月报道,把“亚

速营”指挥官安置在土耳其是俄方所提要求。

目前,乌克兰和土耳其政府均未说明这些“亚速营”指挥官缘何返回乌克兰。

俄罗斯总统新闻秘书德米特里·佩斯科夫8日回应,在“亚速营”指挥官返回乌克兰一事中,乌方和土方都没有遵守这些条款。

根据此前佩斯科夫的说法,这些人员是“亚速营”指挥官,“亚速营”在俄被列为“恐怖组织”。

(据环球网)

美媒批耶伦：访华期间3次鞠躬是“软弱”

7月8日,国务院副总理、中美经贸中方牵头人何立峰会见美国财长耶伦时,耶伦连鞠三躬,让美媒和一些美国网友坐不住了。

福克斯新闻、纽约邮报等美媒称耶伦此举被视为“美国软弱”的表现,“令人尴尬”“前所未有”。

有网友同意美媒的看法,称耶伦此举是令人尴尬的“外交失礼”,不过也有网友“不以为然”。有不少网友“翻出旧帐”显示,美国前总统特朗普会见朝鲜将军时也向对方敬礼,奥巴马早年间与英国女王等外国元首见面时也都曾鞠躬,这就是一种礼仪罢了。

耶伦是继布林肯之后第二位访华的拜登政府重要官员。4天访华行程结束之际,耶伦9日在北京召开新闻发布会进行总结。

她表示此次与中方高层官员的会晤“直接且富有成效”,有助于稳定两国关系。同时她再次重申,美国不寻求与中国经济“脱钩”,若“脱钩”“对两国来说都是灾难性的,也会给世界带来不稳定”。(据看看新闻)

对大骚乱心有余悸 法国国庆节禁止销售烟花

法国总理伊丽莎白·博尔内表示,一些法国官员和普通公民担心,骚乱可能在国庆节期间重新爆发。为了防止这种情况发生,法国政府将于9日发布一项法令,禁止销售烟花爆竹,以“保护法国人”。

博尔内还补充道:“只有在市政府组织燃放烟花爆竹的专业人士才能购买烟花。”不过,他排除了因骚乱而取消今年国庆节庆祝的可能性。

6月27日,一名警察在巴黎郊区开枪打死了17岁非裔少年纳赫尔·梅尔祖克,引发持续数天的骚乱,成群结队的年轻人与警察发生冲突,向警察投掷石块和燃烧瓶,并使用烟花作为简易武器,超4000人因此被拘留,其中包括约1200名未成年人。还有暴徒在骚乱期间纵火焚烧车辆并破坏私人财产。本周早些时候,仅在南部港口城市马赛,就有400家企业遭受了超过1亿欧元的损失。(据极目新闻)

阿富汗男子为美军工作20年 移民美国后遭枪杀

据美联社7日报道,31岁阿富汗男子纳斯拉特·艾哈迈德·亚尔日前在美国华盛顿哥伦比亚特区驾车时当街遭枪杀,事件令人唏嘘。

枪杀案发生于当地时间7月3日,艾哈迈德·亚尔担心交不起房租,出门加班做拼车司机的工作,未料遭枪杀。监控录像捕捉到一声枪响,并显示4名年轻男子逃跑,但警方尚未逮捕任何人。

艾哈迈德·亚尔自幼就在阿富汗的美军基地为美军工作,时间长达近20年。2021年,美军撤离阿富汗后,艾哈迈德·亚尔带着家人移民美国。赴美后,艾哈迈德·亚尔不得不为生计打零工,最终惨遭枪杀。

报道表示,美国2022年一份报告显示,2017年至2022年初,美国至少有50名打零工的送货和拼车司机遭谋杀。(据海外网)

“瓦格纳事件”5天后 普京曾会见普里戈任

事件”进行了评估。

“我们唯一能说的是,总统对连队在特别军事行动中在前线的行动进行了评估,也对6月24日发生的事件进行了评估。普京听取了瓦格纳指挥官的解释并提出了建议。”佩斯科夫说,普京总统向他们提供了“更多未来就业的机会”。瓦格纳指挥官告诉普京,瓦格纳人员是他坚定的支持者,并准备继续为俄罗斯而战。(据澎湃新闻)



喝下去的“美丽”真的有效吗？

“刮油水”“美白水”“抗氧化”……网络上一些人推崇的DIY水,真的能达到想要的效果吗?最健康的饮品是什么?如何通过喝“水”越喝越美丽?来看看专家的解答。

对于一些DIY饮品,例如“刮油水”“美白水”“抗氧化”等,虽然网上有些人推崇其功效,但实际上很难准确评判其真实效果,因为科学研究对于这些DIY饮品的功效一般较为缺乏,很多所谓的效果只是饮用者的个人主观感受。

■减肥排毒 没有任何食物或饮品可以单独达到对于减肥或者排毒的效果。减肥和排毒需要综合性的饮食和生活方式改变,包括合理控制卡路里摄入、适量运动、足够的休息和饮水等。

■补充维生素C 自制饮品可以补充维生素C,但效果因食材和调配方法而异。一些水果和蔬菜富含维生素C,榨汁饮用或直接吃都可以获得维生素C,但过度加热或长时间存储会降低维生素C的含量。

喝自制水≠健康又养颜

喝水确实对身体健康非常重要,而且足够的水分摄入有助于维持皮肤的水分平衡,从而有助于保持皮肤的健康和美丽。很多人觉得白开水无味,甚至觉得在水中自己DIY,味道不仅更好还更健康。然而,并没有科学证据表明在白开水中加入其他食材后,会使水有美颜或者更健康的效果。

水的味道是个人的主观感受,若觉得白开水无味喝不下去,想在水中增加一些味道,可以尝试添加新鲜的水果、柠檬、薄荷叶等天然食材。若你有任何过敏或特殊需求,请在添加前咨询营养师或医生。

然而,需注意并不是所有食物都适合加入水中饮用。有些食物可能会改变水的味道,并且还可能会导致引发一些不必要的成分或微生物污染。因此,在DIY水中添加食材时,要选择安

怎样喝水才健康？

白开水是最健康的饮品之一,因为它不含任何卡路里和添加剂,能够更好地满足身体的水分需求。一般来说,白开水对大部分人都是安全的,但也有一些情况下需要慎重考虑,例如患有尿频、尿失禁、心力衰竭、水中毒、肾功能不全等疾病的人,可能需要减少水的摄入量或按照医生的指导摄入。

2022版《中国居民膳食指南》建议,低身体活动水平的健康成年人每天饮水7~8杯,相当

■提神 如果自制饮品中含有咖啡因或其他兴奋剂,可能会带来暂时的提神感。然而,过度依赖这些饮品可能会导致依赖性和副作用,如心跳加速、失眠等。

此外,每个人的身体状况和代谢都不同,可能会对某些食材或成分过敏或不适应。因此,并不是每个人都适合饮用自制饮品,尤其是对于声称有立竿见影功效的自制水,更需要小心谨慎。

全、新鲜和合适的食材,并确保其卫生和安

在水中加入果蔬粉制作饮品是一种常见的方法。一些果蔬粉本身含有丰富的维生素和抗氧化剂,可能会为水增添一些味道和营养成分,但是对于所谓的功效,需要谨慎对待。市场上很多产品宣传的功效并没有经过科学验证,例如所谓的杏仁粉对美白有益、蓝莓越橘粉对护眼有益、红石榴粉对补充维生素C有益等。

当果蔬粉加入到水中时,其中的一部分营养成分会溶解在水中,从而被人体吸收。但是,果蔬粉中的某些成分可能不容易溶解或被人体吸收,因此并不意味着全部成分都可以被充分吸收。

总的来说,健康的饮水习惯应该以饮用足够的清洁水为主,并保持饮水的适度。其他添加物不一定有任何额外的益处,并且可能增加不必要的危险。

酷暑持续,来碗乌梅三豆汤

进入夏季,天气逐渐炎热,不少人喜欢热点防暑降火的汤水饮用。现在笔者就向大家推荐一款简单、价廉、易做,且能解暑生津、清热祛湿的乌梅三豆汤。

材料:乌梅、黑豆、绿豆、赤小豆各20克,冰糖或白糖适量。

做法:把乌梅、黑豆、绿豆、赤小豆倒入容器内,加清水浸泡半小时,锅中倒入600ml清水,加入乌梅与三豆大火烧开后转小火,煎熬成150~200ml,按口味加入冰糖或白糖,连豆带汤服下即可。老人和小孩的食材量减半。

乌梅三豆汤是由“乌梅白糖汤”与“三豆饮”合方而成。乌梅白糖汤出自清代医家彭子益的《圆运动的古中医学》一书,其处方仅二味食药同源的乌梅、白糖,“乌梅酸收,降甲木安乙木,敛相火而大补木气。木气动于上必虚于下,故乌梅为风木要药。收而不涩,能生津液,湿病尤宜。白糖能补中而不横滞,与乌梅酸甘生阴,最宜湿病虚证。”彭子益言:“暑月热极之时,心烦意乱,坐卧不安,面红肤热,身软无力,不思饮食,舌净无苔,或舌色满红。此暑火不降,木气失根也。方用乌梅五大枚,冰糖二两,煎汤热服,酸甘相得,痛饮一碗立愈。”



图片来源于网络

三豆饮传说出自扁鹊之手,宋代《类编朱氏集验医方》载三豆汤由黄豆、赤小豆、绿豆各等分组成。黑豆有活血利水,益肾健脾,祛风解毒之功;绿豆能清热解毒,消暑,利水;赤小豆利尿,利湿,排脓消肿。三豆合用实为解暑、清热、利湿、防病之佳品,老少咸宜,可以预防痱子,缓解各种皮肤病,如疮痍、湿疹等。

(据《中国中医药报》)

经常犯困 小心6种疾病

犯困、嗜睡主要是大脑供血不足、相对缺氧所致。如果晚上在能保证7~8小时睡眠的基础上,白天依旧点头如捣蒜,就应该警惕这6种疾病了。

1.鼻炎

鼻炎会导致呼吸受阻,引发大脑缺氧不足,导致犯困。如不及时治疗,鼻炎还会引发睡眠呼吸暂停综合征,使得患者睡眠时氧气不足。

这类患者平时可对鼻局部及额面部进行热敷,以改善局部血液循环。

2.抑郁症

嗜睡只是抑郁症的一种非典型症状,而睡眠质量下降,是抑郁症的一种典型的表现。

大多数的抑郁症患者都会经历入睡困难、多梦、睡眠持续时间短、嗜睡等睡眠问题。

3.高血脂

高血脂患者的体内血液流动相对缓慢,影响红细胞的携氧能力,且高血脂在动脉内形成粥样硬化斑块,造成血管管腔狭窄,导致大脑缺血缺氧。

如果有人存在高血脂家族史、肥胖、高血压,已有冠心病、脑卒中、糖尿病、慢性肾脏病,或有长期大量饮酒、高脂、高糖饮食等危险因素,且经常犯困,应尽早去医院检查血脂。

4.心脏问题

疲劳、乏力是各种心脏病常见症状。心脏病会使血液循环不畅,新陈代谢的废物(主要是乳酸)积聚在组织内,刺激神经末梢,令人产生疲劳感。建议查查心脏,如做心电图、心脏彩超等。

5.贫血

乏力、困倦也是贫血的常见症状之一,还可能伴有头晕、头痛、耳鸣、眼花、注意力不集中等,患者最好到医院做一个血常规检测,明确诊断。

6.认知障碍

有的老人常常坐着就迷迷糊糊睡着了。频繁犯困或看着电视就睡着,常常是认知障碍症的早期表现,必须引起高度重视。

除了以上几种情况,有一位老年患者的病例比较具有典型性:这位70岁男性老人,每天除了吃饭,都在睡觉,还总感觉眼睛睁不开。经检查,其嗜睡症状是多发性脑梗死引起的。所以,老年人总想睡觉,有可能是疾病先兆,需要尽早就医。(据《老年生活报》)

没有症状的高血压 就不用治疗了吗？

高血压的症状因人而异,一部分早期高血压患者没有任何症状,或者症状不明显。因此,有些患者认为没有症状就不用治疗,是这样吗?

其实这是个很大的误区,有很多高血压的病人,他可能偶尔有点头晕,偶尔有点头痛,他没有在意,久而久之,他已经耐受了这种血压增高,所以他就完全没有症状,像我们临床当中见到甚至血压到过(高压)180/(低压)120毫米汞柱,病人依然没有症状,但是你再检查的时候,就发现他的心脏受损了,肾脏受损了,甚至出现了这种脑卒中的情况,所以没有症状,不代表没有危害,有血压高一定要及时就诊,及时用药。

担心药物有副作用,想降低血压又怕长期服用降压药伤身,这是许多高血压患者在治疗过程中都会遇到的问题。那么,这时又该怎么办呢?

如果诊断明确的高血压,该吃药就一定要吃药,很多人担心药物的不良反应,其实,药物第一它的剂量都很小,不会对身体有明显伤害,第二即便有些药物有一些不良反应,但是这些不良反应不是持续存在的,停药以后就能消失,所以我们可以换用其他的对个人来讲没有不良反应的药,你吃上药以后,会对你的心脑血管起到保护作用。(据《老年生活报》)