



6G 赛道开跑 西方还在纠结中国 5G

这两天,全球通信技术领域发生了两件事,一件是中国搭建了国际首个通信与智能融合的6G外场试验网,极大提高了通信系统性能;另一件是德国要在2029年之前将华为、中兴等中国通信企业的技术和零部件从该国的5G无线网络中移除,德媒宣称此举是考虑到“间谍活动”的危险,是“去风险”的一个步骤。

据媒体此前披露过的一份德国电信的内部文件称,该国更换中国通信企业的设备和零部件将需要花费5年的时间,总金额高达30亿欧元(约合237亿元人民币)。

这两件事形成了鲜明对照:已经全球领先的中国再接再厉向推动6G技术研发,一些国家还在纠结5G技术到底该用哪家公司的产品。

西方 9 国组建“6G 联盟”

德国此前愿意用中国的5G产品,道理很简单,因为中国的通信设备品质和服务更好、稳定性更高、价格也更公道,是市场竞争的自然结果。因此,尽管

美国就此不断向德国施压,但德国总体上还是作出了符合自身利益的选择。而最新的决定与其说是仔細审查后的结果,不如说是多方压力和国内政治博弈的产物。安全机构不断捕风捉影渲染所谓“中国间谍”问题,一些党派热衷于推行对华“去风险”政策,本应谨慎对待的5G问题被推向“禁用”这个所谓的“政治正确”之选。

在通信技术领域,不管是前沿技术开发,还是商用普及推广,中国无疑领跑全球。这给美国带来了很强的危机感,它盯上6G国际标准尚待确定这块空白,寄希望于组建“小圈子”闭门造车,制定一套自己的“国际标准”来挫伤中国已经取得的成果。今年2月,美国拉着加拿大、捷克、芬兰等9个国家组建“6G联盟”,但是没有中国参与的世界6G发展进程注定举步维艰。

揭穿西方“去风险”谬论

作为5G技术的延伸和升级,6G要依托于5G的技术积累和宏大的产业规模才有动力探索创新路

(据科技日报、环球网)

笔墨传经典 方寸见师心

陕西师大坚持18年毛笔手写录取通知书



入伏第一天,陕西师范大学再次以独特的方式迎接新生——由离退休老教授们用毛笔手写录取通知书。

陕西师范大学校长游旭群表示,毛笔手写录取通知书,陕西师大坚持了18年。18年的坚守,是文化的传承,是精神的传递,更是对教育事业的热爱与奉献。每一封录取通知书,都蕴含着对即将踏入陕西师大校门的学子们的深情祝福与殷切期盼。一撇一捺中,蕴含师者仁心。(文图据新华网)

万斯担任特朗普竞选搭档

曾说过特朗普坏话,如今“认错了”

美国前总统特朗普15日在共和党全国代表大会上获得足够多的党代表票,被正式提名为2024年美国总统选举共和党总统候选人。特朗普当天还宣布,已选择俄亥俄州联邦参议员詹姆斯·万斯作为他的竞选搭档。

综合英国、美国等多家媒体报道,万斯15日接受福克斯新闻主播肖恩·汉尼蒂采访,分享了关于特朗普当天早些时候打电话邀请他当美国共和党副总统候选人的细节。

据美国《新闻周刊》网站报道,万斯15日在采访中称,特朗普当天给他打电话正式邀请他当共和党副总统候选人,这“听起来很疯狂”,当时他儿子在一旁发出声音。“我感到很尴尬。然后他让我7岁的儿子接电话。”万斯称,特朗普目前遭枪击,但抽出时间跟他7岁的儿子聊天,“这是我永远不会忘记的时刻”。

《新闻周刊》网站提到,万斯2016年曾用重话攻击特朗普,甚至将他比作“希特勒”。上个月,万斯在

余名2024级新生手写录取通知书。

陕西师范大学校长游旭群表示,毛笔手写录取通知书,陕西师大坚持了18年。18年的坚守,是文化的传承,是精神的传递,更是对教育事业的热爱与奉献。每一封录取通知书,都蕴含着对即将踏入陕西师大校门的学子们的深情祝福与殷切期盼。

(据央视新闻)

据新华网、环球时报)

匈牙利主持的会议 欧盟高官称将抵制 匈方批评:为了私人政治目的

美联社15日报道说,匈牙利本月初接任欧盟轮值主席国以来,匈总理欧尔班与外国领导人举行一系列有关乌克兰问题的会谈使其欧洲伙伴感到“愤怒”,一些欧盟高官将抵制匈牙利主办欧盟理事会会议。

报道称,匈方质疑欧盟委员会做出该决定是基于政治考虑,批评其“为私人政治目的”,“出于意识形态和政治目的无视欧盟会作用”。

据此前媒体报道,自匈牙利7月1日接任欧盟轮值主席国以来,匈总理欧尔班先后访问乌克兰、俄罗斯、中国和美国,进行了旨在促成俄乌冲突结束的“和平使命”行程。美联社最新报道称,欧尔班此举引起一些欧盟领导人“愤怒”,他们称事先并未获悉欧尔班出席计划。

报道说,欧委会这一决定适用于匈牙利主办的欧盟理事会非正式会议,届时将派高级公务员代替欧盟委员会主席(现任冯德莱恩)等高官参会。

欧委会这一决定引起匈牙利方面质疑。美联社称,匈牙利欧盟事务部长博考15日在社交媒体上发帖批评称,欧委会“不能挑选它想要合作的机构和成员国”。博考质疑称,“现在(欧盟)委员会所有决定都是基于政治考虑吗?”

(据央视新闻)

巴基斯坦一军营遇袭 8名军人死亡

《纽约时报》采访时称,他“第一次见特朗普是在2021年”,不久后他就改变了对特朗普的看法,在他决定开启政治生涯和角逐参议院席位时,两人之间的关系变得亲密起来。

报道称,万斯15日在采访中将自己过去对特朗普的看法归咎于“媒体的谎言和歪曲说法”。“特朗普做得很好。实际上,我认为当你看待别人时,当你对他们的看法错误时,你应该承认错误,承认你错了,这是一件很好的事情。”万斯称。

声明说,实施这次恐怖袭击的是名为“哈菲兹·古尔·巴哈杜尔集团”的组织,该组织在阿富汗活动。

据新华社介绍,万斯出生于1984年,2022年当选俄亥俄州联邦参议员,并于2023年1月宣誓就职。他曾是特朗普的激烈批评者,但此后成为了特朗普的盟友。

(据新华网、环球时报)

据新华网报道,万斯还在采访中称,“10年前我说过一些关于特朗普的坏话,但我认为能再次承认自己错了其实很重要”。

据美国《新闻周刊》网站报道,万斯15日在采访中称,特朗普当天给他打电话正式邀请他当共和党副总统候选人,这“听起来很疯狂”,当时他儿子在一旁发出声音。“我感到很尴尬。然后他让我7岁的儿子接电话。”万斯称,特朗普目前遭枪击,但抽出时间跟他7岁的儿子聊天,“这是我永远不会忘记的时刻”。

《新闻周刊》网站提到,万斯2016年曾用重话攻击特朗普,甚至将他比作“希特勒”。上个月,万斯在

径,在这个层面,全球离不开中国。

至于所谓中国5G存在“网络安全风险”,世界上绝大多数明事理的人早已看明白,这只是美国打压中国公司的大棒,迄今没有任何一个国家证明中方设备存在安全隐患。

相反,那些跟随华盛顿的国家在应用5G问题上吃了不少哑巴亏。英国是最积极响应华盛顿号召、在本国5G建设中排除华为的国家之一,但英国运营商在5G方面不如欧盟运营商,伦敦在大都市排名中垫底而柏林排第一。英国对华为5G设备的禁令是其表现不佳的主要原因。

在通信技术领域,不管是前沿技术开发,还是商



度过难熬三伏天 中医专家划重点

7月15日进入“三伏”。今年“三伏”将持续至8月23日,合计40天。从2015年至2024年,已连续10年“三伏”都是40天。

三伏天是一年中气温最高的日子,也是最难熬的暑热关。记者请教全国名中医、浙江省中医院专家,给出此时养生的几个要点。

伏天人体易出汗导致脱水,适量补水是预防中暑的关键。然而,快速、大量饮水可能对心脏造成负担,尤其是冠心病患者。因此,建议采取小口慢饮方式,每次摄入100~150毫升,以温水为宜,避免过冷,这样有助于身体更好吸收。

同时,也可以选择喝点养生茶饮。全国名中医、浙江省中医院主任中医师陈意教授介绍,每种茶都有一定效用,选择时,要分清体质,如热性体质的人,宜选用性寒的茶饮,而虚寒体质则适用性温的茶饮,性平的则大多可选用。

陈意指出,养生茶虽好,如果把握不准自己的体质,还是建议请中医师辨体辨证,然后有针对性地饮用,更为稳妥。

(据《浙江老年报》)

夏日炎炎,有一种“0元养生”火了,社交媒体上不少人分享晒背经历。省中医院针灸科副主任中医师洪寿海表示,夏天阳光充足,晒好太阳,确实可防病治病,尤其适合阳虚、阳气不足的中老年人。

洪寿海介绍,炎热夏天,将后背暴露在阳光下,能促进身体内气血循环,对于疏通经络效果较好。同时,在充足日照下,人体肾上腺素、甲状腺素及性激素分泌水平都会有所提升,有助改善情绪低落、精神抑郁等问题。晒背还可调节人体生物节奏,有助夜间睡眠。

但医生提醒,晒背应适度,每天半小时为宜,选择紫外线较弱的9~10时或16~17时。穿着以透气为主,避免黑色衣物,以防过热。晒至微汗即可,避免过度出汗损伤阳气。若出现头晕等不适症状,应立即停止。晒后适量饮用温开水,避免冷饮,以防寒气侵袭。晒后不宜立即进入空调房间,以免血管急速收缩影响健康。

(据《浙江老年报》)

伏天,立秋后的第一个庚日起为“末伏”,总称为“三伏”。由于夏至与第一个庚日之间的天数几乎每年都不一样,所以与“三庚”的天数也不是固定的。当夏至与立秋之间出现4个庚日时中伏为10天,出现5个庚日则为20天,所以“中伏”到“末伏”有时为10天,有时为20天。

(据新华社)

○知多点 “三伏”如何计算?

我国古代采用“干支纪事”计年、计月、计日、计时。十个天干分别是“甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸”;十二地支分别是:“子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥”。由于天干是10个,所以每隔10天就会出现一个庚日。

传统的推算方法规定:夏至后的第三个庚日

起为“初伏”,从夏至后的第四个庚日起为“中

哪些疾病适合“冬病夏治”

中医专家介绍,“三伏”是“冬病夏治”的好时机,部分人群在此期间进行敷贴“三伏贴”、艾灸等治疗,能够有效防治虚、寒类疾病。

中国中医科学院西苑医院苏州医院执行院长高铸碑说,“冬病夏治”是利用夏季气温高,在人体阳气较旺盛时,治疗因阳不足、寒气太盛而易在冬季(气候寒冷时)发生或加重的疾病,通常“三伏天”里人体阳气最为旺盛,治疗效果更好。

适合“冬病夏治”的疾病有以下几类:呼吸系统疾病,如慢性支气管哮喘、慢性支气管炎、慢性咳嗽、反复感冒、慢性过敏性鼻炎等;消化系统疾病,如慢性胃炎、慢性胃炎、胃痛等;风湿骨病,如关节炎、骨质增生、颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出等;小儿体虚易感冒、反复咳嗽、厌食、遗尿等;部分虚寒妇科病,如痛经、受凉后反复发作的盆腔炎等。此外,部分心绞痛、阳虚寒凝患者也可“冬病夏治”。

“冬病夏治”通常采用哪些方法?人们最熟悉的当数“三伏贴”。高铸碑说,根据中医理论,夏季人体阳气在表,宜以养阳为主,此时毛孔开泄,运用敷贴,可使腠理宣通,驱使体内风、寒、湿邪外出。

“不止‘三伏贴’,内服中药、艾灸、拔罐、刮痧等也是‘冬病夏治’的常用方法,它们均以鼓舞正气来使药物疗效得到最大程度发挥。”高铸碑说。

“冬病夏治”虽然对虚、寒类疾病有良好的防治效果,但并非所有人都适合。专家提醒,以下几种患者不宜“冬病夏治”:患非虚、寒引起疾病的患者,尤其是患湿热引起疾病的患者,有严重皮肤病和皮肤过敏者以及有出血倾向者,有糖尿病且血糖控制不理想者。

(据《老年生活报》)

两个时段易发胖 与饮食叠加有关

网上有说法称,发胖是有时间的,熬过一天中容易发胖的时段,瘦下来就容易多了。这个说法靠谱吗?今天,就为大家具体解析。

○“发胖时刻”与饮食叠加有关

所谓“发胖时刻”指的是10~11时,以及16~17时这两个时间段。

专家表示,“发胖时刻”并不是因为某个固定时间点吃东西一定会发胖,或不吃东西都会发胖,而是这个时间段更容易产生饥饿感。如果此时再进食较多,过1个多小时又该吃饭了,饮食叠加就会导致热量超标,体重增加。

○两个方法控制饥饿感

难忍饥饿感是导致减肥失败主要原因之一。

专家推荐两个控制饥饿感的方法:每餐要保证一定量粗纤维,胃容易得到饱感;尽可能把锻炼时间放在晚饭前进行,运动后喝点水,食欲就不会太强,“晚吃少”就比较容易做到了。

此外,在饮食方面还应注意以下几点。

每顿饭吃到七分饱即可,吃饭按照“先吃菜,再吃蛋白质,最后吃主食”的顺序。

吃饭时细嚼慢咽,一口主食至少嚼5下,不要汤泡饭,待有饱腹感后就放下筷子。

○每天做好四件事

专家表示,想要保持健康体重,每天做好以下4件事很关键。

每天吃早饭。建议9时之前吃完早餐,此时新陈代谢最旺盛。早饭必须有一定量蛋白质,这样消化起来慢,一天中不断有能量供应。

每天称体重。若因大吃或懒于运动导致体重增加,可立即通过饮食、运动控制。

过午少食。一天大部分能量和营养摄入放在早餐和午餐,晚餐应少吃、早吃,并保持清淡。

坚持运动。光靠控制饮食,饥饿感强烈,也不易坚持,因此结合运动非常重要。

需要提醒的是,减重速度并非越快越好。世卫组织建议,非专业人员指导的自行减重,平均每周下降不超过0.5~1千克。

(据CCTV生活圈)

○好在常规抗生素就能治

“食人菌”可以引起多种感染,但值得庆幸的是,目前像“食人菌”这种A族链球菌对多种常规抗生素,如青霉素、阿莫西林、头孢类等仍非常敏感。在我国,经验性使用抗生素治疗在某种程度上或可抑制“食人菌”的感染传播。

值得注意的是,患者一旦确诊,需要在专科医师的指导下足量、全程完成抗感染疗程,降低复发及耐药风险。

如何预防“食人菌”感染?目前国内尚无病例,公众无需恐慌。良好的卫生、咳嗽礼仪和保持社交距离可以减少各类型链球菌的传播,易感人群如儿童或基础疾病较多的老年人要适当防护,如出现高烧、受感染的皮肤伤口剧烈疼痛或呼吸困难等症状,应当立即去医院就诊。

(据《北京青年报》)

频上热搜的“食人菌”何以“食”人?

感染48小时可致命、致死率高达30%、日本今年已确认感染1144例……俗称“食人菌”感染症的链球菌中毒休克综合征登上新闻热搜。我们作为日本国民,“食人菌”对我们是否有健康威胁呢?今天,检验科医务人员就来为您揭开“食人菌”的“真面目”。

○“食人菌”不是啥新病原

“食人菌”并非新病原,而是一种链球菌,链球菌属根据其溶血性分为甲型溶血性链球菌、乙型溶血性链球菌和丙型溶血性链球菌(不溶血),引起肺炎的肺炎链球菌属于α溶血性链球菌,而“食人菌”属于乙型溶血性链球菌。链球菌又可分为A-H、K-T等18个血清型,“食人菌”属于A族链球菌,又叫化脓性链球菌。

“食人菌”可以侵入人体软组织和肌肉,造成肌肉组织的坏死,也就是所谓的食肉病。本次在日本流行的GAS菌株更容易导致中毒性休克综合征(STSS),引起非常严重的全身感染症甚至死亡,所以才会有“感染48小时可致命”“致死率高达30%”等各种新闻标题。这一菌株既往曾在比利时、丹麦、德国、葡萄牙等多国报道,但目前国内仍无相关报道。

○三类高危人群注意提防

“食人菌”一般经