

晚生成早到达,今年1号台风“蝴蝶”追踪

新华社记者 黄彦

中央气象台12日发布台风黄色预警，今年第1号台风“蝴蝶”可能于13日凌晨到上午在海南陵水至乐东一带沿海登陆(强热带风暴级，10至11级)。“蝴蝶”有什么特点?后续发展情况如何?公众应该怎么防御?记者采访了相关专家。

生成时间偏晚，登陆时间较早

气象上通常将当年西北太平洋及南海生成的首个编号台风称为“初台”。统计显示，每年1号台风生成的时间分散在1月至7月。1979年的“初台”在元旦当天就生成了，而1998年的“初台”则直到7月9日才出现。常年平均“初台”生成时间为3月25日，从这个角度看，今年第一个台风有点姗姗来迟了。

“今年‘初台’来得晚主要受两方面因素影响。一是今年4月以来副热带高压整体偏强偏西，台风源地盛行下沉气流，抑制了台风生成;二是今年热带辐合带位置偏南，

导致对流发展较差。”中央气象台首席预报员董林说。

但从另一个维度看，“蝴蝶”也是一个早到的台风。如果“蝴蝶”在13日前后登陆我国，其登陆时间则比平均登陆我国的“初台”时间早14天(常年为6月27日)。

可能二次登陆，局地将有特大暴雨

根据预报路径，“蝴蝶”在海南岛沿海首次登陆后，可能于14日白天在广东西部到广西沿海再次登陆，届时强度仍将维持在强热带风暴级，登陆后转向东北方向移动，强度逐渐减弱。

受“蝴蝶”和西南季风叠加影响，12日至14日华南大部将有大到暴雨，局地大暴雨或特大暴雨。南海大部、北部湾、琼州海峡、西沙群岛、南沙群岛、中沙群岛、广东沿海、海南岛沿海、广西沿海将有6至8级风，阵风9至10级，台风中心经过的附近海域阵风可达12至13级。

董林说，“蝴蝶”是典型的南海台风，结构不对称，深对流主要位于台风的南侧和西侧，台风与西南季风相连，降雨范围大、影响时间长，容易引发山洪、泥石流等次生灾害。

“主要降雨时段在13日至14日，受影响地区最大小时雨强为30至70毫米。”董林说，海南岛、广西东部、广东、江西南部、福建东南部等地部分地区降水量将达100至250毫米，局地可能超过400毫米。

专家表示，“蝴蝶”未来的路径还有一定不确定性。由于其所在位置处于高层南亚高压南侧的偏东气流中，路径有进一步向西调整的可能。如果台风从海南西部沿海北上，华南地区的风雨影响时间会更长。

做好充分准备，坚持风雨同防

“蝴蝶”登陆我国后，可能北上影响多地，过程具有影响范围广、持续时间长、累计雨量大的特点。

11日8时至12日6时，海南、广东等地部分地区已出现较强降雨，海南琼中和五指山、广东肇庆等地局地现大暴雨。

目前，各地各部门已部署相关防御措施。国家防总11日对广东、海南启动防汛防风四级应急响应，并派出2个工作组分赴广东、海南协助指导。

海南省组织渔船11日前全部回港避风，预泄预降水库蓄水位，针对积水路段和漫水桥安排专人看守，排查地质灾害隐患，协调搜救船艇、飞机做好救援准备。广东省提前部署防范应对，组织受影响海域作业渔船回港避风、作业人员上岸避险。

气象专家提醒，受影响地区需高度关注台风动向和风雨预报，及时做好防风台风准备。当下旅游出行人员逐渐增多，公众应密切关注气象部门发布的最新预报和预警信息，及时调整出行计划，避免前往山区、海岛、沿海等危险区域。

(新华社北京6月12日电)

在建世界第一高桥成功拆除猫道

新华社贵阳6月12日电(记者 向定杰)12日,随着最后一根承重绳下放到位,贵州花江峡谷大桥的猫道拆除完毕,标志着这座在建世界最高桥又完成一个重要施工节点,为9月底具备通车条件奠定坚实基础。

猫道是悬索桥施工时的平台,挂在主缆下方。因工人高空作业时,行走姿态与猫步相似而得名。作为临时辅助设施,一般在大桥基本完工后拆除。花江峡谷大桥的两条猫道净宽4米,单幅总长2264米,最高点距离江面近800米,是目前世界最高的猫道。

“再见咯!”在施工现场,工人魏华良和同事一起盘着最后一根承重绳,不免发出感慨。“一趟大概是2公里多,经常一个来回,步数就上万了。”在猫道上走了一年多的他说。

对工人而言,在这座“天梯”上,不仅要“云中漫步”,还要“高空整活”。借助猫道,施工人员先后完成了索股牵引、吊索安装、主缆编织、防护涂装等一系列工序。

花江峡谷大桥是贵州六安高速公路的关键控制性工程,全长2890米,桥墩最大高度262米,主桥跨径1420米,于2022年1月正式开工。这座钢桁梁悬索桥建成后将成为新的世界第一高桥。

截至目前,大桥主塔下构、引桥、索鞍、索夹、吊索、钢桁梁、桥面板、主缆钢丝、主缆防护及主缆检修道已施工完毕,正在进护栏安装、桥面铺装及观光电梯施工。

贵州交投集团所属桥梁集团六安高速8标项目经理吴朝明说,花江峡谷大桥还将配套建设云渡服务区、悬崖民宿酒店、观光电梯、观景长廊、玻璃栈桥式餐厅、高空观景水吧、极限运动、锚锭攀岩等桥旅融合项目,这些设施也将与大桥一起投入使用。

中国240小时过境免签政策适用国家扩展至55国

新华社北京6月12日电(记者 任沁沁)国家移民管理局12日发布公告,自2025年6月12日起,印度尼西亚公民可适用240小时过境免签政策便捷来华,中国240小时过境免签政策适用国家增至55国。

目前,印度尼西亚、俄罗斯、英国等55国人员持有效国际旅行证件和确定日期及座位的联程客票,从中国过境前往第三国或地区,可从北京、上海等24个省(区、市)60个开放口岸中的任一口岸免签入境,并在规定区域停留活动不超过10天。停留期间可从事旅游、商务、访问、探亲等活动,工作、学习、新闻采访等需事先批准的活动仍应办妥签证。

据国家移民管理局相关负责人介绍,将印度尼西亚增加为240小时过境免签政策适用国家是深入贯彻中央周边工作会议精神、加强我与东盟国家交流合作的重要举措,有助于提升中印尼两国合作交往良好势头,推动贸易、投资更加便利高效,促进文明互鉴和民心相通。下一步,国家移民管理局将持续深入推进移民管理制度型开放,不断优化移民出入境便利政策,持续提升外国人来华旅行、生活便利度,以更加优质的管理服务措施欢迎更多外国朋友来到中国。

使用寿命超18万小时！我国科研人员研制出超稳定钙钛矿发光二极管

新华社合肥6月12日电(记者 戴威)近日,中国科学技术大学肖正国教授研究团队在提高钙钛矿发光二极管(LED)寿命方面取得了重要进展。他们提出了一种被称为“弱空间限域”的新方法,制备出了晶体颗粒更大、更耐高温的全无机钙钛矿薄膜,成功将LED亮度提高到116万尼特以上,使用寿命超过18万小时。相关研究成果发表在《自然》期刊上。

钙钛矿是一种性能优越的新型材料,具有高发光效率、成本低廉和制作灵活的优点,在太阳能电池、LED和探测器中应用前景广泛。然而,由于传统的钙钛矿材料中,电子和空穴(负责发光的电荷)难以有效碰撞发光,因此科研人员之前多采用“强空间限域”的方法——例如制作非常小的纳米颗粒或极薄的材料层,来提高发光效率。但这种方法的缺点是LED很难达到高亮度,而且使用寿命短,通常只能持续工作数小时,现实生活中难以落地应用。

为解决这一难题,研究团队提出一种

完全不同的策略——“弱空间限域”。他们在钙钛矿材料里添加了特定的化合物,即次磷酸和氯化铵,通过高温退火工艺,制备出晶体颗粒更大、缺陷更少的新型钙钛矿薄膜。这种新材料内部更加有序,避免了传统方法制备出的小晶体所带来的缺陷问题,极大地提升了LED的稳定性和亮度。

研究表明,在效率方面,这种新型钙钛矿LED的发光效率超过22%,与商业化显示产品的发光效率持平。与目前市场上的主流商用OLED或LED屏幕相比,新型钙钛矿LED的极限亮度达到了116万尼特。人们日常使用的显示屏最高亮度通常在数千尼特以内,所以按照正常亮度100尼特计算,新型钙钛矿LED理论上能使用超过18万小时,已经达到商业化LED产品的广泛应用标准。

研究人员介绍,这项突破性技术不仅成功克服了以往钙钛矿LED在效率和稳定性上难以兼得的技术瓶颈,更有望在未来广泛应用于高端显示屏、超高亮度照明等领域。

轻松察觉青少年烦躁失眠心理信号

是其他心理疾病的症状之一。失眠的表现形式多样,常表现为入睡困难、辗转反侧难以进入睡眠状态;睡眠维持困难,即使能够入睡,孩子也可能会在夜间频繁醒来且难以再次入睡;早醒,苏醒时间提前且不能再入睡。焦虑、抑郁等负面情绪是导致失眠的主要因素,孩子可能因为对未来的担忧、对人际关系的焦虑等而入睡困难。不良的生活习惯,如熬夜、过度使用电子设备等,也会导致失眠,蓝光会抑制褪黑素的分泌,影响睡眠质量。家庭环境的紧张、学校的压力等都可能导致睡眠问题。

烦躁和失眠往往是心理问题的早期信号,家长和教师需要密切关注孩子的这些表现,及时识别潜在的心理问题。有研究表明,6-12岁是心理问题干预的黄金窗口期,早期行动可以降低75%的青少年期心理疾病风险,因此,早期识别和干预对于儿童

青少年的心理健康至关重要。家长和教师应该密切关注孩子的情绪变化,特别是持续两周以上的情绪低落、易怒或过度焦虑等表现。孩子的行为变化也是重要的信号,例如,孩子突然尿床、咬指甲等婴幼儿期行为重现,或者拒绝上学、逃避社交活动等。定期进行心理健康检查是早期识别的重要手段,通过专业的心理评估工具,可以及时发现孩子的潜在心理问题。

当发现孩子出现烦躁、失眠等心理问题的早期信号时,家长和教师需要采取科学的干预措施,帮助孩子恢复心理健康。对于家长来说,应该尽量避免说教的措辞,可以用“我注意到你最近……”的句式开启对话,给予孩子情感接纳,语气也要尽量做到平和与耐心。必要时家长还需改变自身的态度,调整教育方式,避免因只以学习成绩作为唯一评价标准,而是要把更多的精力放

解码核医学辐射

第三道密码:动态生物防护

人体自身就是精妙的辐射防御系统。骨髓中的造血干细胞、肠道上皮细胞等辐射敏感组织,通过持续的细胞更新实现自我修复。

当接受治疗剂量辐射时,这些组织会自动启动修复机制,而现代靶向药物则将辐射精准限定在病灶区域,形成“局部战场”。

辐射防护的科学逻辑

一、时间—距离—屏蔽法则
辐射防护遵循经典物理定律:接触时间缩短一半,辐射影响就减少50%;与放射源距离增加一倍,辐射强度下降为四分之一;5cm厚度的铅屏可阻挡99%的γ射线。这些原理被转化为具体的防护措施:快速完成检查、使用长柄工具操作放射源、检查室墙壁内置铅板等。

二、身体的智慧应答

面对微量辐射刺激,人体细胞会启动适应性反应。低剂量辐射可激活DNA修复酶系统,这种“辐射疫苗效应”在核医学工作者群体研究中得到证实:长期接触低剂量辐

无痛分娩 母爱最温柔的起点

动功能的影响,许多产妇在接受无痛分娩后仍能在床上活动,甚至有些可以在助产士的帮助下行走。药物剂量可以精确调控,既确保镇痛充分,又保留产妇在第二产程配合用力的能力。

值得注意的是,无痛分娩的目标是减轻疼痛而非完全消除感觉。适度的感觉保留有助于产妇感知宫缩,配合医护人员指导用力,大多数接受无痛分娩的产妇描述她们的体验是“从难以忍受的剧痛变为可以控制的压力感”,这种状态既缓解了痛苦,又不会完全剥夺参与分娩过程的体验。

关于无痛分娩,最常见的担忧莫过于其安全性。事实上,经过半个多世纪的临床实践和不断改进,现代无痛分娩技术已被证明是安全可靠的医疗手段。美国妇产科医师学会明确指出,无痛分娩不会增加剖宫产率,也不会对胎儿造成不良影响。

对母亲而言,硬膜外麻醉的并发症发生率极低。可能出现的副作用包括暂时性低血

压、轻微头痛或局部穿刺点不适,严重并发症如神经损伤或感染极其罕见。还有大家最关心的一个产后腰痛问题,其主要与孕期间脊柱负荷增加和分娩时韧带拉伸有关,研究显示,接受与未接受无痛分娩的产妇,产后腰痛发生率相似。相比之下,无痛分娩带来的益处更为显著:减轻疼痛应激反应,降低因过度通气导致的酸碱失衡风险,为产程延长或需要器械助产的产妇提供更好的配合条件。

对胎儿来说,无痛分娩同样安全。硬膜外使用的药物极少进入母体血液循环,更不用说通过胎盘到达胎儿。大量研究显示,无痛分娩不会增加胎儿窘迫、低Apgar评分或新生儿入住NICU的风险。相反,通过减轻母体应激反应,改善子宫胎盘血流,可能对胎儿更为有利。

无痛分娩为某些高危妊娠产妇提供了额外保护,对于子痫前期产妇,硬膜外麻醉有助于控制血压;对心脏病或呼吸系统疾病

在孩子的努力而非结果上。从学校层面来说,应该加强心理健康教育,帮助学生了解心理健康知识,掌握情绪调节技巧;还可以定期评估学生的心理健康状况,及时发现潜在问题。对于已经出现中重度抑郁、焦虑等心理问题的孩子,需要在精神科医生的指导下规范用药,并积极地采用心理治疗方法,帮助孩子改善负面思维。儿童青少年的心理健康不仅需要家庭、学校的关注,还需要社会的支持,政府应该加快医教融合,建立学校——医院转诊绿色通道,扩大基层精神科资源。通过科普宣传减少病耻感,鼓励“心理体检”常态化,提高公众对心理健康的重视程度。

儿童青少年的心理健康问题早发现、早干预是关键。烦躁和失眠是心理问题的早期信号,家长、教师和社会需要共同努力,密切关注孩子的这些表现,及时采取科学的干预措施。通过家庭、学校和社会的携手合作,我们可以为儿童青少年筑起心理健康的“防护网”,帮助他们健康成长。(皖西卫生职业学院附属医院 唐新龙)

射的医务人员,其染色体畸变率并未显著升高,反而展现出更强的抗氧化能力。

未来已来:更安全的核医学时代

一、分子影像革命

新一代PET/MRI融合设备将辐射剂量再降低40%,同时获得更清晰的软组织结构图像。放射性示踪剂研发进入纳米时代,铁蛋白载药系统、DNA折纸载药技术等创新,让药物在肿瘤部位的富集度提升10倍以上。

二、人工智能护航

深度学习算法正在重塑核医学安全体系:AI剂量预测系统可根据患者体重、年龄自动优化方案;图像重建算法用1/3的原始数据就能生成高清图像;辐射暴露预警系统能提前3小时预测设备异常。

站在核医学检查室的铅玻璃门前,我们看到的不仅是物理意义上的防护屏障,更是凝聚着数代科学家智慧的生物安全防护线。从宇宙大爆炸时诞生的辐射,经过人类文明的淬炼,最终成为守护健康的利器。当理解取代恐惧,当科学照亮未知,我们便能以更从容的姿态,拥抱这项延续生命的现代魔法。

(安徽中科康玖医院核医学科 范玥)

产妇,可减少疼痛带来的心肺负担;对产程较长的产妇,无痛分娩能避免体力过度消耗。这些情况下,无痛分娩不仅是舒适选择,更是医疗必需。

了解无痛分娩的具体实施过程有助于消除不必要的紧张。整个过程由专业麻醉团队操作,通常需要20-30分钟完成。首先麻醉医生会详细询问病史,检查背部皮肤和脊柱情况,评估凝血功能,当符合条件后,产妇会被安置为侧卧位,背部消毒后铺无菌巾。接下来进行硬膜外穿刺的操作,整个操作过程中会严格遵守无菌原则,过程中产妇可能会感到酸胀,但少有锐痛,有任何疑问可随时告知医生,但应避免突然移动。穿刺成功后,会先给予试验剂量,确认位置正确后,开始持续输注药物。镇痛效果通常会在10-20分钟内逐渐显现,麻醉医生会根据疼痛控制情况和产程进展调整药物剂量。

分娩是女性生命中的特殊旅程,而疼痛不应成为这段旅程的唯一记忆。无痛分娩为准妈妈们提供了更多一种选择,让分娩过程少一些痛苦,多一份安宁。(六安市人民医院 杨少杰)

脾胃问题如腹胀、疲倦等,往往在西医检查中难以找到确切病因,而中医则认为这可能与“脾”的运化功能失调有关。西医注重结构和生化反应,中医强调整体平衡和气血调理,两者结合,不仅能够解释这些看似无源的症状,还能提供更为全面的治疗方案。通过中西医结合探索脾胃奥秘,我们能更精准地识别健康问题的根源,采用包括饮食调整、药物治疗在内的多种手段,促进身体的整体和谐。

西医看消化 中医看“运化”

在现代医学体系中,脾胃被视为一个负责食物摄取、分解、吸收和代谢的消化系统。胃是储存和初步处理食物的地方,而小肠则是营养吸收的主要场所,这一过程主要依赖于酶的作用和肠道菌群的平衡,但是在中医理论中,“脾”的角色远比解剖意义上的脾脏要广泛得多,它不仅承担着对食物的转化功能,还被视为人体“后天之本”,掌控着“运化”,即把饮食中的水谷精微转化为气血津液并输送到全身各个部位。这种“运化”不仅仅是营养的吸收,还包括能量的生成、水分的分布以及免疫系统的调节等多个层面,所以西医强调器官的功能性结构和生化反应,而中医则更关注整体状态的协调与动态平衡,例如当一个人食欲减退、腹胀便溏、疲倦乏力时,西医可能查不出明确病因,而中医却能从“脾气虚”角度进行辨证施治。

腹胀可能是“脾气罢工”

很多人经常感到胃部不适、腹胀暖气,甚至长期觉得胃里像压了一块石头,但做了胃镜、腹部B超等检查后,医生却说“没有器质性病变”,这类情况在西医常被归为功能性消化不良或胃肠道动力障碍,而在中医看来,这很可能是“脾气虚弱”导致的“运化失职”。中医认为,“脾主运化”,如果脾气不足,就无法推动水谷精微正常运转,使得食物停滞在胃肠,产生积滞、湿阻等问题,进而引发腹胀、食欲不振、大便不成形、疲倦无力等症状。虽然这些症状没有形成溃疡、肿瘤或其他结构性病变,但却真实存在,并且严重影响生活质量。中医通过舌苔厚腻、脉象细弱、面色萎黄、精神不振等表现,能够判断“脾虚”程度并据此提出“健脾益气”“理气消食”等治疗策略,这种基于整体功能状态的诊断方式,正好弥补了现代医学在早期功能紊乱阶段难以识别的短板,也为患者提供了更为个性化的调理方案。

胃镜+舌诊:双倍“放大镜”锁定病灶

在临床实践中,中西医结合诊疗脾胃疾病的一个重要体现就是将现代医学的胃镜检查与传统中医的舌诊相结合。胃镜作为现代医学的重要工具,可以直接观察胃黏膜的状态,如是否存在炎症、糜烂、溃疡、息肉甚至癌前病变,是一种非常直观、精准的诊断手段,但是它也有局限,比如无法解释一些患者的主观症状,如长期腹胀、隐痛、反酸、烧心等。而中医的舌诊,则是通过观察舌体的颜色、形态、舌苔的厚薄来推断体内脏腑功能的变化,尤其是对脾胃状况的反映尤为敏感,例如舌苔白厚腻多提示湿浊内蕴,舌红少苔常见于阴虚火旺,舌淡胖有齿痕则多见于脾虚湿困。将两者结合起来,就像是给诊断加了一副“双焦点放大镜”,既能看清表面病变,又能洞察内在机理,例如一位患者胃镜显示慢性浅表性胃炎,同时舌苔白腻、舌体胖大,那么治疗上就可以兼顾清热祛湿与健脾益气,提高疗效。

1+1>2的养胃混搭术

在日常调理脾胃的过程中,现代医学常用微生态制剂如益生菌来改善肠道菌群失衡,促进消化吸收;而中医则擅长通过温和的食疗方式,如用山药、莲子、茯苓等食材熬粥,以健脾养胃、补中益气;将这两者结合起来,往往能发挥出比单一疗法更好的效果。益生菌可以调节肠道微生态环境,抑制有害菌的过度繁殖,增强肠道屏障功能,改善因菌群失调引起的腹胀、腹泻或便秘等问题;而山药粥富含淀粉酶和黏蛋白,能够温和滋养胃黏膜,促进修复,同时含有健脾止泻的作用,正好可以弥补益生菌在中医理论中偏凉的特性,避免引起腹泻或其他不适。这种中西医结合的混搭式养胃方法,既结合了现代科学的技术成果,又保留了传统食疗方式的温和优势,特别适合同慢性胃炎、功能性消化不良、术后恢复期等人群。

(合肥工业大学医院 内科 张菊红)

