

未来三天可能出现地磁暴有何影响

记者从中国气象局国家空间天气监测预警中心获悉,北京时间11月5日晚间19时19分以及11月6日清晨06时07分,太阳再次耀斑两连暴,最大强度分别为M7.4和M8.6级,并伴随较为明显的日冕物质抛射(CME)。

受此影响,未来三天可能发生较强地磁活动。我国北方大部都有机会看到极光,黑龙江漠河、新疆、内蒙古等地甚至有机会出现红绿复合极光。

未来三天或现中等甚至大地磁暴

据介绍,此前,北京时间11月5日凌晨太阳连续两次爆发耀斑,峰值时间分别出现在01时34分和06时01分,两次爆发强度分别达到X1.8和X1.1级。

此次耀斑发生之后,还引发了太阳的连锁反应,大量的太阳等离子体物质被喷射而出,形成了日冕物质抛射(CME)过程。这些物质携带着太阳的磁场能,以几百公里每秒的高速飞离太阳,沿着一个近似的球面向外传播,如果地球处在这个抛射面上,就有可能与其相遇,并在两者磁性相反传导进入大气层的情况下,最终引发地球磁场的快速变化,也就是地磁暴。

国家空间天气监测预警中心6日上午发布的未来三天空间天气预报显示,预计未来三天,太阳活动水平中等到高,爆发M级以上耀斑的可能性大。预计未来三天,受日冕物质抛射(CME)影响,可能出现中等甚至大地磁暴。

受此影响,我国北方大部都有机会看到极光,黑龙江漠河、新疆、内蒙古等地甚至有机会出现红绿复合极光。

地磁暴有哪些影响?会影响身体健康吗?

据国家空间天气监测预警中心科普,在地磁暴期间,地磁变化会影响航天活动、地质勘探、信鸽飞行等。例如,对于飞行在大气层平流层底部高度区域的飞机,会面临通讯环境变差和跨极区辐射的双重风险。磁暴期间造成的地磁强度和倾角的变化则会给信鸽这类依靠地磁导航的动物带来麻烦。

地磁场的剧烈变化还会导致空间电场的变化,产生异常电压,在长距离的导电网路上这种电压可达上万伏特。电力系统、石油管道等都可能受到极大的影响。磁暴还可能引起电离层扰动甚至电离层暴,进而影响到依赖于无线电波的大部分技术系统。

不过,磁暴对人类而言没有影响,不用过分担心。国家卫星气象中心(国家空间天气监测预警中心)主任王劲松此前在中国气象局发布会上表示,地磁暴事件虽然对航天器运行会产生一定影响,但对于人们身体健康和日常生活的影响微乎其微。公众可保持平常心,科学看待空间天气事件的影响。

本报综合消息

教育部等六部门:完善高校教师评价改革

新华社北京11月5日电(记者 王鹏)记者11月5日从教育部获悉,近日,教育部等六部门联合印发《关于加强新时代高校青年教师队伍建设的指导意见》,提出完善高校教师评价改革,加大对青年教师的引导支持力度,突出创新能力、质量、实效、贡献导向,科学确定评价指标,科学设置考核周期,客观评估个人与团队贡献,强化激励创新、审慎包容的评价导向。

指导意见提出,加强青年教师科研项目完成质量和成果应用评价,改变简单以量化指标评价科研水平,完善同行专家评议机制,推进代表性成果评价制度。坚持科研自立自强,鼓励青年教师在国内学术刊物上发表论著。合理设置高校评价标准,不把人才称号作为高校评价指标,淡化论文和奖项数量指标,避免层层分解为青年教师考核评价指标。

在优化教育教学评价方面,指导意见明确,强化青年教师教书育人责任感,注重教学业绩在聘期考核、职称评聘、绩效分配及评奖评优中的运用,加大课程建设、教材编写、教学改革等成果在教师评价中的权重,促进青年教师将最新科研成果融入教学。

指导意见还提出,推进高校薪酬制度改革,扩大高校薪酬分配自主权,支持探索年薪制、协议工资、项目工资等分配方式,鼓励采取多种办法提高青年教师待遇。减轻非教学科研负担,减少安排青年教师从事一般行政事务性工作。

商务部:中方将不断优化许可流程 促进出口管制物项合规贸易

新华社北京11月6日电 商务部新闻发言人何亚东6日表示,中方愿与各方加强沟通合作,将不断优化许可流程,积极适用通用许可等便利化措施,促进出口管制物项合规贸易。

在商务部当天举行的例行新闻发布会上,有记者问:白宫11月1日发布的报告提到,中国将对部分稀土元素发放一般性出口许可证。外界注意到,这一表述与中国商务部发布的新闻稿似乎有所不同,后者仅提及10月9日公布的出口管制措施。请问中方对此有何评论?何亚东对此作出上述回应。

何亚东说,稀土等相关物项具有明显的军民两用属性,中方依法依规开展许可审查,对符合规定的申请予以许可。中方多次强调,愿与各方加强沟通合作,将不断优化许可流程,积极适用通用许可等便利化措施,促进出口管制物项合规贸易,保障全球产业链供应链安全稳定。

在回应安世半导体相关问题时,何亚东说,中方本着对全球半导体产业链稳定与安全的负责任态度,已及时批准中国出口商的相关出口许可申请,并对符合条件的出口予以豁免,努力促进安世半导体(中国)恢复供货。中方希望,荷方从维护中

荷、中欧经贸关系大局和产供应链稳定与安全的角度出发,以负责任的态度与中方相向而行,停止干涉企业内部事务,为安世半导体问题找到建设性解决方法。

谈及中国是否会撤销对美国美光公司的禁售?另外是否会暂停将韩华海洋旗下的5家公司列入不可靠实体清单的举措?何亚东表示,商务部已就中美吉隆坡经贸磋商联合安排发布相关信息,介绍了磋商达成的主要成果共识,涉及芬太尼关税和执法合作、农产品贸易、美对华海事物流和造船业301措施等方面。中美双方已就关税调整发布了官方文件。



铜陵长江三桥正式通车

11月6日,车辆行驶在正式通车的铜陵长江三桥上(无人机照片)。

11月6日,由中铁大桥局施工的铜陵长江三桥正式通车。该桥是我国首座双层斜拉—悬索协作体系大桥,路线全长11.9公里,具有高速公路、城际铁路、货运铁路三种过江功能。

新华社发(储著传摄)

我国科学家团队揭示抑郁症治疗新机制

新华社北京11月6日电(记者 侠克)抑郁症是全球主要的精神疾病之一,影响着数亿人的生活。北京时间11月6日,我国科研团队在国际顶级学术期刊《自然》上发表研究成果,首次揭示氯胺酮和电休克疗法这两种快速强效抗抑郁疗法背后的共同作用机制——腺苷信号通路,为开发新一代基于腺苷信号调控且副作用更小的抗抑郁疗法提供了坚实的理论和明确的靶点。

据介绍,氯胺酮和电休克疗法是目前针对难治性抑郁患者较为有效的干预手段,这两种疗法能在数小时内带来快速且强劲的疗效,但其作用机制尚未明确,且伴随着致幻、认知损伤等副作用风险,限制了其广泛应用。探索现有抑郁症疗法背后的

原理机制,进而开发出更优的治疗策略,成为了抑郁症研究领域的重中之重。

面对这一长期困扰医学界的难题,北京脑科学与类脑研究所罗敏敏团队联合国内多个顶尖实验室,利用前沿的基因编码荧光探针技术,首次在活体大脑中发现,在氯胺酮和电休克治疗过程中,都会引起情绪调控关键脑区腺苷水平的急剧、持续飙升,揭示了这两种疗法背后共同的核心通路——腺苷信号通路。

研究团队进一步通过遗传学与药物试验发现,当“关闭”大脑感知腺苷信号的接收器时,两种疗法的抗抑郁效果便完全消失,而激活该通路则能产生明确的抗抑郁效果。

罗敏敏说,这项研究成功将疗效与副作用“解绑”,为开发新一代药物提供了清晰的路线图。此外,该研究还为非药物治疗带来了新的思路。研究证实,一种被称为“急性间歇性低氧”的安全物理干预手段,同样能有效激活大脑腺苷信号,产生强大的抗抑郁效果。为后续开发完全非侵入、无药物依赖的生理疗法奠定了坚实基础。

该研究由北京脑科学与类脑研究所的罗敏敏实验室牵头,联合中国科学院长春应用化学研究所王晓辉团队、北京大学李毓龙团队等多个实验室协同完成。研究得到了中国医学科学院创新工程及医学创新基金、中国脑计划、国家自然科学基金以及新基石研究员项目等的大力支持。



立冬,这份养生防病“秘籍”请收好

新华社北京11月6日电(记者 李恒)11月7日立冬。随着立冬节气的到来,气温逐渐走低,天气干燥寒冷,人体机能也随之进入调整阶段。如何科学养生防病?6日,国家卫生健康委以“时令节气与健康”为主题举行新闻发布会,邀请专家进行解答。

慢阻肺病患者宜温肾通络,坚持规范治疗

立冬之后,寒气渐重,慢阻肺病患者易出现气短、咳嗽加重等现象。

中国中医科学院广安门医院主任医师齐文升指出,中医认为“寒伤肾阳”,肾不纳气是导致肺功能下降的重要原因。他建议,慢阻肺病患者在冬季应从食疗、穴位按摩、艾灸保暖、呼吸锻炼等多方面入手,增强肺功能,平稳过冬。

齐文升表示,“肾藏精,主纳气”,食疗是温肾补肺的有效方式。熟地、黄精、人参、枸杞子等药食同源物质,日常生活中适当使用,熬粥或煲汤,有温肾补肾的作用;按摩肋缺、太渊等穴位,对肺有保健作用;也可以艾灸关元穴或选择艾叶、干姜、肉桂煎水泡脚。

此外,上海交通大学医学院附属瑞金医院主任医师周敏表示,慢阻肺病是一个

终身疾病,需要长期规范治疗,病情稳定不等于治愈。在慢阻肺病的治疗过程中,除了药物治疗外,还要注意戒烟、呼吸康复、预防急性加重等。

控糖求“稳”,避免认知误区

冬季进补多,饮食结构变化大,糖尿病患者更需注意血糖波动。北京协和医院主任医师肖新华指出,当前公众在糖尿病认知上仍存在诸多误区,如“主食越少越好”“无糖食品随便吃”“血糖越低越好”等,这些观念可能带来健康风险。

“主食不是‘敌人’,关键在于质与量。”肖新华建议,糖尿病患者推荐适量吃主食,并优先选择全谷物、杂豆、薯类等升糖速度较慢的粗杂粮。另外,“无糖食品”不是“降糖食品”,“无糖”通常是指没有蔗糖,但食品本身可能含有大量的淀粉、油脂,有些还含有蔗糖替代品,这些同样会升高血糖。

“控糖目标是平稳达标,而非一味求低。”肖新华说,严重的低血糖会导致头晕、心慌、出冷汗,甚至意识模糊、昏迷,对大脑和心脏会造成严重损伤。对于大多数糖尿病患者而言,血糖控制的目标因人而异,要在医生指导下,进行个体化目标制定。

近年来,随着生活方式的改变,2型糖

尿病正呈现出年轻化趋势。肖新华提醒,长期熬夜、高糖饮料、油炸食品等不健康生活方式,正让越来越多年轻人被糖尿病“盯上”。健康的生活方式是预防糖尿病的基础,要管住嘴、迈开腿,进行定期筛查。

警惕呼吸道传染病,家庭消毒讲科学

冬季是呼吸道传染病高发季节,科学有效的环境消毒是切断传播途径、保护易感人群的重要手段之一。

中国疾控中心研究员张流波表示,酒精作为一款常用消毒剂,具有消毒作用快、无残留等优点,在家庭中有广泛应用,但使用时需要遵循科学方法。在日常生活中,酒精一般用于皮肤或手部的涂抹擦拭消毒,手消毒时可同时使用护手霜或用含有护肤成分的专用手消毒剂。也可以用含酒精成分的消毒湿巾,对小范围的物体表面或小件物品擦拭消毒。

“酒精易燃易爆,不建议作为空气消毒剂。”张流波说,也不推荐使用酒精喷洒沙发表面进行消毒,反复多次使用,可能导致沙发表面脱色,影响美观。日常餐具消毒建议首选加热煮沸,操作简单、效果可靠且没有化学物质残留,一般情况下不建议用酒精消毒餐具。