新闻热线：010—58884054
E-mail：kjrbzbs@stdaily.com
科技日報
■责编 侯铁中 蒋秀娟
2015年1月15日 星期四

写『福』贴 的『福』字门贴。**新华社发（邱海鹰摄）** 质灾害区搬到新居的村民赠送现场撰写区阳和镇偏岩子新村，书法家为刚从地一月十三日，在四川广安市华蓥山

送上门 运返乡火车票。**新华社记者 陈飞摄** 门服务。图为务工者展示刚刚拿到的春处偏远的公司提供春节返乡车票送票上近日，铁路上海站组织员工，为地

真便利 购取火车票。**新华社发（杨宝森摄）** 车票自助售（取）票机，方便市民就近三十家全时便利店内安装了三十台火近日，北京铁路局在北京市区的

微电影 为拍摄微电影。**新华社发（刘教清摄）** 电影《恰好那时正年轻》圆满收官。图学校中文系毕业班学生自编自导的微一月十三日，由桂林师范高等专科

■营养快餐

冬季喝茶防干燥

冬季寒冷干燥，很多人一到这个季节就会皮肤干痒。而饮茶之所以可防冬痒症，是因为茶叶中含有保护人体皮肤的微量元素锰。

对皮肤的保护作用体现在三方面：一是锰能参与人体内很多酶促反应，促进蛋白质代谢，并能促使一些对皮肤有害物质的排泄，从而减少皮肤所受到的不良刺激；二是锰可促进维生素B_6在肝脏中的积蓄，加强皮肤抗炎的功能；三是锰可以增强多糖聚合酶和半乳糖转移酶的活性，催化某些维生素在人体内的代谢，这均有利于皮脂代谢的正常进行，防止皮肤干燥。

茶叶中锰含量相当高。据有关试验资料显示，每克干茶叶中的含锰量因品种而异，如绿茶中的西湖龙井茶为1.40毫克、庐山云雾茶为1毫克；青茶中的安溪铁观音茶为1毫克；黄茶中的蒙山黄芽茶为0.65毫克；红茶中的祁门红茶为0.60毫克。茶汤中的含锰量多少也因茶而异。1克茶叶用100毫升开水浸泡10分钟，西湖龙井茶汤中的含锰量为0.506毫克，庐山云雾茶汤为0.400毫克，安溪铁观音茶汤为0.238毫克，蒙山黄芽茶汤为0.198毫克，祁门红茶茶汤为0.017毫克。

冬季喝什么茶好

普洱茶 普洱茶中含有的维生素C、维生素E，特别是茶多酚，具有很强的抗氧化活性，可以清除人体内的氧自由基，从而起到抗辐射、增强机体免疫力的作用。还含有胡萝卜素，它在肠壁和肝脏的作用下，可以转变为维生素A。而维生素A具有滋养眼睛、滋润皮肤的功效。所以这一款也是女性冬季不错的美肤保健茶。

菊花茶 因为菊花中维生素A含量丰富，是保护眼睛的最好物质，在冬天喝能防止眼部干燥。经常饮用菊花茶，除了能让人头脑清醒、双目明亮外，还对肝火旺、用眼过度而导致的双眼干涩有很好的疗效。眼睛干涩的人，特别是经常使用电脑的人要经常饮用菊花茶。

茉莉红茶 红茶暖胃，而茉莉具有安定精神的效果，可以让人情绪镇定、舒缓紧张、心情清新、舒畅。此款保健茶非常适合女性在更年期及经期前后容易心情抑郁，性情烦燥适宜饮用。同时，冬季女性饮用，既补水润肤又防干燥和安神。

玫瑰柠檬红茶 玫瑰养气血，排毒养颜，柠檬祛水肿，美白，红茶是一种发酵茶，通过红茶的特殊工艺而成为特有的色、香、味的品质特征。红茶富有更多的咖啡碱，有提神利尿、可以帮助胃肠消化、促进食欲，消除水肿，强壮心肌，冬季饮用有和胃、暖身效果显著。此款组合的保健茶也是女性常备保护皮肤养颜的一款茶。

扫一扫
欢迎关注科技改变生活微信公众账号

空气污染已成为全世界城市居民生活中一个无法逃避的现实。相对于室外大环境的污染，室内空气质量问题更为严重，对人体的危害极大。请关注——

室内空气杀手，不得不防

本报记者 李颖

■打破砂锅

世界卫生组织和联合国环境组织发表的一份报告说：“空气污染已成为全世界城市居民生活中一个无法逃避的现实。”美国癌症协会曾做过空气污染对人体健康影响的研究，结果表明，PM2.5每立方米增加10微克，肺癌的死亡率就会增高8%。

“2014年3月25日，世界卫生组织发布的最新数据显示，2012年全球因空气污染导致的各类疾病死亡人数约为700万。”国内知名肿瘤专家、首都医科大学肺癌研究中心主任支修益教授指出，除诱发呼吸道疾病外，空气污染还与中风、缺血性心脏病等心血管疾病及癌症有关。

室内空气污染应重视

在北京宣武医院呼吸科，一位71岁的姜老先生告诉记者，最近一段时间他咳嗽不断，胸闷得厉害，整个人都没有精神。记者从妇幼保健院耳鼻喉科获悉，这段时间鼻炎患者也明显增加。对此，相关专家表示，霾天时，大气中的气溶胶使空气混浊受污染，进入人体后不易排出，停留在肺泡，对人造成危害，长期吸入易致鼻炎、支气管炎等症。患有哮喘、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺病等呼吸系统疾病的人群则会造成肺部感染，引起气短、胸闷、喘憋等不适，出现急性加重反应。雾霾天对心脑血管疾病等慢性病患者更是有较大的破坏力，会增加心脏病患者的心脏负担，诱发脑梗塞等。

北京市卫生局的统计数据显示：在过去10年中，北京的肺癌发病率增加了近60%，不仅在北京，报告还进一步指出，从病因学看，肺癌的发病和死亡主要归因于室外大气污染和由于吸烟、室内氡污染、厨房油烟等造成的室内空气污染。

由于人类的活动大部分在室内，所以相对于室外大环境的污染，室内空气质量问题更为严重，对人体的危害极大。“我们的孩子，我们的老人，由于天气污染不得不待在家中，但这样他们就安全了吗？”支修益说，空气污染和装修甲醛污染被世界卫生组织癌症研究机构认定为一类致癌物质。

中国标准化协会调查显示，68%的疾病是由于室内污染造成。美国专家检测发现，在室内空气中存在500多种挥发性有机物，其中致癌物质就有20多种，致病病毒200多种，危害较大的主要有：氡、甲醛、苯、氨以及酯、三氯乙烯等。室内空气的污染程度要比室外严重2—5倍，有时可达到100倍。

室内空气问题的三大误区

“在空气污染较重的时候，尽量减少户外活动、外出一定要佩戴有一定防护级别的口罩，在室内科学、合理地选购和使用空气净化设备都是非常有效的应对措施。”支修益强调。

作为室内空气环境问题的专家，德国的Erwin Grohmann教授不无忧虑地指出，通过他的了解发现，中国老百姓在室内空气安全问题上往往容易陷入三大误区：

误区一：唯大气论。只关注室外大气污染，而忽略了室内空气污染问题，很多人甚至认为只要门窗紧闭，室内空气就是安全的。

误区二：唯PM2.5论。只关注室内PM2.5的数值，而忽略了有害气体、厨房油烟、二手烟、二氧化碳浓度过高等其他导致室内空气环境恶化的罪魁祸首。

误区三：唯参数论。不了解空气净化设备的有关知识，只关注个别参数而忽视了整体净化效能是否全面。

“我们每天有80%—90%的时间是在室内度过的，因此，室内空气的健康与安全尤为重要，而‘恒氧、流通、洁净’的室内空气环境，才是真正理想的。如果室内空气环境能够实现安全健康，实际上将会极大减小大气环境污染对我们人体的伤害。”支修益说。

室内空气净化推新方案

在“绿色、健康”理念越来越深入人心的今天，人们对自身所处的环境质量的要求越来越高，越来越多的事实证明，只有恒氧净化的新风解决方案，才是室内空气净化的最有效方法，这也是国际空气净化行业发展的最终趋势。

作为智能物联技术运用在空气净化机上的第一人，造梦者亚太地区董事长、造梦者创始人颜为带领开发人员独创ESP恒流静电技术、离子能技术，使造梦者的净化器产品在集尘、杀菌及净化效率方面处于国际领先水平。

在“新想法·新呼吸”活动上，德国造梦者携手中国健康促进基金会等有关各方，发起了关注室内空气质量的“呼吸与健康”公益行动，呼吁社会各界人士关注室内空气环境的安全健康问题并积极行动起来，从关爱儿童、老人开始，以捐赠恒氧净化机为基础，倡导科学、正确的室内空气净化理念，为更多人带来洁净空气及健康生活。21世纪国际幼儿园作为首批捐赠对象，接受了由德国造梦者和中国健康促进基金会捐赠的数十台的造梦者恒氧净化机。

我首辆自主化最快地铁正式运营

■生活风向标

科技日报讯（记者**俞慧友** 通讯员**胡小亮 何红成**）1月6日，装载中国南车株洲所自主电气牵引系统的广州地铁3号线T26列车正式投入运营。这是我国首辆自主化最快地铁。它的正式运营意味着，中国南车株洲所旗下南车时代电气打破国际垄断，也为我国“地铁提速”提供了重要的技术支撑。

广州地铁3号线全长64.41公里，从北向南贯穿广州市区，是国内速度等级最高的地铁商业运营线路，设计最高时速135公里，最高运行时速达120公里。然而，广州地铁3号线电气牵引系统一直未实现国产化。

2013年5月，经装车前评审及系统装车后八个多月的现场调试，南车时代电气的自主电气牵引系统，完成了所有牵引系统试验，满足了客户要求并达到了国外公司的同等水平。2014年12月，广州地铁3号线正线上完成5000公里以上空载试运行考核的自主电气牵引系统，并通过了载客前的专家评审。专家评审组一致认为，时速120公里车辆自主电气牵引系统，可满足车辆技术条件要求，具备载客运营条件，可投入载客运营。新年伊始，装载自主化的电气牵引系统的T26列车正式载客运营，状态稳定。

目前，我国大部分地铁时速在100公里以下。随着我国城市化进程日益加快，为解决城市拥堵问题，为缩短卫星城的时间距离，地铁提速已成为城市轨道交通领域未来发展的一个重要方向。此次广州地铁3号线时速120公里车辆自主电气牵引系统的成功研制并通过载客前专家评审，标志着南车时代电气自主研发的国产化电气牵引系统向城市轨道交通领域中的高速度等级领域迈出了关键步伐。

■画中有话

1月13日，由中国科学技术大学自主研制的“可佳”云交互机器人首次进入安徽合肥一家大型商场提供导购服务。据悉，机器人“可佳”借助云平台等先进技术手段，突破了传统人和机器人对话的一对一模式，标志着“可佳”智能服务机器人研发进入实用化阶段。

左图 顾客在拍摄机器人“可佳”进行导购服务。 新华社记者 **刘军喜**摄

（上接第一版）严肃责任追究，强化党风廉政建设主体责任；横下一条心纠正“四风”，常抓抓出习惯、抓出长效；保持高压态势不放松，坚决遏制腐败蔓延势头；深化党的纪律检查体制改革，强化党内监督。讲话着重强调，要加强纪律建设，严明政治纪律和政治规矩，特别是对遵守政治规矩进行了全面阐释。指出要全面深化改革，推进反腐倡廉制度建设。讲话充分肯定了一年来纪律检查工作取得的成绩，对纪检监察干部队伍建设提出明确要求、寄予殷切期望。习近平总书记的重要讲话，体现了崇高的党性品格、担当精神，对加强新形势下党的建设具有十分重要的指导意义。学习宣传、贯彻落实好习近平总书记重要讲话精神，是全党的重要政治任务。各级党组织和广大党员、干部要密切联系思想实际，深刻学习领会，融会贯通；紧密结合工作实践，认真贯彻落实。

全会总结2014年党风廉政建设和反腐败工作，认为过去的一年，在党中央坚强领导下，党风廉政建设和反腐败斗争不断深入，“四风”问题和腐败蔓延势头得到一定遏制，严肃查处周永康、徐才厚、令计划、苏荣等严重违纪案件，深得党心民心。各级纪检监察机关聚焦中心任务，强化监督执纪问责，转职能、转方式、转作风，清理省一级纪委参与的议事协调机构，解决职能越位、错位、不到位问题。坚持立行立改，扎实推进纪律检查体制改革，落实党风廉政建设主体责任。完成对31个省区市和新疆生产建设兵团巡视全覆盖，对19个部门和中央企事业单位开展专项巡视，巡视强度力度全面提升、效果显著。推进双重领导体制具体化、程序化、制度化。深化派驻机构改革，强化党内监督。严明政治纪律、组织纪律，坚持巩固深化落实中央八项规定精神成果，持之以恒纠正“四风”。加大纪律审查力度，处理好“树木与森林”的关系，治病树、拔烂树，形成震慑，深入开展国际追逃追赃，保持高压态势。严格教育监督管理，以铁的纪律建设过硬纪检监察队伍。

全会指出，党风廉政建设和反腐败斗争取得新成效，得益于党中央旗帜鲜明、立场坚定、意志品质顽强、领导坚强有力，得益于各级党组织和广大党员、干部的共同努力，得益于人民群众支持和参与，得益于纪检监察干部付出的辛劳和智慧。全会总结了两年来的工作体会。一是党中央从严治党的鲜明立场、坚决态度和强有力措施，是我们做好工作的根本保证。习近平总书记就从严治党、严明纪律，改进作风、惩治腐败发表一系列重要讲话，为加强党风廉政建设提供了强大思想武器。二是坚定立场方向，聚焦目标任务。我们党进行的党风廉政建设和反腐败斗争，立场是以零容忍的态度惩治腐败，当前任务是坚决遏制腐败蔓延势头。惩治腐败，重点查处十八大后不收敛、不收手，问题线索反映集中、群众反映强烈，现在重要岗位且可能还要提拔使用的领导干部；纠正“四风”，重点查处十八大后、中央八项规定出台后、群众路线教育实践活动开展后仍然顶风违纪的行为。要保持坚强政治定力，有静气、不刮风，不搞运动、不是一阵子，踩着不变的步伐，把握节奏和力度，把工作一步步引向深入。三是紧紧抓住落实党风廉政建设主体责任这个“牛鼻子”，以上率下，层层传导压力。在党中央坚强有力的领导下，必须落实各级党委从严治党的政治责任。只要全党共同努力，我们就一定能从严峻复杂的形势中走出来。四是必须聚焦聚焦再聚焦，强化监督执纪问责，确保党的纪律刚性约束。从严治党首要的是严明党纪，要坚决克服组织涣散、纪律松弛现象，永葆党的先进性和纯洁性。五是紧紧依靠人民参与支持，释放群众和媒体监督正能量，使监督无处不在。六是冷静清醒判断形势，客观审视面对的挑战，树立必胜信心。要加大惩治力度，强化“不敢”；坚持标本兼治，选对人用好人，深化改革、健全制度，加强管理监督，完善激励和问责机制，强化“不能”；加强党性修养，增强宗旨意识，弘扬优秀传统文化，确立“三个自信”，强化“不想”。

全会强调，2015年工作的总体要求是：深入贯彻党的十八大和十八届三中、四中全会精神，认真贯彻习近平总书记系列重要讲话精神，保持政治定力，坚持全面从严治党、依规治党，严明政治纪律和政治规矩、加强纪律建设，深化纪律检查体制改革、完善党风廉政建设法规制度，落实“两个责任”、强化监督执纪问责，持之以恒落实中央八项规定精神，坚决遏制腐败蔓延势头，以更严的纪律管好纪检监察干部，坚定不移推进党风廉政建设和反腐败斗争。

全会要求，纪检监察机关要巩固深化“三转”成果，进一步解决组织、形式转变后思想认识的深化和工作的到位问题。深入推进市级纪委清理议事协调机构，重点研究探索县及县以下纪检机构职能定位、工作方式和作风转变问题。

第一，从严治党、依规治党，加强党的纪律建设。强化对四中全会精神落实情况的监督检查，确保中央政令畅通。纪律是党的生命，纪律建设就是治本之策。我们党是肩负着历史使命的政治组织，必须有严明的政治纪律和政治规矩。党员领导干部特别是高级领导干部，必须遵守政治规矩，以更强的党性意识、政治觉悟和组织观念要求自己。守纪律是底线，守规矩靠自觉。我们党决不容忍结党营私、拉帮结派；决不允许自行其是、阳奉阴违。要强化对纪律执行情况的检查，抓紧修改党风廉政建设党规党纪和相关法律，保证党内监督权威、有效。

第二，深化纪律检查体制改革，推动组织和制度创新。实行下级纪委向上级纪委报告线索处置和案件查办情况制度，制定实施省区市、中管企业纪委书记、副书记提名考察办法。围绕“四个着力”，聚焦突出问题，创新方式方法，深入开展专项巡视，提高频次、机动灵活，扩大巡视覆盖面。对已巡视过的地方或部门开展回头看。今年要加大对国有企业的巡视力度，实现对中管国有重点骨干企业巡视全覆盖。加强派驻监督，新设8家中央纪委派驻机构，完成对保留派驻机构的改革和调整，实现派驻全覆盖。

第三，深入落实主体责任，强化责任追究。要巩固成果，推动地市一级和国有企业党组织落实主体责任。没有问责，责任就落实不下去。今年开始，尤其要突出问责。坚持“一案双查”，对违反政治纪律和政治规矩、组织纪律；“四风”问题突出，发生顶风违纪问题；出现区域性、系统性腐败案件的地方、部门和单位，既追究主体责任、监督责任，又严肃追究领导责任。

第四，深入落实中央八项规定精神，驰而不息纠正“四风”。要在坚持中深化，在深化中坚持，锲而不舍、狠抓节点、扩大成果。紧盯“四风”问题新形式新动向，坚决查处公款吃喝、旅游和送礼等问题。加强对中央关于厉行节约、公务接待、公车配备等规定执行情况的监督检查，把违反中央八项规定精神列入纪律审查重点，对顶风违纪者所在地区、部门和单位党委、纪委进行问责。以优良党风带动民风社风，倡导时代新风。

第五，持续保持高压态势，坚决遏制腐败蔓延势头。突出纪律审查重点，严肃查办发生在领导机关和重要岗位领导干部中插手工程建设、土地出让，侵吞国有资产，买官卖官、以权谋私、腐化堕落、失职渎职案件。把违反政治纪律、组织纪律等行为作为审查重点，对转移赃款赃物、销毁证据，搞攻守同盟、对抗组织审查的行为，必须纳入依规惩处的重点内容。加大对群众身边不正之风和腐败问题查处力度。

第六，加强国际合作，狠抓追逃追赃，把腐败分子追回来绳之以法。健全追逃追赃协调机制，强化与有关国家、地区司法协助和执法合作，突破重大个案，形成威慑。加强法规制度建设，推动落实《北京反腐败宣言》，做好防逃工作，布下天罗地网。

第七，落实监督责任，建设忠诚、干净、担当的纪检监察干部队伍。坚决克服不想监督、不敢监督、不作为、乱作为问题，对尸位素餐、碌碌无为的干部，该撤换的撤换、该调整的调整。对不敢抓、不敢管，监督责任缺位的坚决问责。打铁还需自身硬，信任不能代替监督。要充分发挥纪检监察干部监督机构的作用，完善自我监督机制，健全内控措施，严肃查处跑风漏气、以案谋私行为，坚决防止“灯下黑”。

全会审议并通过了中央纪律检查委员会常务委员会关于申维辰、梁滨严重违纪问题的审查报告，确认中央纪律检查委员会常务委员会之前作出的给予申维辰、梁滨开除党籍处分的决定。

全会号召，全党要紧密团结在以习近平同志为总书记的党中央周围，扎实工作、锐意进取，不断取得党风廉政建设和反腐败斗争新成效，为实现两个百年奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦提供有力保证。

本报社址：北京市复兴路15号 邮政编码：100038 查询电话：58884031 总编室：58884048 58884050（传真） 广告部：58884124 广告许可证：018号 本报激光照排 印刷：人民日报印刷厂 每月定价：24.00元 零售：每份1.50元