

「爆棚」 新华社记者 朱旭东摄



「爆棚」 新华社记者 朱旭东摄



出行创造平安环境。 (毕春雷)



争当好工作的后勤。 (薛晓飞)



营养快餐

萝卜不能和什么一起吃

胡萝卜和白萝卜 白萝卜的维生素C含量极高...

萝卜和桔子 当萝卜摄入人体后,可迅速产生一种叫硫酸盐的物质...

吃了萝卜别再用柚子 吃了大量含植物色素的水果,就会在肠道分解出一种酸性物质...

炒萝卜忌放醋 维生素A是人体发育中不可缺少的营养成分之一...

萝卜不可以和人参一起吃 萝卜属于寒性食物,而人参属于热性药材...

便秘食疗的5大误区

误区一:多吃萝卜能通便 便秘分为很多类型,比如内热上火导致的热秘...

误区二:膳食纤维要多吃 膳食纤维的确可以缓解便秘,但它也会引起胀气和腹痛...

误区三:油和肉都不能多吃 在人体中,便秘的人需要稍微多吃些油,尤其是香油...

误区四:多吃香蕉能通便 一般人都认为,香蕉是润肠的,其实只有熟透的香蕉才能有上述功能...

误区五:喝茶能通便 多数人都觉得茶能去火通便,但是便秘者不宜多喝。因为茶有收敛作用...



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号

铁路春运已然过半,正是各地返程客流高峰。无所不在的互联网进入社会生活的方方面面,也悄然改变着备受瞩目的铁路春运。请关注——

被互联网悄然改变的铁路春运

王贤

打破砂锅

网上购票,让购票更公平、更便捷,也给不懂网络的少数派带来了深深的烦恼...

“抢票”火了,“后门”少了

记者春运以来多次在武汉、武昌、汉口三大火车站看到,车站售票厅门庭冷落,购票几乎不用排队...

武汉火车站党委书记张再明称,今年春运网购车票已占90%左右。麻城北站党委书记马玉娇表示,近几年在售票大厅排队购票的基本没了...

中国铁路总公司公布的数据显示,2014年12月7日至12月21日21时,共有近7亿人次登录了12306网站,全国铁路共售出火车票11545.5万张...

户端售出火车票约占总数的68%。

互联网购票也营造了更加公平的购票环境。麻城北站值班站长廖彩霞说,现在大家都在网上买,有票没票都能查到...

一些铁路工作人员自嘲,“现在连张火车票都搞不到,有时熟人找来,也只能盯着网上的退票抢,‘特权’没有了。”

但互联网客观上造成的技术壁垒也越来越明显。51岁的农民工罗云谷从汕头回到湖北恩施的老家整整花了48个小时...

“网上提前两个月就放票了,我们都不知道,票就订完了;工友基本上都买到了票,大多是到售票窗口买的;好票都卖没了,我们只能买临客无座票。”

减少了“烦闷”,加剧了“陌生”

移动互联网让漫长的旅途变得轻松从容,但也减弱了陌生人谈天说地不经意间流露出的真情...

记者在武汉开往黄石的城际列车上看到33岁的农民工黄金文时,他正用手机看下载好的热播电视剧《长沙保卫战》...

“现在高铁真是天壤之别,车厢里环境很好,还连上了3G甚至4G网络,每次坐车都会提前下载几集电视剧到手机里,不知不觉几个小时就到了。”

麻城北站值班站长廖彩霞感觉,候车厅的低头族这几年明显多了起来,但人与人之间的感情也清淡了一些。

低头族遍布车厢。G582次列车长胡光增加了不少工作量。他说,几乎每趟车都有因沉迷玩手机落东西的,有的甚至忘了下车而错过站,每次都要费不少精力来协调处理。

据武汉铁路局12306客服中心统计,今年春运前10天,共有470多名旅客通过电话、网络找寻车票、小件行李、笔记本电脑等遗失物品512件...

帮助了工作,增加了压力

近年来,各地铁路部门都在利用互联网更好地服务旅客。各个火车站依托车站官方微博,为重点旅客提供进站、候车、上车、出站“一条龙”免费助行服务...

对列车长胡光来说,铁路信息化水平的提升使办公方便了,更给查验车票增添了一个利器。他说:“以往查车票都是一个一个反复复查,费时费力又打扰旅客;现在对应座位上的票卖没卖出去在系统里都能看到,查起票来就更有针对性。”

在列车安全方面,武昌客车站段技术人员介绍,今年春运前武铁客车上安装了“旅客列车尾部安全防护装置”(简称“LKJ”),可实现列车车辆与火车头的信息传递自动化,火车司机根据“LKJ”的数据就可安全发车,并全面掌握列车运行情况。

代以往的运转车长完成了通讯、监测等工作,节省人力资源;另一方面变‘人控’为‘机控’,进一步增强了旅客列车的安全风险防控能力。”

但互联网给铁路带来便利的同时,压力也随之而来。一位火车站值班站长称,近几年工作压力明显变大,挨骂受委屈是常事,遇到胡搅蛮缠的旅客只得忍气吞声。

铁路与黄牛之间的“斗法”引发的民怨更让铁路部门压力巨大。更改验证码、设置刷新时间、采用退票延迟返库...近年来12306网站和铁路部门不断堵窟窿试图扼杀抢票软件和黄牛,但现实是“骨感”的,年前的一票难求和黄牛再次让12306网站成了众矢之的。

今年春运全国铁路预计发送旅客2.89亿人次,而全国客流量或超28亿人次,供需矛盾造成的运力缺口依然巨大,互联网时代的铁路春运,也依然在路上。

(据新华社电)



3月1日,以“灯耀闽江·福传万家”为主题的2015年福州市元宵灯会在福州闽江南两岸正式亮灯。据灯会组委会介绍,灯会共分为五个分区,突出“福”文化、青运会、海上丝绸之路、海峡、自贸区建设等文化元素。图为众多游客在2015年福州市元宵灯会现场赏灯。 新华社记者 魏培全摄

HTC发布2000万像素手机One M9

数字时尚

HTC公司在西班牙举行发布会,正式发布2015年度首款旗舰手机One M9。这款手机继承了One系列的全金属机身设计...

HTC One M9和去年的One M8一样有三种配色:金、银、灰。若从正面看,M9与M8几乎是一样的,它们均采用了全金属一体化的机身设计...



据The Verge消息,华为智能手表Huawei Watch外观提前泄露,圆形表盘,有金、银和黑色三个饰面,运行Android Wear系统。该手表具备地图、导航、日程提醒、计时、心率测试、跑步公里和卡路里计算等功能。

HTC在M9上没有继续使用“摄像头+加景深探测器”而是改成了单个2000万像素后置摄像头,相比400万像素的UltraPixel超像素摄像头,它在图像解析度方面会有更好的表现。

硬件配置方面,HTC One M9采用5英寸1080P(1920x1080像素)屏幕,主频1.9GHz的骁龙810处理器,3GB RAM,机身存储有32GB和64GB两个版本;系统升级为Android 5.0,为了方便用户使用及打造HTC自己的差异化特点,他们也为这款手机加入了Sense 7界面,对比之前版本,它的设计更简洁,支持用户自制主体,符合“扁平化”的现代审美观。

M9的后背仍是全金属外壳,拉丝设计,虽然9.56毫米的厚度并不算轻薄,但HTC的设计师将边缘做成弧形,在视觉上只看到最薄部分。

唯有充分竞争,才能多方共赢

赵宇飞 高亢

茶余饭后

2月27日,工信部正式向中国电信和中国联通发放FDD经营许可。从此,我国4G市场开启双制式同台竞技时代,竞争将有力促进我国移动互联网产业的发展,消费者也有望享受到“资费更低”“覆盖更好”“网速更快”的服务。

一直以来的通信运营商4G业务的服务质量饱受消费者质疑,其症结就在于行业竞争不充分。工信部首次发放4G牌照一年多来,我国4G行业虽发展迅速,却已形成中国移动4G“一家独大”的局面,就算对服务不满意,消费者也因选择面狭窄而无可奈何。

垄断是行业发展乃至国家经济社会发展的毒瘤。垄断行业缺乏竞争压力和外部制约监督机制,最终受损的是消费者权益和社会公平。垄断企业“躺着都能挣大钱”,不仅妨碍产业效率的提升,整个行业也将因此丧失发展动力。

唯有打破垄断坚冰,引入充分竞争,才能实现多方共赢。FDD牌照的发放,就是在4G领域引入竞争,行业发展被注入一针“强心剂”。

在发达国家,通信、能源等关系国计民生的行业早已充分市场化。我们要牢牢把握全面深化改革的机遇,对包括通信业在内的垄断行业动真格,根除垄断顽疾,给行业发展注入竞争动力,让消费者自由开放选择、自愿舒心消费。

(据新华社电)

大气污染群防群治

低碳生活

据新华社电(记者周润健)《天津市大气污染防治条例》3月1日起正式实施,根据该条例,天津将扩大公众参与,实行群防群治。

天津市环保局对2012年至2014年4月两年多开展的颗粒物源解析结果显示,天津的大气污染物以本地产生的为主,前四位依次是扬尘、燃煤、机动车、工业生产。

保护环境,人人有责。天津市人大常委会法制工作委员会主任高绍林介绍说,防治大气污染需要广泛吸收公众参与,群防群治。条例对保障公众参与大气污染防治的知情权、参与权和监督权作了规定。

一是环境信息公开。政府有关部门要公开重点排污单位名录,公开依法查处的违法行为和处罚结果,并记入市场主体信用信息公示系统。排污单位应当如实公开排放大气污染物种类和数量等环境保护信息,接受公众监督。

三是保护举报人。接受举报的机关应当对举报人的相关信息给予保密,并保护举报人的合法权益。在法律责任中规定,对接受公民举报或者其他部门移送案件不依法查处或者泄露举报人信息的,对责任人依法给予行政处分;构成犯罪的,依法追究刑事责任。

胚胎检测帮助生出健康宝宝

本报记者 蒋秀娟 实习生 范圆圆

生活风向标

当前,不少想要孩子却不孕育患者、高龄妇女选择试管婴儿来获得生命的孕育,然而在体外受精的胚胎植入子宫前,如何排除带有遗传性疾病及其隐患的胚胎生下健康宝宝,成为患者和医学界共同关心的事。

前不久,中国人民解放军总医院姚元庆教授领导的研究团队成功开发出了基于新一代单细胞全基因组测序技术的植入前胚胎遗传学检测技术,比传统方法更进了一步。

据介绍,该技术可以结合相关的家族遗传信息,一次性地对所有染色体进行拷贝数检测,能够更精确地分辨出1Mb大小的结构异常。与以往的传统技术比较,这一技术平台更加快速、准确、成本更低,拥有广泛的临床应用前景。

2012年的“中国不孕现状调查”数据显示,我国不孕不育症的发生率约占生育年龄妇女的15%—20%。在临床上,无论是自然受孕还是体外受精周期中,高龄(35岁以上)妇女,受孕机会都会明显降低。众多患者需要借

助体外受精技术辅助孕育,中国人民解放军总医院妇产科副主任医师王辉介绍。

“随着女性年龄的增长,胚胎染色体异常的发生率逐年增高。35岁以上胚胎染色体异常的比率高达60%—80%,约占50%的胚胎是染色体非整倍体异常。”王辉说,因此,在胚胎植入子宫前,检测胚胎染色体数目和结构异常,挑选染色体正常的优质胚胎进行移植,是提高不孕不育症患者“试管婴儿”妊娠率、降低流产率和新生儿出生缺陷的关键。

王辉介绍,目前,植入前胚胎遗传学检测技术主要包括两方面:一个是胚胎植入前

的遗传学筛查(PGS),针对遗传高危的不孕不育症夫妇进行染色体筛查,排除非整倍体胚胎;另一个是植入前遗传学诊断(PGD),针对明确的遗传疾病(单基因病,染色体结构异常等)的不孕不育症患者,可一次性对其24条染色体进行检测,即通过人工手段排除带有遗传性疾病及其隐患的受精卵,优选出健康的胚胎,再移植入子宫进行正常孕育。

“人类辅助生殖技术的临床妊娠率多年来在40%左右徘徊,2013年的两个基于全基因组检测技术的PGS小样本随机对照实验的结果显示,PGS可以将临床妊娠率提高到75%。这一数据提示,植入前胚胎遗传学检测技术可能成为提高辅助生殖技术妊娠率的突破口。”姚元庆指出。