



米的面气球。图为现场吹出的直径达到一点八米的面气球。新华社记者 杨磊摄



实行互认制。新华社记者 马宁摄



门迎客,为游客献上“最美雪世界”。尔滨太阳岛国际雪雕艺术博览会开幕。十二月二十二日,第二十八届哈冰雪世界



无线设备维护,调度有序。阎芳华摄

营养快餐

6种喝奶方式不可取

牛奶虽然营养,但挑选起来有讲究,比如您要先学会辨别优质无公害牛奶,其次,喝起来也相当有讲究,喝对了,能够延年益寿强身健体,喝不对,倒是很可能给身体增加病痛,我们整理了生活中六种如同服毒的喝奶常见方式,对照一下有没有自己或身边的人。如果有,请提醒他们,别把所有疑问都留给您的医生……

牛奶越浓越好 有人以为,牛奶越浓,身体得到的营养就越多,这是不科学的。所谓浓牛奶,是指在牛奶中多加奶粉少加水,使牛奶的浓度超出正常的比例标准。也有人惟恐新鲜牛奶太淡,便在其中加奶粉。而如果是婴幼儿常吃过浓牛奶,会引起腹泻、便秘、食欲不振,甚至拒食,还会引起急性出血性小肠炎。这是因为婴幼儿脏器娇嫩,受不起过重的负担与压力。

牛奶+巧克力 有人以为,既然牛奶属高蛋白食品,巧克力又是能源食品,二者同时吃一定大有益处。事实并非如此。液体的牛奶加上巧克力会使牛奶中的钙与巧克力中的草酸产生化学反应,生成“草酸钙”。于是,本来具有营养价值的钙,变成了对人体有害的物质,从而导致缺钙、腹泻、少年儿童发育推迟、毛发干枯、易骨折以及增加尿路结石的发病率等。

牛奶+鸡蛋 专家指出,牛奶加鸡蛋的早餐并不科学,蛋白质难以提供能量。现在在超过9%的孩子早上只吃牛奶加鸡蛋,粮食长期在早餐中缺位。大多数的家长们以为这样的早餐就是与国际接轨,殊不知这是非常错误的观念。牛奶鸡蛋是好东西,但是用错了地方。经过一夜十多个小时的能量消耗,早晨的人体急需靠含有丰富碳水化合物的早餐来重新补充能量,而牛奶和鸡蛋不能提供足够的能量。

牛奶+米汤、稀饭 有人以为,这样做可以使营养互补。其实这种做法很不科学。牛奶中含有维生素A,而米汤和稀饭主要以淀粉为主,它们中含有脂肪氧化酶,会破坏维生素A。孩子特别是婴幼儿,如果摄取维生素A不足,会使婴幼儿发育迟缓,体弱多病。所以,即便是为了补充营养,也要将两者分开食用。

牛奶+果汁或柠檬汁 有些人建议在牛奶中加点果汁或柠檬汁,这看上去是个好办法,但实际上,果汁和柠檬都属于高果酸果品,而果酸遇到牛奶中的蛋白质,就会使蛋白质变性,从而降低蛋白质的营养价值。

牛奶+药 也有人认为,用有营养的东西送服药物肯定有好处,其实这是极端错误的。牛奶能够明显地影响人体对药物的吸收速度,使血液中药物的浓度较相同的时间内非牛奶服药者明显偏低。用牛奶服药还容易使药物表面形成覆盖膜,使牛奶中的钙与镁等矿物质离子与药物发生化学反应,生成非水溶性物质,这不仅降低了药效,还可能对身体造成危害。所以,在服药前后各1、2小时内最好不要喝牛奶。



Sleepace 近日发布了一款智能睡眠产品——Nox智能助眠灯。这款Nox智能助眠灯可以释放出590—750nm波长的红橙色灯光,这种灯光就能够刺激人体褪黑素自然分泌,加强睡眠。Nox智能助眠灯还配置了20首助眠音乐,帮助用户快速提高入睡效率。

12月22日24时,北京连续生效了4天的空气重污染红色预警按期解除。但是23日还是污染天,红色预警为何没有延长?请关注——

“红警”应急措施能否减缓雾霾?

本报记者 李禾

打破砂锅

12月22日24时,北京连续生效了4天的空气重污染红色预警按期解除。从北京市环保监测中心最新预报看,23日虽有冷空气,但势力太弱,空气质量只能改善到三级轻度污染到四级中度污染。

不延时是空气污染下降到中度

环保部卫星遥感监测结果显示,21日,京津冀及周边地区灰霾面积为66万平方公里,重霾面积达56万平方公里。截至22日,京津冀及周边地区70个地级及以上城市中,有48个城市出现重度及以上污染。

北京为何没有延迟红色预警时间?据今年3月修订后的《北京市空气重污染应急预案》规定,空气重污染预警由轻到重依次分为蓝、黄、橙、红四个级别,无论启动哪一级别预警,关键都是必须达到“重污染”状态,然后根据重污染持续时间来确定预警等级。最高一

级“红色预警”启动标准是,预测空气重污染将持续3天以上(72小时以上)。根据此前预报,此轮重污染从19日一直持续到22日,重污染时间连续四天,符合红色预警条件。

尽管23日污染不能完全消除,但从预报情况看,空气是中度污染水平,达不到重度污染。因此,不延时红色预警。北京从2013年执行新空气质量标准,即空气质量从好到差依次分为六个级别,分别是一级优、二级良、三级轻度污染、四级中度污染、五级重度污染和六级严重污染。

应急措施减污约30%

红色预警应急措施包括工业企业停产限产、工地停工、机动车单双号行驶等,实施这些应急措施,能否减缓雾霾污染?中国环境科学研究院副院长柴发合研究员说,初步分析结果表明,由于北京市及周边地区各相关城市采取应对措施,应急效果初显,PM2.5累积速度大为减缓。

根据数值模拟评估结果,此次北京红色

预警应急措施对污染物的减排量达到约30%左右,周边省份综合应急措施对污染物的减排量约25%左右。

专家组通过对京津冀核心区2+4城市预案实施情况进行初步评估,认为此次京津冀地区应对这次重污染天气过程有几个明显特点。一是预警发布时间早。提前落实应急减排措施,河北各城市提前2天发布预警,启动响应,北京、天津提前1天。二是应急减排力度大。河北保定自12月4日起一直保持严于红色预警的应急减排措施,北京、廊坊采取红色预警响应措施,天津、唐山、沧州采取黄色预警响应措施,天津23日0时还升级为红色预警。三是形成联防联控工作局面。六个城市从自身特点出发,提前采取有针对性的应急措施,北京加强机动车控制,天津加强工业排放控制,河北加强工业和燃煤控制,周边省市也启动了高级别的减排措施,有效减缓了污染程度。

“依据多年监测建立起来区域排放清单,通过模型模拟,可以看到北京从19日7时红色预警开始,到22日0时,PM2.5下降比例约在

20%—25%之间。”北京工业大学教授程水源说。

北京市环保监测中心主任张大伟说,从北京主要污染源排放清单看,机动车是最大污染源。因此,在减排措施里,单双号限行措施的贡献应该是最大的,尤其是在峰值期间减排效果更为明显。

提前预警效果明显

“受厄尔尼诺现象影响,今年11月份以来,北京及周边地区风速平均约1.9米/秒,较常年同期偏低5%;空气相对湿度有较大增加,较常年同期高21%;混合层高度偏低,最低在200米左右,远低于正常1000—1500米的高度,使得大气扩散条件变差。”中国环境科学研究院大气所所长孟凡介绍。

与此同时,进入采暖期后,华北地区燃煤污染排放明显升高,特别是城乡结合部与农村原煤散烧较普遍,加上机动车和工业源污染大量排放,区域性污染负荷仍很大,导致北京及周边地区重污染天气频次、天数明显增多。18日,环保部紧急向北京、天津、河北、山

西、山东、河南省(市)政府印发《关于做好12月19日至22日空气重污染过程应对工作的函》,要求按照京津冀及周边地区协作机制通知精神,加强重污染天气预报和研判分析,及时准确发布预警,启动响应等。同时,对辽宁、湖北、湖南、重庆、四川、陕西等省也发出预警通知。

“环保部成立了污染天气应急指挥领导小组,由部长任领导小组组长,各相关司局和监测总站等技术支持单位参加,特别是集合了国内相关领域的权威专家组成专家团队,为重污染天气应对提供科学决策依据。”环保部应急办负责人说,环保部17日还启动I级应急响应,派14个督察组进驻京津冀及周边地区,重点督察重污染天气应急预案启动、应对措施落实情况。

“这次重污染天气应对措施,做出了充足的提前量,像北京提前24小时红色预警,对延缓重污染速度和强度都有明显效果。”中国科学院大气物理研究所研究员王自发说,“区域联防联控,有针对性的控制污染源也起到了很好效果。”



未来感十足的谷歌眼镜,12月22日在西南地区被首次用到淋巴瘤患者的诊断上,第三军医大学新桥医院血液科与上海瑞金医院的专家教授,借助它的高质量视频、图片画面和实时传输等功能,给淋巴瘤患者崔涛进行了首次联合远程查房。

认知计算帮开发者专注于创新

数字时尚

科技日报(记者申明)近日,IBM在东京BlueMix长跑赛决赛获奖项目颁奖。本次大赛中荣获移动应用组一等奖的是华中科技大学周江南开发的一款基于BlueMix认知计算API的智能识图应用“魔芋相机”。它会以语音的形式为盲人描述图片内容,为他们配上一双“认知的眼睛”,这无疑将为中国1400万视力障碍人群带来福音。

图像理解等认知功能的优势,被认为具有很强的创新型、实用性和市场价值。大数据组二等奖的获得者,缪昌新在赛后分享开发体验时表示:“此次开发所使用的键部署服务使我只需把系统所需运行时的环境,通过配置文件告诉BlueMix,它就能在几分钟内自动帮我搭建好开发环境,从而让我专注于开发系统的核心功能。”

2014年,IBM投资10亿美元构建了BlueMix云平台,该平台汇集了认知计算、Watson及物联网等IBM独有的最新尖端科技,并以API的形式向开发者全面开放,大大降低了开发的技术难度与复杂度,让开发者更好地专注于创意本身。



Sleepace 近日发布了一款智能睡眠产品——Nox智能助眠灯。这款Nox智能助眠灯可以释放出590—750nm波长的红橙色灯光,这种灯光就能够刺激人体褪黑素自然分泌,加强睡眠。Nox智能助眠灯还配置了20首助眠音乐,帮助用户快速提高入睡效率。

机器人教师是怎么讲课的?

本报记者 郝晓明

科学与生活 随着电影《超能陆战队》的上演,很多人开始期待自己的生活里能有一个像“大白”一样的机器人陪伴着。日前,一款能够陪伴学生的机器人——“NAO”机器人,作为老师走进东北大学的课堂,为机械与自动化学院大四的学生们讲授了“机电信号处理及应用”课程。

带领团队研发这款机器人的东北大学机械与自动化学院王宏教授说,每一次授课之前,研发团队提前让机器人“试讲”,具体到如何面对PPT的角度等细节,看似轻松愉快的一堂课,背后却承载着整个实验团队的辛勤付出。而这种全新的教学方式,不仅给传统课堂教学输入了新鲜血液,让课堂气氛更加活跃,同学与“老师”的互动性增强。

参与研发的学生讲起实验过程更像是正在讲述着一个有趣的故事。“研发‘NAO’机器人这个过程挺好玩的,你就像是面对一个小娃娃,‘教’它说话、走路、授课,在这个过程中,它也和小孩一样会遇到‘成长’中的问题。比如,在设计动作时,就曾出现四肢无法达到预定的弯曲程度,这需要来回调整无数次。”

据介绍,“NAO”机器人从最初能检测饮水机水位、收拾垃圾,到现在能走上讲台讲课,目前功能上已有了质的飞跃。在第三届“NAO”仿人智能机器人在线程序设计全国比赛中,王宏老师带领的参赛团队成功地实现了“NAO”机器人对名片的定位、名片上邮箱的识别并向该邮箱发送邮件等功能。

“未来机器人老师将具有更多的优点,不仅可以模仿优秀教师进行高强度的授课,也可模仿优秀教师为偏远地区的孩子讲课,而且机器人老师更能吸引学生,承载更多的教学要求,同时也提高了学生的学习兴趣。”王宏说。

新型复合陶瓷能释放微量元素

本报记者 李禾

生活风向标 近日,昆山超猛生物科技有限公司自主研发的“精制复合陶瓷材料”在北京通过了科技成果评价。中国疾病预防控制中心研究员吴亚西、北京科技大学教授曲选辉等专家认为,该复合陶瓷具有释放钙、锌等微量元素等功效,技术水平达到国内领先。

吴亚西说,该复合陶瓷采用天然电气石、蒙脱石、木鱼石、麦饭石、颗粒镁,经粉碎—混合—成形—烧制制备而成;处理后的水质,经中国疾控中心环境与健康相关

产品安全所、上海谱尼测试技术有限公司检测,符合《生活饮用水卫生标准》(GB5749—2006)要求。该复合陶瓷研发者、昆山超猛公司张展志说,产品利用镁电气石能产生微弱电流、负离子和远红外线,形成小水分子团;蒙脱石能吸附细菌和病毒,以及一些有毒有害物质;锌等微量元素等,技术达到国内领先。吴亚西说,该复合陶瓷采用天然电气石、蒙脱石、木鱼石、麦饭石、颗粒镁,经粉碎—混合—成形—烧制制备而成;处理后的水质,经中国疾控中心环境与健康相关