



新华社记者 黄宗治摄 均具备支付宝、微信等移动支付功能。经过充电测试,已正式投入使用。近日,杭州首批公用充电桩项目



新华社记者 刘军喜摄 大学生志愿者为社区孩子们辅导作业。卫星社区“四点半课堂”开课。图为五月三日,安徽省肥西县上派镇



杜炳勋摄 者青睐。微西瓜,不用化肥农药,深受消费「微西瓜」进入收获季节,这种瓜个头近日,新疆二十九团无公害富硒



新华社发(刘勤利摄) 等工作。村民抓紧玫瑰花的采摘、加工、晾晒。镇吴寨村千亩玫瑰迎来采收期。近日,安徽省亳州市谯城区双沟

营养快餐

食疗调治脂肪肝

芹菜炒香菇 芹菜400克,香菇50克,食盐、醋、酱油、味精等调料适量。该方具有清肝热、调气血的作用。 蘑菇烧豆腐 嫩豆腐250克,鲜蘑菇100克。砂锅内放入豆腐片、鲜蘑菇片、盐和清水,用中火煮沸后,用小火炖15分钟,加入调味料即可。该方具有补益脾胃,化痰理气作用。 红焖萝卜海带 海带50克,萝卜100克,丁香、大茴香、桂皮、花椒、酱油、酱油适量。将海带用水浸泡一天,然后海带、萝卜切成丝。将海带油炒几下,放入调料及清油烧开,改中火烧至海带将熟,再放入萝卜丝焖熟即可食用。具有利水下水作用,适用于肥胖性脂肪肝患者。 黄豆炒白菜 黄豆60克,白菜60克,炒熟食用。黄豆中的皂甙可与人体的脂肪结合,所含磷可除掉附在血管壁上的胆固醇,并可防止肝脏内积存过多的脂肪。白菜有清热利尿作用。 芦笋冬瓜汤 芦笋250克,冬瓜300克,再加入盐等调料一起煮汤后食用。具有清热利水、调脂降压作用。 除介绍的上述“四菜一汤”外,餐桌上防治脂肪肝的食物还有:洋葱、大蒜、豆类、菌类食物、玉米、山楂、苹果、燕麦、甘薯、萝卜、芹菜、黑木耳、红枣、茄子、荷叶、黄瓜、番茄等。 膳食中还有许多低脂低糖食物,如荞麦、小米、苦菊、菠菜、胡萝卜、茼蒿、香菜、空心菜、芥菜、蕹菜、苋菜、油菜、马齿苋、荸荠、茭白、竹笋、玉竹、黄精、紫菜、海参等。 脂肪肝的发生和不合理的饮食有很大的关系,不良的饮食习惯、长期饮酒、不爱运动的人都会是脂肪肝的高发人群。

吃啥能减头皮屑

维生素食物 如果人体中长时间缺乏维生素的话,就会导致头皮屑的不断生成。专家指出,维生素B,对蛋白质和脂类的正常代谢具有重要作用,如果长时间缺乏维生素B,的话,就会导致头皮屑的生成。富含维生素B,的食物有很多,比如像动物肝、肾、心、蛋黄、奶类等。 除了要注意补充维生素之外,患者还应该注意少吃些含盐量高的食物,最好是多吃绿色的蔬菜、水果等富含B族元素的食物。 碱性食物 长时间的过度疲劳同样会导致头皮屑的生成,对于这部分人群而言,只要在平时生活中注意多吃些碱性食物便可有效缓解头皮屑。这类食物中的钙、镁、钾等可以中和体内过多的酸性物质,从而让体液恢复弱碱性状态。 谷物食物 在平时生活中头皮屑多的人群还应该适当多吃些黑色谷物类食物,这对头皮屑同样具有抑制以及治疗的作用。专家指出相较于其他颜色的食物而言,黑色食物中的营养更加的丰富,就算是同一种食物,颜色越深其中所含有的营养元素也就越丰富。尤其是在黑色谷物类食物中,多半都含有大量丰富的维生素、硒、铁、钙、锌等矿物质,对人体健康十分有利。常见的黑色谷物类食物有黑米、黑豆、黑芝麻等,患者应该多吃。

随着人口老龄化的加快,有关部门探讨各种养老模式,其中医养结合成为了养老服务新模式。请关注——

医养结合能否突破养老难题?

本报记者 蒋秀娟

打破砂锅

国家统计局报告显示,截至2015年,我国60岁以上的老年人已达2.2亿,占总人口的16.15%。在近日召开的第二届老年医学与科技创新大会上,中国老年医学学会会长范利表示,我国七成以上的老年人存在慢病和共病,慢病、共病会导致老人多系统受累,最终引发多器官衰竭,是老人死亡的最主要原因。 在日益严峻的老龄化形势面前,如何创新养老模式是大家共同关注的问题。作为传统养老模式的延伸和升级,“医养结合”养老模式被认为是破解养老难题的重要途径。在其间举办的“互联网+医养结合和老年医疗照护”分会上,记者了解到,尽管多地已经尝试结合当地情况进行医养结合的实质性探索,然而从目前的情况来看,医养结合还有众多困境和瓶颈待解。

养老面临多重难题

2015年11月,卫生计生委等9部门发

布《关于推进医疗卫生与养老服务相结合的指导意见》的通知,提出到2017年医养结合政策体系、标准规范和管理制度要初步建立。同时也为医养结合作出了总体布局:医养结合不但包括传统的生活照料服务,更突出的是包括医疗康复保健服务,是集医疗、健康咨询、健康检查、疾病诊疗和护理、大病康复以及临终关怀为一体的养老服务模式。 作为一种养老服务新模式,广州市老人院副院长刘联琦认为,医养结合还面临着诸多挑战。目前我国国内老年医学科技发展相对滞后,专门为老年人提供医疗卫生服务的资源相对较少,老年医疗护理机构数量极少。而老年医学科在综合医院科室建设中被边缘化,一般医院老年诊疗环境建设不被重视。同时,养老机构也面临着医疗政策限制、收费标准如何确定、机构性质如何确定、医养融合难等问题。 中国老年医学学会副会长陈运奇认为,首先,医养结合存在着医养分家的体制顽症,卫生管医疗、民政管养老,互不跨界;其

次,存在“医养学术不相容”的问题,西医重医、中医重养、中西不融、学术不容;第三是医养服务相分离,医中不养、养中缺医、医养不连续。最关键的医养人才,专业水平低;医养政策少配套,体制、医保、教育、职称、待遇等不配套。 “互联网+”探索新模式 中国工程院院士、阜外医院原院长高润霖指出,2012年的研究显示,我国25%的居民首选未选择第一职能等级医疗机构,其中,城市这一比例达到51.7%,农村这一比例为18.3%。之所以如此,在于基层医疗水平难以满足百姓需求。 对此,陈运奇提出,“互联网+”是破解医养结合的有效途径。通过互联网,家庭、社区、医院、养老院可以达到互联互通、信息共享,不出家门就可以预约挂号、网上咨询、远程会诊、远程培训、网上购药……通过网上家庭医生、网络医院等,实现全民健康管理,使“智慧医疗、智慧养老”变为现实。

在医养服务方面,河北省石家庄市栾城区姜店镇东许营村成为首家“互联网+医养结合示范村”。 他们一是通过村医院,解决村民的日常医疗问题;二是通过与解放军总医院(又称“301医院”)合作的远程会诊平台,解决疑难杂症问题;三是通过以中医为主的“医、养、炼”方法,解决村民的日常健身和治慢病、治未病、抗衰老问题;四是通过“健康小屋”健康体检模式,对全体村民实行健康体检和服务管理。 实现家门口医养结合 “如今,我们的村民家中有的安装了可视对讲终端,跟村里医院进行连接,就可直达医院医生值班室,随时应对各种紧急情况。村民的电子健康档案还与医院的医疗信息、健康体检和管理信息融为一体,并与301医院远程会诊相连,医学影像拍完就能直接传到301医院专家的电脑上,实现村医院病人由大医院专家在线诊断。”东许营村村长穆文娟介绍。

记者在东许营村看到,这里分别设立了一个小型医院、一个小型养老院和一个以全体村民为服务对象的健康管理中心,通过互联网等高新技术实现了三个单位的工作流程数字化,所有设备互联互通,所有的医疗、健康信息互联互通;通过建立数字化医院、数字化养老院、数字化健康管理平台,实现了高度集成的智能化健康管理,保证村民不出村就能享受智慧医疗、智能养老。 陈运奇认为,医养结合需要从“组织形式结合、服务模式结合、学术内容结合、人才培养结合、配套政策结合”五个方面来落实。东许营村“互联网+医养结合”模式,实现居家养老智能化服务,不仅解决了该村村民就医难、看病难、养老难的问题,也为农村就医养老、加速社会主义新农村建设摸索出了一条新路径。 “未来,在基层人才培养、运行系统化、模式化以及配套政策上,农村以及县城的医养结合模式还有进一步研究和提升的空间。”陈运奇说。



“80后”夫妇李晚天和梁永英,大学毕业打拼多年后,选择回到家乡福建省龙岩市上杭县中都镇军联村创业,他们最终选择种植水稻,目前年产量近1000吨,年纯收入10余万元。他们拥有插秧机、播种机、收割机,还斥资8万多元购买了无人机用于田间管理。 新华社记者 宋为伟摄

画中有话

国产X86处理器运行稳定可靠

数字时尚

科技日报(记者左常睿)近日,国家“核高基”重大专项成果——兆芯ZX-C国产X86处理器及通用解决方案,亮相第三届首都网络安全日系列活动。 上海兆芯集成电路有限公司带来的国产ZX-C系列处理器,是基于X86架构,采用28nm制造工艺的四核处理器,主频可达2.0GHz,功耗仅18W,并且支持硬件虚拟化技术。配套的ZX-100S芯片组支持双通道

DDR3内存,配备PCI-E3.0、SATA3.0等高速接口,集成高性能图形处理器,支持HD-MI/DP等高清显示标准。 此外,兆芯ZX-C+和ZX-C+FC-1080/1081处理器还支持高速国密算法指令,使用了兆芯高速国密算法指令的平台,SM3的运算速度能够超过3200Mb/秒,SM4的运算速度也将近2400Mb/秒,两种算法运算速度的提升幅度能够达到国际主流通用处理器平台的2-3倍。 据介绍,兆芯提供的ZX-C应用解决

方案支持中电昆仑、百数等国产BIOS以及Windows、中标麒麟、Redhat等各领域操作系统。广泛应用于桌面电脑、笔记本、一体机、存储服务器、磁盘阵列、工控机等多种产品形态。通过反复运行开关机测试和Burn in压力测试,证明兆芯处理器具有极强的稳定性和可靠性,应用兆芯处理器的国产电脑整机平均故障间隔时间已达到高于10万小时的超高稳定性要求。 兆芯副总裁傅城表示,“三年时间里,兆芯成功研发出ZX-C系列国产通用X86处理器及配套芯片组产品并实现量产。未来,我们将建立更加完整、更安全可控的国产电脑产业体系,服务国家战略。”

多层次养老服务体系初步形成

王思北

生活风向标

“我国已初步形成了以居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养结合的多层次养老服务体系。今后将全面放开养老服务市场,满足老年人多元化的养老服务需求。”民政部副部长高晓兵5月3日在第五届中国国际养老服务业博览会上这样表示。 “人口老龄化的发展,给中国的经济社会发展带来深刻影响,老年人的养老服务需求急剧增长,养老问题日益成为影响国计民生的重大战略问题。”高晓兵说,积极应对我国人口老龄化,加快发展养老服务业,是全面建成小康社会的一项紧迫任务。

记者从民政部获悉,近年来,我国养老服务发展迅速。截至去年底,全国20个省份建立了高龄老人津贴制度,惠及2155万老年人;23个省份建立了生活困难老人养老服务补贴制度,惠及654.9万老年人。全国养老床位达680万张,每千名老年人拥有床位30.8张。同时,江苏、上海等5省份的城市社区日间照料中心覆盖率达到了100%,农村日间照料中心覆盖率超过了50%。 高晓兵表示,今后将以满足老年人多元化的养老服务需求为目标,大力推进养老服务供给侧改革,全面放开养老服务市场,提升老年人健康养老水平,确保老年人共享改革发展的成果。

(据新华社电)

水稻机插育秧提高成秧率

本报记者 马爱平

科学与生活

中国农科院水稻高效栽培创新团队近日披露,该团队成功研发了水稻机插育秧,由该团队作为育秧的土育秧,可显著提高成秧率,培养的秧苗矮壮、根系发达,白根及根毛多,根系盘结力强、抗逆性强,可显著降低因低温等危害导致的立枯病发病率,机插后秧苗返青快、起发早、产量高。 团队负责人、中国水稻研究所研究员朱德峰介绍,经多年试验示范,他们的技术克服了纯有机质存在的重量偏轻、易发酵烧苗、出苗顶土、取秧不稳定等,以及纯无机质存在的重量重、劳动强度大等问题。 “目前,我们创建了‘中锦’牌水稻机插

育秧基质产业,并实现产业化生产。该基质在湖南省农业厅组织不同生态区和不同季节10余个县市的水稻育秧基质评比中,名列第一;在浙江、江西、湖南、安徽、黑龙江、辽宁、宁夏等地得以应用,取得了显著的增产效果。”朱德峰说。 此外,科研团队利用多年科研成果,研究适应我国水稻生产环境和条件下的水稻机插育秧模式和技术,将水稻育秧分为二个阶段。第一阶段播种到出苗在育秧中心的工厂中完成,温度湿度可控,保障种子出苗的稳定性,一个育秧中心能提供万亩机插所需秧苗;第二阶段从出苗秧盘到可机插的秧苗,在育秧场地完成,将第一阶段的出苗秧盘送到育秧场地育秧,可以多种形式和多个育秧点。

QR code and text for TABATA smart tea table advertisement.

Image and text for TABATA smart tea table advertisement.

当心这些食品不合格

给您提个醒

据新华社电 食品药品监督管理总局3日发布消息称,食药监总局近期组织抽检肉及肉制品、蔬菜制品、焙烤食品、蛋及蛋制品、罐头和食用油、油脂及其制品等。抽样检验项目合格样品564批次,不合格样品8批次。 根据食药监总局通告,不合格产品情况如下: 厦门富山诚达百货商业广场有限公司思明分公司销售的标称厦门夏商黄金香食品有

限公司海沧肉类联合加工厂生产的咖喱味猪肉条(肉干),菌落总数检出值为12000CFU/g,比标准规定(不超过10000CFU/g)高出20%。 临沂批发城顺洪光食品商行销售的标称临沂泉肉制品有限公司生产的瘦肉肠,苯甲酸检出值为0.35g/kg,标准规定为不得使用。 天猫(网站)张士奎食品旗舰店销售的标称安徽张士奎食品有限公司生产的高公油辣椒,苯甲酸检出值为1.5 g/kg,比标准规定

(不超过1.0g/kg)高出50%。 天猫(网站)首席食品专营店销售的标称山东莱芜泰顺高食品有限公司生产的糖醋蒜,糖精钠(以糖精计)检出值为0.29g/kg,比标准规定(不超过0.15g/kg)高出93.3%;甜蜜素(以环己基氨基磺酸计)检出值为2.27g/kg,比标准规定(不超过1.0g/kg)高出约1.3倍。 江西山郎电子商务有限公司销售的标称江西山歌食品有限公司生产的笋干,铅(Pb)检出值为1.9 mg/kg,比标准规定(不

超过0.4mg/kg)高出约3.8倍。 淘宝(网站)华东食品联盟销售的标称福建省乡亲食品股份有限公司生产的肉松条,防腐剂各自用量占其最大使用量比例之和为1.1,比标准规定(不超过1)高出10%。 天猫(网站)海玉食品官方旗舰店销售的标称山西海玉食品有限公司生产的红枣糕,防腐剂各自用量占其最大使用量比例之和检出值为1.46,比标准规定(不超过1)高出46%。 张家口海帝商贸有限公司销售的标称吉林郭勒盟红井源油脂有限责任公司生产的胡麻油,溶剂残留量检出值为14.5mg/kg,标准规定为不得检出。