

筑牢风险“防波堤” 资本市场聚焦增强“免疫力”

“十五五”规划纲要明确提出,健全投资和融资相协调的资本市场功能,优化发行上市、信息披露、并购重组、退市等基础制度,提高上市公司质量,建立增强内在稳定性长效机制。在当前国际地缘冲突加剧引发全球金融市场动荡的背景下,这一部署的战略意义凸显。

接受《经济参考报》记者采访的业内人士指出,A股市场具备多重支撑因素,随着包括中长期资金入市等在内的投融资综合改革的持续推进,资本市场的“稳”字根基将更加牢固。

A股具备多重因素支撑

近一段时间以来,受到国际地缘冲突加剧的影响,全球金融市场动荡不安。Wind统计数据显示,道琼斯工业指数、纳斯达克指数和标普500指数3月份以来分别累计下跌了5.65%、3.18%和4.33%,在亚洲市场,日经225指数和韩国综合指数同期分别累计下跌11.21%和11.05%。原油、黄金等商品价格波动幅度显著加大。全球金融市场的动荡,凸显了风险资产在地缘冲突加剧下面临的挑战。

从市场表现来看,相较于亚洲其他经济体,A股市场表现出了一定韧性。Wind数据显示,3月份以来,A股日成交规模稳定在2万亿元上方,两融余额则稳定在2.6万亿元左右。业内人士普遍认为,A股具备多重因素支撑。

开源证券宏观经济首席分析师何宁对记者表示,中国资产重估驱动力正

从“估值修复”逐步迈向更具持续性的“盈利驱动”新阶段,从宏观基本面上看,中国经济在复杂的外部环境中展现出强大的抗压能力和增长韧性,1至2月工业生产稳中有升,AI需求支撑出口走强,财政前置发力下固投三大分项均筑底回升,物价水平继续修复,经济基本面构成了资产价值重估的坚实基础。此外,地缘冲突加速全球新旧能源切换,化石能源供应链的脆弱性驱使各国寻求“能源安全”和“去风险化”,我国不仅具有新能源的全产业链优势和技术领先性,且能源多元化战略和大规模战略储备有利于缓冲对经济的负面影响。

瑞银证券中国股票策略分析师孟磊则表示,近期A股主要股指的隐含波动率低于2025年4月全球贸易冲突升级期间以及其他海外主要股指。预计2026年全部A股盈利增速将提升至8%,利润率方面,更多支持政策的推出以及“反内卷”的推进有望进一步改善非金融板块的利润率。宽基ETF的资金净流出自2月以来已告一段落,考虑到增量的宏观政策、科技创新火花的迸发、资本市场及市值管理的持续改革,A股市场估值有望在中期得到修复。

监管聚焦增强市场内在稳定性

在全球金融市场动荡背景下,增强我国资本市场的内在稳定性、防范化解外部冲击变得尤为重要,对此,监管部门高度关注。证监会主席吴清此前表示,要着力筑牢资本市场风险“防波堤”,“防浪堤”。全方位加强市场风险监控,

高度关注风险跨市场跨期跨境传导,巩固和加强战略性力量储备和稳市机制建设,进一步健全中长期资金入市机制,动态完善应对外部输入性风险的政策工具箱,备好、用好工具箱,全力维护市场稳健运行。

证监会近日在传达学习全国两会精神时也强调,强化底线思维,密切跟踪国际金融市场和内外环境变化,强化境内外、期现货市场联动监测监管,不断巩固和加强中国特色稳市机制建设,更大力度推动上市公司完善治理、提升价值,进一步增强市场内在稳定性。

南开大学金融发展研究院院长田利辉对记者表示,筑牢资本市场“防波堤”,关键在于从“被动应对”转向“主动构建”风险隔离机制,需要实现“监测-隔离-协同”三位一体。要运用监管科技构建全域风险雷达,实时追踪跨境资金异动与跨市场传染路径;动态充实政策工具箱,强化逆周期调节与中长期资金“压舱石”作用;深化跨境监管协作,完善资本流动宏观审慎管理。

他表示,在市场微观层面,要严控金融机构跨境敞口与衍生品杠杆,建立跨境风险传染的压力测试与早期预警系统,防止海外资产价格剧烈波动通过ODI、互联互通等渠道回流冲击。在预期管理层面,需要进一步提升政策透明度与沟通效率,以确定性政策对冲外部不确定性,避免恐慌情绪自我实现。在增强市场内在稳定性方面,推动

中长期资金入市是关键一环。今年政府工作报告提出“进一步健全中长期资金入市机制”。吴清表示,要健全“长钱长投”的市场机制和生态,完善中国特色稳市机制建设,丰富周期逆周期调节的手段和机制,进一步增强市场内在稳定性。

华西证券指出,从政策脉络来看,从2024年9月中共中央政治局会议明确提出“大力引导中长期资金入市”,到2025年《关于推动中长期资金入市工作的实施方案》落地,再到今年政府工作报告明确提出“进一步健全中长期资金入市机制”,政策重点不仅是“推动入市”,而是要让长钱“愿意来、留得住、长得大”,突出资本市场的长期生态建设和秩序维护,表明中长期资金不仅是阶段性托底市场的资金,更是资本市场稳市机制建设的重要组成部分。

田利辉则指出,内在稳定性是市场自身的“免疫系统”,比任何外部托举都更重要。内在稳定性的本质,是让市场既具备承受冲击的韧性,又拥有自我修复的弹性。增强内在稳定性,在资金端,要让中长期资金真正成为压舱石,改变市场过度依赖短期资金的脆弱结构;在资产端,要提升上市公司质量,严把入口、畅通出口,让分红回购成为常态,使投资者有稳定的回报预期;在制度端,要完善逆周期调节机制,在交易机制、杠杆约束、风险对冲工具等方面形成一套能够自我修复的规则体系。

经济参考报



广州:自动驾驶 未来渐至

3月24日,在广州市海珠区螺旋大道拍摄的文远知行自动驾驶小巴。自2017年开展自动驾驶道路测试以来,经过近9年的创新发展,广州在自动驾驶产业基础上已形成相对完整的生态,汇集了汽车整车制造、自动驾驶系统集成、共享出行平台、第三方检验检测机构、智能网联零部件生产等行业头部企业。截至目前,广州已累计开放1364条自动驾驶测试道路。全市开展道路测试与示范运营的车辆941辆,涵盖了自动驾驶出行服务、公交小巴、环卫清扫、厢式物流等多种车型。

新华网

为移民境外企图出卖涉密资料

近期,国家安全机关破获了一起某重要岗位离职人员主动投靠境外间谍情报机关的案件。

根据国家安全机关通报,李某原在某休养单位工作,主要负责退休老干部的医疗保健工作,能够接触到许多退休前从事涉密工作的老干部。但因多次违法违纪,李某被单位开除。此后,李某终日沉迷于网络,还经常“翻墙”浏览

境外网站,想要移民国外。

一次,他在浏览某境外网站时发现,可通过考取某国执业医师资格证获得该国永居签证。为进一步提升自己移民的成功率,李某竟萌生以涉密材料作为“投名状”的错误念头。

李某整理了之前在职期间违规下载存储的大量涉密、敏感材料,并编造大量攻击抹黑我党和政府的虚假信息,为日后投靠境外间谍情报机关做准

备。后在准备赴该国考试期间,李某提前联系了该国某律所和基金会,表达了请求帮助与该间谍情报机关建立联系的意愿。

国家安全机关及时发现了李某企图投靠境外间谍情报机关的可疑情况,在李某即将离境前依法对其采取强制措施,有效防范化解了重要岗位离职人员出境泄密的风险。被捕后,李某深刻认识到自身违法犯罪的恶劣影响和可

能带来的严重后果,并对自己企图通过出卖涉密资料、攻击污蔑我党和国家形象,投靠境外间谍情报机关以换取个人利益的罪行后悔不已,但等待他的将是法律的严惩。

《中华人民共和国反间谍法》规定,参加间谍组织或者接受间谍组织及其代理人的任务,或者投靠间谍组织及其代理人,属于间谍行为。维护国家安全是每个公民的责任与义务,任何公民都应当保守所知悉的国家秘密。如果发现危害国家安全行为,可通过12339国家安全机关举报电话等渠道进行举报。

央视网

学法 时习之

“喝酒不开车,开车不喝酒”是必须恪守的行为底线和法律红线。然而,有人不仅酒驾,遇查后还串通他人“顶包”,试图混淆视听,最终“醉”上加罪,害人害己。

【案件回顾】

2025年4月某日,张某某驾车带女友徐某一同参加公司团建。期间,徐某未喝酒先行离开,张某某继续和同事喝酒至凌晨。

次日3时,张某某认为深夜车少便心存侥幸,独自驾车离开,后撞上隔离匝,致车辆侧翻,随即联系徐某赶往现场,二人碰面后打电话联系拖车并原地等待。

5时30分,警方接到路人报警后赶

醉驾后找人“顶包”? 法院提醒:害人害己不可取

至现场并询问二人事发情况。为包庇男友,徐某向民警表示自己开的车,因避让其他车辆才导致翻车,张某某也顺势谎称是女友开的车,自己在旁边睡觉。

警方再三与徐某确认车辆的实际驾驶人,并警告替人顶包需要承担法律责任,但徐某仍坚称车是自己驾驶。随后,民警对二人进行呼气式酒精测试,徐某测试结果为0mg/100ml,张某某测试结果为211mg/100ml。

后经查看路面监控,警方发现车辆为张某某某所驾驶,徐某在替张某某顶包行为。于是,于当日10时30分将二人传唤到案,并对张某某进行抽血检

验,其血液内乙醇含量为1.44mg/ml。法院经审理认为,被告人张某某醉酒后在道路上驾驶机动车,其行为已构成危险驾驶罪;被告人徐某某明知张某某醉酒后驾驶机动车仍作假证明包庇,其行为已构成包庇罪。被告人张某某、徐某某到案如实供述自己的罪行,被告人徐某某自愿认罪认罚,依法从轻处罚。

法院判决,被告人张某某犯危险驾驶罪,判处有期徒刑四个月,并处罚金人民币一万元;被告人徐某某犯包庇罪,判处有期徒刑二个月,缓刑二个月。

【以案为鉴】

上海市普陀区人民法院刑事审判庭审判员薛伊斯表示,面对公安机关调查,如实供述是公民的法定义务。驾驶人饮酒后否认自己驾驶车辆,或让他人作虚假证明、顶替责任,都属于逃避法律追究的从重情节,情节严重的还可能构成妨害作证罪、包庇罪。

法官提醒,每一位交通参与者都应引以为戒,坚决杜绝酒后驾车行为;在亲友涉嫌违法时,应规劝其主动承担责任,而非协助隐瞒、顶替。违法之事绝不能为,切莫让所谓“帮忙”成为“帮倒忙”。

人民网

健康中国,共建共享。不同年龄段人群有哪些健康困扰?做好自身健康管理,需重点关注哪些方面?

儿童青少年——饮食均衡 适度运动

肥胖、消瘦、近视、脊柱侧弯等问题可能影响儿童青少年的健康成长。如何预防?

“儿童青少年肥胖并非单一原因造成,而是多吃、少动,叠加心理、睡眠、家庭和社会环境等多重因素的综合结果。”安徽医科大学第一附属医院内分泌科主任医师陈明卫介绍,多为孩子提供新鲜、均衡的食物,限制甜食含糖饮料和加工零食。适量的运动必不可少,家长和学校要引导孩子养成运动的习惯。

对于消瘦的儿童青少年,陈明卫建议也要调整餐食结构,在保证三餐正餐扎实有营养的同时,还要在上下午进行两次加餐;养成良好的饮食习惯,如细嚼慢咽、专心吃饭、定时定量、饭前不大量饮水;优化食物选择与烹饪方法,多吃易于消化吸收的食物,如山药粥、南瓜小米粥、清蒸鱼等,避免生冷油腻的食物。“目标是在增加健康体重的同时,促进肌肉生长和整体健康。因此消瘦的孩子也要适度运动,同时保证充足睡眠,管理好压力。”陈明卫提醒。

“小眼镜”是不少家长焦虑的问题。安医大一附院眼科主治医师马庆凯表示,预防近视应增加儿童青少年白天的户外活动,每天保证2个小时的户外活动时间。“家长应以身作则,自己不要躺着看书、看手机,控制孩子的近距离用眼姿势和习惯,多带孩子进行户外活动。”马庆凯说。

马庆凯提醒,对于未近视的青少年,家长也要多留意孩子的用眼情况,出现视物歪头、眯眼看东西、拉扯眼角等情况就应及时到正规医疗机构就诊。若出现真性近视要及时完善检查,根据医生建议,佩戴合适的眼镜。

孩子出现高低肩、含胸驼背等疑似脊柱侧弯症状时,要如何应对?安医大一附院骨科(脊柱外科)副主任医师李伟建议,及时到医院就诊,判断是否为姿势不良等暂时性原因造成的功能性脊柱侧弯。

长期保持错误的坐姿、站姿,如久坐、跷二郎腿,以及习惯性单侧负重,都会导致功能性脊柱侧弯。李伟表示,治疗功能性脊柱侧弯应及时纠正儿童青少年错误的不良生活习惯,同时要增加运动,可以通过游泳、平板支撑等重新建立脊柱周围的肌力平衡。

中青年——舒缓身心 预防慢病

青年人工作节奏快、压力大、睡眠不足,亚健康问题突出;中年人在承担家庭与工作双重责任的同时,身体机能逐渐下降,慢性病风险增加。中青年如何缓解身心压力,修复“身体赤字”?

缺乏运动与久坐,是不少中青年面临的问题,兰州大学第二医院内分泌及临床营养科主任医师孙静说,许多人一天坐办公室超过8小时,加上运动不足导致肌肉紧张、颈项僵硬及代谢下降。

许多人每天平均睡眠时长不足6小时,可能导致注意力下降、免疫力减弱、肥胖风险增加。饮食方面长期依赖外卖快餐,这些食品大多高油、高盐、高糖,会增加肥胖、脂肪肝及高血压风险。

孙静介绍,男性40岁后、女性绝经后,血压及血脂常开始升高,继发的动脉硬化可导致心脏病与脑卒中。酒精过量摄入和药物滥用,是肝脏与消化系统疾病的主要诱因。注重定期体检与风险筛查,除常规血压、血糖监测

外,还应检查肝肾功能、血脂及肿瘤标志物。女性应关注乳腺和宫颈筛查,男性应重视前列腺与心血管健康。

生活节奏快、工作压力大等使得中青年容易出现情绪波动、失眠等。孙静建议,中青年群体应建立心理健康档案,关注压力、情绪及睡眠质量指标。可以进行冥想、深呼吸训练等放松疗法。若出现持续焦虑或情绪低落,应及时就医,避免自我压抑。

良好生活方式可有效降低慢性病风险。保持相对固定且充足的睡眠时间,睡前减少电子屏使用,控制咖啡因摄入量。同时,尽量保持放松的夜间习惯,必要时接受心理辅导或睡眠门诊治疗。每日保证摄入足量蔬菜与水果,减少加工肉与甜饮料。控制总能量摄入,同时补充优质蛋白,如鱼类、豆制品及低脂奶。

在评估身体机能基础上适度体育锻炼,如每周进行150分钟以上的中等强度或75分钟以上的高强度运动,分次完成;每坐1小时应起身活动,形成主动运动的生活习惯。

老年人——科学补钙 监测用药

骨质疏松、关节疼痛、心脑血管疾病、认知功能下降等是老年人常见的健康困扰。

“骨质疏松被称为‘静悄悄的杀手’。”海南省人民医院医疗保健中心(老年医学中心)主任医师何扬利介绍,许多患者平时没有明显感觉,却可能因咳嗽、弯腰等轻微动作引发骨折。不少老年人认为,骨质疏松只要补钙就行,这是一个常见误区。何扬利提醒,单纯补钙远远不够,关键在于促进钙的吸收,要注重维生素D的补充,可在医生指导下口服。

若出现关节疼痛,应及时就医,在医生指导下明确病因并规范用药。何扬利介绍,老年人关节疼痛多由退行性关节炎病变引起,膝关节退行性病变尤为常见。

在日常生活中,老年人应有意识地保护膝关节,存在骨关节炎高危因素或既往膝关节损伤史的老年人,出行尽量选择乘坐电梯、缓坡道行走或平地路线,避免步行下楼梯加重关节损伤。许多老人关节疼痛时会自行购买布洛芬等非甾体类消炎镇痛药,此类药物若长期使用不当使用,可能会对胃肠道黏膜和肾功能造成损伤。

心脑血管疾病是老年人健康的主要威胁之一。何扬利建议,老年人日常饮食应保持低盐低脂,摄入充足的维生素。保证良好睡眠,保持心情舒畅。坚持适度锻炼,建议每周进行至少5天、每天30分钟以上的中等强度运动。养成定期体检习惯,控制好血压、血脂、血糖等指标。

需要长期服药的慢性病患者,应加强用药期间的监测。如患有高血压、冠心病等慢性病的老年人,在长期服药期间应定期监测“三高”指标的控制情况,了解药物是否有效,剂量是否合适。

何扬利提醒,要警惕认知功能下降的早期信号。家人应多关注老年人的记忆力、语言表达、执行能力和情绪变化,例如是否遗忘近期事物、不能完成熟悉的工作、性格发生改变等。一旦发现异常,应及时带老年人到记忆门诊、神经内科或老年科进行筛查评估。

各年龄段人群如何做好健康管理

生活节奏快、工作压力大等使得中青年容易出现情绪波动、失眠等。孙静建议,中青年群体应建立心理健康档案,关注压力、情绪及睡眠质量指标。可以进行冥想、深呼吸训练等放松疗法。若出现持续焦虑或情绪低落,应及时就医,避免自我压抑。

良好生活方式可有效降低慢性病风险。保持相对固定且充足的睡眠时间,睡前减少电子屏使用,控制咖啡因摄入量。同时,尽量保持放松的夜间习惯,必要时接受心理辅导或睡眠门诊治疗。每日保证摄入足量蔬菜与水果,减少加工肉与甜饮料。控制总能量摄入,同时补充优质蛋白,如鱼类、豆制品及低脂奶。

在评估身体机能基础上适度体育锻炼,如每周进行150分钟以上的中等强度或75分钟以上的高强度运动,分次完成;每坐1小时应起身活动,形成主动运动的生活习惯。

老年人——科学补钙 监测用药

骨质疏松、关节疼痛、心脑血管疾病、认知功能下降等是老年人常见的健康困扰。

“骨质疏松被称为‘静悄悄的杀手’。”海南省人民医院医疗保健中心(老年医学中心)主任医师何扬利介绍,许多患者平时没有明显感觉,却可能因咳嗽、弯腰等轻微动作引发骨折。不少老年人认为,骨质疏松只要补钙就行,这是一个常见误区。何扬利提醒,单纯补钙远远不够,关键在于促进钙的吸收,要注重维生素D的补充,可在医生指导下口服。

若出现关节疼痛,应及时就医,在医生指导下明确病因并规范用药。何扬利介绍,老年人关节疼痛多由退行性关节炎病变引起,膝关节退行性病变尤为常见。

在日常生活中,老年人应有意识地保护膝关节,存在骨关节炎高危因素或既往膝关节损伤史的老年人,出行尽量选择乘坐电梯、缓坡道行走或平地路线,避免步行下楼梯加重关节损伤。许多老人关节疼痛时会自行购买布洛芬等非甾体类消炎镇痛药,此类药物若长期使用不当使用,可能会对胃肠道黏膜和肾功能造成损伤。

心脑血管疾病是老年人健康的主要威胁之一。何扬利建议,老年人日常饮食应保持低盐低脂,摄入充足的维生素。保证良好睡眠,保持心情舒畅。坚持适度锻炼,建议每周进行至少5天、每天30分钟以上的中等强度运动。养成定期体检习惯,控制好血压、血脂、血糖等指标。

需要长期服药的慢性病患者,应加强用药期间的监测。如患有高血压、冠心病等慢性病的老年人,在长期服药期间应定期监测“三高”指标的控制情况,了解药物是否有效,剂量是否合适。

何扬利提醒,要警惕认知功能下降的早期信号。家人应多关注老年人的记忆力、语言表达、执行能力和情绪变化,例如是否遗忘近期事物、不能完成熟悉的工作、性格发生改变等。一旦发现异常,应及时带老年人到记忆门诊、神经内科或老年科进行筛查评估。

人民日报



经合组织:预计今年全球经济增速为2.9%

经济合作与发展组织(经合组织)近日发布最新经济展望报告,预计2026年全球经济增速为2.9%,2027年将小幅回升至3.0%。报告指出,中东局势不确定性对全球经济韧性构成考验,若能源价格长期处于高位,将显著推高企业成本,推升通胀水平,拖累全球经济增长前景。

报告表示,在中东冲突升级前,全球经济总体保持韧性,人工智能技术相关投资和生产活动强劲,叠加财政政策支持和经济活动持续活跃,冲突升级后,能源价格飙升及局势不确定性上升推高成本、抑制需求,在一定程度上抵消了此前经济动能带来的支撑作用。

报告预计,美国经济增速将从2026年的2.0%放缓至2027年的1.7%。受高能源价格拖累,欧元区经

济增速预计将在2026年降至0.8%,随后在国防支出增加带动下,预计2027年回升至1.2%。

通胀方面,受能源价格飙升和供应链中断影响,中期通胀预期有所上升。预计二十国集团(G20)国家2026年通胀率将较此前预测高出1.2个百分点,达到4.0%,随后随着能源价格压力缓解,2027年回落至2.7%。二十国集团发达经济体核心通胀率预计将从2026年的2.6%降至2027年的2.3%。

报告称,当前全球经济前景面临显著不确定性。上述预测数据基于的判断是全球能源供应受阻自2026年年中以后逐步缓解。若中东地区出口持续受阻,可能进一步推高能源价格,加剧关键大宗商品短缺,从而推升通胀并抑制增长。

新华社