

聚焦平台经济、光伏等重点行业领域

市场监管总局发文整治“内卷式”竞争

3月30日,市场监管总局发布关于进一步贯彻实施《中华人民共和国反不正当竞争法》的通知。记者注意到,通知将综合整治“内卷式”竞争列入准确把握贯彻实施反不正当竞争法的工作重点,提出综合运用各类反不正当竞争措施,着力防治平台经济、光伏、锂电池、新能源汽车等重点行业和领域“内卷式”竞争。

通知要求,精准辨识和依法查处平台企业无正当理由,利用搜索排名、经营评价、算法控制、限制流量、下架商品、增加费用、拖欠账期、中止交易、内部惩戒等手段,或在补贴、优惠、红包、折扣、“满减”、“买赠”、促销等活动中,强制或者变相强制平台内经营者以低于成本的价格销售商品,扰乱市场竞争

秩序。对个案进行违法判定时,要综合考虑交易标的性质、生产规模和类型、市场和销售情况、生产效率和成本、商品或服务品质等多方面因素。

通知还强调,压实平台经营者处置不正当竞争行为的责任义务,督促平台明确平台内公平竞争规则,建立专门工作机制,接受举报投诉,做好纠纷处置,及时采取必要措施处置不正当竞争行为,保存有关记录并报告执法机构。防止平台经营者借审核管理不当干预平台内经营者的自主经营权。

此外,健全反不正当竞争工作机制,防治大型企业等经营者拖欠中小企业账款、强化网络不正当竞争行为监管、制止典型不正当竞争行为、加强商业秘密保护、探索反不正当竞争域外执

法等成为工作重点。

值得注意的是,为推动反不正当竞争法的有效实施,通知对完善制度规则体系做出部署,提出构建公开透明可预期的反不正当竞争法律制度体系,完善反不正当竞争顶层设计。对标高水平国际经贸规则,在政府规制、监管透明、企业合规等方面有效衔接,增强反不正当竞争制度型开放的话语权。及时总结监管实践经验,推动研究制定《禁止网络不正当竞争条例》。

在提升监管执法效能方面,通知要求,持续加强平台经济、民生保障、技术创新等领域不正当竞争“首案”打击和“类案”整治,强化警示预防引导、防范系统性风险,避免推高后治理成本。同时,要合理把握处罚力度,做到监管

执法的时度效统一、法理情协调,准确理解取消虚假宣传处罚金额下限要求的规定,准确适用关于从轻减轻或者不予行政处罚的规定,为经营主体创新和自由竞争预留空间。

十四届全国人大常委会第十六次会议于2025年6月27日表决通过新修订的《中华人民共和国反不正当竞争法》,自2025年10月15日起施行。市场监管总局表示,贯彻实施好新修订的反不正当竞争法,是从制度上法律上确保党的有关路线方针政策决策部署得到全面贯彻和有效实施的重要保障,对进一步完善市场竞争规则,加快建设高效规范、公平竞争、充分开放的全国统一大市场具有重要意义。

经济参考报



我国首款7吨级运投无人机长鹰-8首飞成功

3月31日上午,我国首款7吨级固定翼运投无人机长鹰-8在郑州上街机场首飞成功。

长鹰-8运投无人机是国内首款通过实机验证的7吨级无人运投平台,被誉为“空中重卡”,填补了我国7吨级货运无人机平台空白,标志着我国在高端智能航空物流装备领域取得关键自主技术跨越。该款运投无人机可应用于远程物流运输、应急救援投送、边境物资补给、复杂地域作业等场景,为低空经济发展、应急保障体系建设提供装备支撑,最大航程超过3000公里。

新华网

睡梦中突然一抽惊醒 难道是身体在报警?

“深夜睡得正沉,突然浑身一抖惊醒,心脏狂跳不止”“闭眼刚要入睡,腿就不受控制地抽动,反复几次再也睡不着”……这样的经历,不少人都曾有。有人说这是身体在“求救”,也有人认为只是劳累后的正常反应。据世界睡眠学会(WFSRS)统计,全球约1/3的人群存在不同程度的睡眠相关运动异常,其中睡眠中突然惊醒、肢体抽动的发生率高达40%,尤其在中青年上班族和中老年人中更为常见。

因抖动或坠落感惊醒是病吗?

很多人都有过这样的体验:快要睡着时,突然身体一抖,有时还会伴随“踩空感”“坠落感”,进而被惊醒。先明确告诉大家:偶尔一次的睡眠中肢体抽动、突然惊醒,并非身体“求救”,大多是正常的生理现象,无需过度焦虑。

这种常见的“睡眠惊跳”,在医学上称为“入睡抽动”,属于睡眠相关运动障碍中的“正常变异”,也就是无病理意义的、不影响健康,仅与生理状态相关的轻微运动异常。从医学原理来看,人在入睡时,大脑皮层会逐渐进入抑制状态,但部分神经细胞可能还处于活跃状态,这些活跃神经细胞会偶尔发出异常信号,导致肢体出现短暂、轻微的抽动,进而引发惊醒。

结合临床观察,这种生理现象的出现,往往与近期的生活状态密切相关。长期熬夜、过度劳累、精神紧张、焦虑压力大,或者睡前大量饮用咖啡、浓茶、酒精,以及服用某些药物,都可能刺激大脑神经细胞过度兴奋,增加入睡抽动的频率。此外,睡眠环境不佳、睡姿不当,也可能诱发这种情况。

但需要提醒大家的是,如果这种惊醒、肢体异动变得频繁,每周出现三次及以上,持续超过一个月,并且影响到正常睡眠质量,导致白天困倦、注意力不集中、记忆力下降等问题,就可能是病理性的睡眠相关运动障碍。此时就需要警惕,这可能是身体发出的“预警信号”。

这些睡眠异动暗藏健康危机

其实,区分正常生理反应和疾病信号,关键在于“频率”和“影响”。如果只是偶尔一次的睡眠中惊醒、肢体抽动,没有影响到日间功能,就无需担心;但如果出现以下几种情况,就说明可能是疾病的高危预警信号,甚至可能是严重疾病的前驱表现,一定要及时就医,切勿拖延。

周期性肢体运动障碍:这也是最常见的睡眠相关运动障碍类型之一。其典型表现是睡眠中,尤其是浅睡眠阶段,双腿或双臂会出现规律、刻板的抽动,每20至40秒发作一次,每次持续1至2秒。发作时患者可能会被惊醒,也可能毫无察觉,但会导致睡眠片段化,白天出现困倦、乏力等症状。

需要注意的是,这类障碍常与不宁腿综合征并存。据临床统计,80%的不宁腿综合征患者会伴随周期性肢体运动。如果每周发作三次及以上,持续超过一个月,建议及时到睡眠医学科就诊排查。此外,惊醒时伴随明显的躯体不适,比如惊醒时出现胸闷、胸痛、心慌、气短,或者盗汗、口干、肢体麻木、疼痛等症状,可能是睡眠相关运动障碍合并心血管疾病、内分泌疾病等基础疾病的信号,需要同时排查相关疾病,避免漏诊,确保得到全面、针对性的治疗。

不宁腿综合征:多见于中老年人,女性发病率高于男性。其核心症状是睡前或睡眠中,双腿出现难以忍受的不适感,比如麻木、蚁走感、烧灼感、酸胀感,让人忍不住想活动双腿。活动后不适感会暂时缓解,但停止活动后又会再

次出现,严重影响入睡和睡眠维持。

特别提醒大家,很多人把上述症状误认为是缺钙引起的腿抽筋。不宁腿综合征的核心是“难以描述的酸麻胀痛感”,必须靠动腿来缓解,且多在安静休息时加重,这与单纯的肌肉痉挛(抽筋)完全不同。大家一定要注意区分,避免延误调理和治疗。

睡眠相关磨牙症:这也是临床中经常接诊的一类病例。其表现为睡眠中反复出现磨牙、紧咬牙的动作,可能会发出明显的磨牙声。长此以往会导致牙齿磨损、牙龈损伤、颞下颌关节紊乱,还可能因磨牙时的肌肉紧张,引发头痛、面部酸痛,同时干扰自身和伴侣的睡眠。

不少人误认为夜间磨牙是肚子里有虫子的表现。现代医学研究发现,成人睡眠磨牙更多与精神压力大、焦虑、咬合关系不良或睡眠呼吸暂停有关,而非寄生虫感染。快速眼动期睡眠行为障碍:多见于中老年男性,也是需要重点提醒大家警惕的一种类型。这类患者在快速眼动睡眠期(也就是我们常说的做梦阶段),会将梦境中的内容付诸行动,比如大喊大叫、挥拳踢腿、奔跑、跳跃,甚至坠床、伤人,发作时患者本人通常没有记忆,醒来后也没有明显不适,但长期发作可能会进展为帕金森病、路易小体痴呆等神经系统疾病,因此一旦发现,务必及时就医。

安睡好眠试试这些方法

确诊睡眠相关运动障碍也无需过度焦虑,推荐以下几种科学有效的安眠、助眠方式,简单易操作,对缓解轻度症状、改善睡眠质量效果显著。

守住睡眠“黄金时间”:规律作息是守护睡眠健康的核心,也是预防和缓解睡眠相关运动障碍的基础。建议大家固定每天的入睡时间和起床时间,即使是周末、节假日也不例外,避免熬夜和睡懒觉,让大脑形成固定的“睡眠节律”,减少神经细胞的紊乱,从而降低肢

体异动和惊醒的频率。

特别提醒大家,成年人每天应保证7至8小时睡眠,入睡时间最好不晚于23点;老年人可适当缩短,但也应保证6至7小时睡眠。

睡前给身体“放松信号”:睡前1小时的状态,直接影响入睡质量和夜间肢体异动的发生率。建议睡前1小时远离手机、电脑等电子产品,避免强光刺激;可以尝试温水泡脚、听舒缓音乐、阅读纸质书,缓解精神紧张和身体疲劳;同时注意,睡前不要大量进食、喝浓茶、咖啡、酒精,也不要进行剧烈运动。

最新研究表明,睡前4小时内进行高强度运动,会延迟入睡时间,加重睡眠紊乱,建议运动时间安排在睡前6小时以上,轻度柔韧性运动可在睡前1小时进行,既能放松身体,又不会干扰睡眠。

打造“安睡空间”:睡眠环境以安静、黑暗、凉爽为宜,温度控制在18℃至22℃,这一温度范围最适合人体入睡;选择软硬适中的床垫和高度合适的枕头,避免睡姿不当(如趴着睡)压迫身体;如果有磨牙、肢体抽动等情况,可在医生指导下使用磨牙垫、睡眠约束带等辅助工具,减少对睡眠的干扰。

调节饮食和情绪改善症状:日常多吃富含铁、维生素B族的食物,如瘦肉、鸡蛋、牛奶、豆制品等,因为缺铁是导致不宁腿综合征、周期性肢体运动障碍的重要诱因之一,尤其对女性患者和中老年人患者,补充铁元素尤为重要;同时,要学会调节情绪,通过运动、冥想、与人沟通等方式,释放焦虑和压力,避免长期处于紧张、抑郁状态——情绪紊乱会直接影响睡眠质量,加重睡眠相关运动障碍的症状。

对于睡眠相关运动障碍中重度患者,一定要在医生指导下进行药物治疗,切勿自行买药服用。比如不宁腿综合征患者,可在医生指导下补充铁剂或服用针对性药物,但要注意避免长期使用多巴胺激动剂(最新指南已明确不推荐此类药物长期使用,以防出现增效风险);同时,可配合认知行为治疗、睡眠卫生教育等,帮助建立正确的睡眠认知,逐步改善睡眠状况。

北京青年报

学法时习之

4月新规落地

4月起,这些新规影响你我生活。

平台不得对消费者实行“价格歧视”

《互联网平台价格行为规则》(以下简称《行为规则》),自2026年4月10日起施行。《行为规则》明确,平台内经营者在不同平台销售商品或者提供服务的,依法自主定价。平台经营者不得采取提高收费标准、增加收费项目、扣除保证金、削减补贴或者优惠、限制流量、搜索降序、算法降权、屏蔽店铺、下架商品或者服务等措施,对平台内经营者的价格行为进行不合理限制或者附加不合理条件。

《行为规则》规定,平台经营者、平台内经营者不得在消费者不知情的情况下,基于支付意愿、支付能力、消费偏好、消费习惯等信息,运用数据和算法、平台规则等手段,对不同商品或者服务在同等交易条件下设置不同的价格或者收费标准。

轻微失信信息原则上不再公示

《信用修复管理办法》(以下简称《办法》)自2026年4月1日起施行。针对部分轻微失信信息公示导致“过罚不当”等问题,《办法》将失信信息分为“轻微、一般、严重”三个类型,原则上不再公示轻微失信信息。

针对信用修复渠道不统一、办理流程复杂等问题,《办法》明确,由“信用中国”网站统一接收修复申请,按照“谁认定、谁修复”的原则,推送给失信信息认定单位办理修复,并在此基础上,进一步简化申请材料,缩短办理期限,提高信用修复效率。针对修复信息共享不及时、不同步等问题,《办法》明确,由“信用中国”网站与相关部门、地方和第三方信用服务机构建立信息共享机制,实现修复信息及时同步更新。

抵制恶意索赔,同类问题短期大量投诉可能不予受理

《市场监督管理投诉举报处理办法》(以下简称《办法》),自2026年4月15日起施行。《办法》规定,投诉人应当提供投诉人的姓名、电话号码、通讯地址等真实身份信息,被投诉人的名称(姓名)、地址,具体的投诉请求以及相应的消费者权益争议事实依据,并对所提供材料内容的真实性负责。

《办法》指出,不是为生活消费需要购买、使用商品或者接受服务,或者不能证明与被投诉人之间存在消费者权益争议的,市场监督管理

最高法明确:语言暴力属于家暴

今年是反家庭暴力法实施十周年。日前,最高人民法院召开新闻发布会,介绍反家庭暴力法案件审判工作情况,并发布典型案例。

最高人民法院审判委员会委员、第一庭庭长陈宜芳介绍,家庭暴力的形式主要是身体和精神侵害。与身体侵害相比,精神侵害行为隐蔽、形式多样。

陈宜芳举例介绍,张某长期以侮辱人格、谩骂诋毁等方式对待配偶赵某,导致受害人精神上的不自主、不自由,对其形成控制。赵某起诉离婚,并请求判令张某支付离婚损害赔偿金。庭审中,张某多次发表“女人不打不骂不听话”等错误言论,对自己在家庭生活中长期辱骂赵某的事实予以认可。法院认为,经常性地用脏话谩骂、羞辱、嘲讽家庭成员,会造成其抑郁、自我否定等精神伤害,该行为属于家庭暴力,故判决准予离婚,同时判令张某支付赵某相应的离婚损害赔偿金。

在今天发布的另一个案例中,王某与赵某系夫妻关系,赵某在没有任何证据的情况下,限制王某与其他异性交谈,不允许王某与异性参加任何活动,导致王某无法进行正常社会交往。审理法院认为,赵某无端对王某进行怀疑,并通过殴打、辱骂、侮辱等方式禁止、限制王某与异性正常接触,不仅侵害了王某的身体权、健康权、名誉权,也干涉了其人身自由,对王某身体和精神均造成侵害,属于家庭暴力。人民法院依法签发人身安全保护令。

对此,陈宜芳表示,除了身体侵害和精神侵权行为外,经济控制也是家庭暴力的一种形式。刘某通过限制正常就医等方式对患有肢体残

部门不予受理。判断因素包括,购买商品的数量、次数、频率等与商品保质期或者消费者的通常消费习惯明显不符;同一投诉人对同一经营者、同一类商品或者服务、同一类问题短期内大量投诉,或者不同投诉人恶意串通等。

六项行为可认定为骗取医保基金

《医疗保障基金使用监督管理条例实施细则》自2026年4月1日起施行。细则明确,定点医药机构及其工作人员通过说假话、虚假宣传、减免费用、提供额外财物或服务等方式,诱使、引导他人冒名或虚假就医、购药的,可以认定为条例规定的“诱导他人冒名或者虚假就医、购药”情形。

细则规定,个人有下列行为情形之一的,可以认定存在以骗取医疗保障基金为目的:凭借其他参保人员从定点医药机构开具的医药服务单据、处方就医购药,实际享受医疗保障待遇的;故意隐瞒医药费用已由工伤保险基金支付或者第三方支付的事实,向医疗保障经办机构申请报销并获得支付,经催告后仍不返还的;在享受医疗保障待遇期间,超出治疗疾病所需的合理数量、范围,购买药品、医用耗材、医疗服务项目并转卖,接受返还现金、实物或者获得其他非法利益的;长期或多次向不特定交易对象收购、销售基本医疗保障药品的;将本人医疗保障凭证长期交由他人使用,接受返还现金、实物或其他非法利益的;其他以骗取医疗保障基金为目的的情形。

每块新能源汽车动力电池都将有“身份证”

《新能源汽车废旧动力电池回收利用综合管理暂行办法》(以下简称《办法》)自2026年4月1日起施行。《办法》要求,建立全国新能源汽车动力电池溯源信息平台,推进新能源汽车动力电池生产、销售、维修、更换、拆解、回收、综合利用等全生命周期流向监控和信息化追溯。

《办法》规定,新能源汽车动力电池编码应当唯一、准确,标识应当清晰、可见、耐久且不易更换。国家建立新能源汽车动力电池数字身份证管理制度,数字身份证包括新能源汽车动力电池产品类别、产品构成、报废回收等必要信息,具体办法另行规定。任何组织或者个人不得将废旧动力电池直接或加工后用于电动自行车以及法律、行政法规和强制性标准禁止使用的其他领域。

中国网

