

中国经济稳的基调没有变

高血压患者如何健康运动

国家统计局数据显示,今年前4个月,生产供给平稳增长,市场销售继续扩大,就业物价总体稳定,新动能成长壮大,高质量发展向新向好。我国有效实施更加积极有为的宏观政策,着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期,国民经济保持稳中有进发展态势。

有能力应对风险挑战

“4月份,部分指标增速有所回落,属于月度间的正常波动。从累计增速和一些结构性指标来看,中国经济稳的主基调没有变。”国家统计局新闻发言人、国民经济综合统计司副司长王冠华表示,前4个月,规模以上工业增加值、服务业生产指数同比分别增长5.6%和4.9%,货物进出口总额增长14.9%,服务零售额增长5.6%,4月末外汇储备余额超过3.4万亿美元,城镇调查失业率保持稳定,能源供应稳定增加,基本民生和安全发展得到较好保障。

王冠华表示,我国是一个超大规模的经济体,观察经济运行关键要看大势、看趋势。经过多年发展,我国积累了更加雄厚的物质技术基础,更加有韧性的产业体系、更加广阔的国内市场,抗压能力、回旋余地都在拓展。这些既是中国经济基础稳、优势多、韧性强、潜能大的体现,也是下阶段经济继续保持平稳运行的底气和信心所在。

就业和物价保持稳定,也反映出经济稳的内在逻辑。国家统计局新闻发言人、总经济师、国民经济综合统计司司长付凌晖介绍,4月份全国城镇调查失业率为5.2%,比上月下降0.2个百分点,就业形势保持总体稳定。从价格看,4月份居民消费价格指数(CPI)同比上涨1.2%,涨幅比上月扩大0.2个百分点,保持温和上涨态势。其中,扣除食品和能源的核心CPI上涨1.2%,也保

持总体平稳。宏观政策组合效应持续发挥,将为经济运行保驾护航。王冠华表示,4月底召开的中央政治局会议对下阶段经济工作作出全面部署,各地区各部门正在加快落实,强化政策协同。整体来看,我国的宏观政策工具箱丰富,跨周期和逆周期调节的手段、空间都比较充足,政策实施的精准性、有效性不断提高,有条件、有能力应对风险挑战。

王冠华表示,当前经济运行中还存在一些新情况、老问题,下一步要用足用好宏观政策,靶向施策、精准发力,增强经济发展的内生动能。

高质量发展向新向好

前4个月,规模以上高技术制造业增加值同比增长12.6%,继续保持快速增长。数字经济渗透加快,前4个月,计算机通信和其他电子设备制造业增加值增长14%。随着人工智能快速发展,产业带动效应增强,前4个月,机器人减速度、工业机器人产量分别增长73.3%和25.7%。

“新动能新优势培育壮大,为高质量发展开拓了空间、积蓄了力量。”王冠华表示,前4个月,装备制造业占规模以上工业增加值的比重提升到35.7%,贡献了规模以上工业五成以上增长,从月度来看,增速在逐月加快,贡献率在提升,有力发挥了压舱、稳船的关键作用。数字经济、人工智能表现出很强的溢出带动性,不仅直接拉动了电子等行业和算力建设、服务器等领域投资,还带动了化工、电力等行业的协同增长。

消费和投资领域,也展现出类似特征。消费市场从商品消费向服务消费拓展,从满足基本需求向追求品质体验升级;高端装备、绿色能源、智能制造等

新兴领域持续投资扩产。

居民高品质生活需要不断扩大,文化、旅游、健康等服务需求旺盛,对消费支撑作用不断显现。前4个月,服务零售额同比增长5.6%,增速比一季度加快0.1个百分点,“文旅热”“赛事热”等成为服务消费发展新亮点。网上消费、数字消费、绿色消费等新型消费较快发展,前4个月,网上商品和服务零售额同比增长6.6%。数字服务消费场景不断拓展,前4个月,通讯信息服务类零售额同比增长超过10%。

从投资看,付凌晖表示,尽管投资总量有所减少,但在创新引领、新动能成长和强化民生保障等因素带动下,重点领域投资保持较快增长,投资结构优化,为经济中长期发展打下基础。前4个月,信息传输业投资增长29.2%,水上运输业、航空运输业投资分别增长28.4%、27.3%,飞机制造业投资增长20.9%。

保持物价稳定有基础

前4个月,工业生产者出厂价格指数(PPI)同比由一季度下降0.6%转为上涨0.2%,为2023年以来累计涨幅首次转正。4月份当月,PPI同比上涨2.8%,涨幅比上月扩大2.3个百分点;环比上涨1.7%,涨幅扩大0.7个百分点,连续7个月保持环比上涨态势。

“工业品价格回升是多重因素共同作用的结果。”王冠华表示,首先,国际输入性影响进一步显现。4月份,国际原油价格继续波动,带动国内石油相关行业价格上涨。石油和天然气开采业价格同比上涨28.6%,石油煤炭及其他燃料加工业价格上涨14.2%,化学原料和化学制品制造业价格上涨8.9%。其次,产业结构优化升级产生带动效应。制造业高端化、智能化、绿色化转型升级加快,人工智能和各领域广泛深度融

合,算力需求快速增长,带动电子、有色、基础元器件等价格回升。4月份,光纤制造价格同比上涨115.9%,电子专用材料制造、外存储设备及部件价格分别上涨20%和22.4%,有色金属冶炼和压延加工工业价格上涨22.5%。绿色低碳转型加快推进,节能环保、绿色材料等领域市场需求增加,带动生物质燃料加工、废弃资源综合利用业价格同比上涨6.8%和2.8%。

此外,全国统一大市场建设纵深推进,重点行业产能治理和综合整治“内卷式”竞争持续显效,部分行业供求关系逐步改善,相关行业价格企稳回升。4月份,锂离子电池制造、光伏设备及元件制造价格同比分别上涨4.5%和3.8%,汽车制造业价格同比降幅比上月有所收窄。

王冠华表示,工业品价格回升对于改善企业盈利预期具有积极的正向作用,但也要看到,这种价格回升目前还不均衡,上游的生产资料价格上涨相对明显,需要关注其可能对中下游企业成本带来的影响。展望下一阶段,外部不确定、难预料因素仍然较多,国际大宗商品价格走势还存在不确定性,对于国内工业品价格和企业生产经营的影响还需进一步观察研判。

谈及国际原油价格波动对国内消费价格的影响,王冠华表示,4月份,我国居民消费价格保持温和上涨态势,国际原油价格波动对国内消费价格影响有限、可控,且呈现比较明显的结构性特征。下一阶段,国际能源价格波动不可避免会对国内价格带来一定影响,但我国商品和服务供给充足,基础能源保障有力,产业链供应链稳定可靠,流通体系较为顺畅,重要民生商品和能源资源保供稳价举措持续显效,保持物价稳定的基础没有改变。

中国经济网

弱,盲目运动可能出现猝死或卒中危险情况。建议这类人群最好到医院心血管科或体检中心做一个运动评估,了解血压控制的具体情况,以及心、脑、肾等脏器是否健康,然后在医生的指导下进行运动。高血压患者运动前要把血压控制在正常范围内,再逐渐开始运动,循序渐进。

运动前热身一定要到位,最好能持续5—10分钟,让身体器官和血液分布都适应运动状态,不然容易导致血压快速上升。运动结束后,要做一些放松运动,立马停下来会造成低血压,可能导致晕倒。比如,跑步结束后,可以慢走一段路。“要避免在血压高的时段运动。”赵成说,早晨人体血压较高,一些心脑血管疾病容易在这个时间段发作。因此,高血压患者要避免在早晨特别是冬天的早晨运动,推荐在下午4—6点运动。运动强度以运动时还能正常开口说话为宜。如果出现胸痛胸闷、心慌头晕、气短乏力、出汗、下肢水肿等症状,应立即停止运动并及时就医。

人民日报

肠道菌群检测真能预测疾病吗

前不久,某位演员在社交媒体晒出其肠道菌群检测报告,使“肠道菌群检测”这一略显生僻的医学术语迅速“出圈”。在评论区,既有对“精准医疗黑科技”的惊叹,也有对其是否为“智商税”的质疑。那么,肠道菌群检测究竟是什么?它真的能够预测疾病吗?记者就此采访了相关专家。

肠道菌群的“人口普查”

肠道菌群,这个“居住”在人体消化道内的庞大微生物群落,总重量可达1到1.5千克。其基因数量更是人类自身基因数量的百倍以上,因此被誉为“第二基因组”或人体“隐形器官”。肠道菌群并非由单一微生物组成,而是由细菌、真菌、病毒等多种微生物构成的复杂生态系统,不同菌群之间相互依赖又相互制约。目前学界将其大致分为有益菌、中性菌和有害菌,它们与消化、免疫、代谢乃至情绪调节等生理功能密切相关。

“所谓肠道菌群检测,就是通过现代生物技术手段,对这个庞大的微生物群落进行一次深度‘人口普查’。”天津市人民医院消化内科主任李慕然解释,其核心原理是采集受检者的粪便样本,通过生物信息学分析,评估人体肠道内微生物群落的组成、多样性和丰度。目前,主流肠道菌群检测流程分为三步:样本采集(用户居家采集微量粪便)、测序分析(实验室提取DNA并进行测序)以及生物信息学解读(通过算法将测序数据转化为可视化报告)。

天津泰达医院消化内科主任王庆军介绍,检测技术主要分为两大类:一是针对特定“核心菌群”的实时荧光定量聚合酶链式反应检测,二是覆盖面更广的扩增子或宏基因组测序。记者了解到,目前的商业化肠道菌群检测十分便捷,多为居家采样模式。用户收到试剂盒后,按要求采集少量粪便样本,而后把标本通过冷链快递寄回专业实验室,几天至几周后,便能在手机或电脑上收到一份详尽的电子报告。这份报告通常会展示用户肠道菌群的多样性指数,有益菌与有害菌的比例,并基于上述数据给出用户罹患糖尿病、心血管疾病的风险评估,以及个性化的饮食和生活建议。

没有临床建议不推荐直接检测。大量研究证实,肠道菌群失衡与多种疾病密切相关。例如,菌群多样性降低是衰老和多种慢性病的共同特征,某些特定菌群的过度增殖与炎症性肠病、肠易激综合征有关,而菌群代谢产生的短链脂肪酸不足则可能预示肠道屏障功能受损或慢性炎症风险增加。

“在严格的临床研究环境下,菌群检测具有重大意义。”李慕然举例说,中国工程院院士李兰娟团队通过宏基因组学方法分析了98例肝硬化患者和83名健康志愿者的粪便样本,从中识别出15个与肝硬化高度相关的微生物基因标记物,并据此构建了一组疾病预测模型。两位专家还强调,要谨慎使用抗生素。抗生素在杀灭致病菌的同时,也会无差别地摧毁大量有益菌。“因此,大家务必遵医嘱服用抗生素,切勿滥用。”王庆军说。

科技日报



我国首座海上移动式多功能措施平台启运渤海油田

国家安全部:AI“投毒”手段隐蔽、易被境外势力利用



近期,AI“投毒”隐蔽产业链被曝光,引发社会广泛关注。这种通过恶意数据污染AI模型的行为,不仅扰乱商业秩序,影响信息传播,更会危害国家安全。人工智能在赋能千行百业的同时,其安全风险也不容忽视。推动AI治理向善,守住数据安全底线,既是行业责任,也需要全社会共同参与。

手段隐蔽,链条日趋完整

所谓“数据投毒”,是通过向AI大模型训练数据中注入伪装成正常样本的恶意数据,实现削弱模型性能、降低准确性的攻击方法,常被用于恶性市场竞争,甚至可能涉及间谍活动,日益呈现出链条化、隐蔽化、跨境化特征。

——数据投毒:源头污染AI认知体系。不法分子借助GEO(生成式引擎优化)工具批量、高权重生成虚假信息,如虚构产品介绍、虚假测评、恶意对比信息等,定向投放至各类网络平台。AI

大模型在训练与检索增强生成阶段会自动抓取网络信息,少量虚假信息经迭代学习后就能固化为“标准答案”,最终输出失真结果。

——模型投毒:隐蔽植入恶意操控后门。该方式更具隐蔽性与危害性,不法分子会通过模型微调、插件植入、接口篡改,在模型权重中嵌入触发式恶意指令。模型日常运行并无异常,但遇到特定关键词、产品类别时会自动输出预设虚假信息,可定向操控榜单、诱导专业认知,难以被常规审核识别,对政务、医疗、金融等关键领域AI应用构成直接威胁。

——滋生蔓延:产业链日趋完整。当前AI“投毒”已形成完整黑灰产业链,从技术开发、内容生成、账号注册到批量投放、刷量控评、榜单操控环环相扣,部分链条呈现跨境特征,极易被境外势力利用。

污染扩散,危害国家安全

AI“投毒”不仅侵害消费者权益、扰乱市场秩序,还可能对国家政治安全、数据安全、社会安全等造成系统性、长

期性危害。

——危害政治安全与意识形态安全。境外反华敌对势力可能通过GEO滥用渠道批量输出虚假信息,攻击抹黑党和政府,误导社会认知,扰乱舆论生态,对我国实施意识形态渗透,威胁国家安全与社会稳定。

——危害国家数据安全与数据主权。数据是国家的重要战略资源。AI“投毒”恶意污染公共数据、行业数据、训练数据,将直接导致统计数据、决策数据、监管数据失真,对政府和企业科学决策造成影响。

——危害社会安全与民生福祉。在医疗、金融、食品药品等民生领域,AI虚假推荐极易误导公众购买劣质、三无产品,造成人身和财产损失。长期信息失真还会消解社会信任,积累矛盾风险,影响社会稳定。

加强监管,筑牢安全屏障

技术的跨越式发展、工具的颠覆性创新,在推动社会进步、增进人类福祉的同时,也会带来风险和挑战,

人工智能也不例外。近年来,我国出台《生成式人工智能服务管理暂行办法》等法律法规,发布《人工智能安全治理框架》《推动人工智能安全可靠发展行业倡议》等,持续在法治轨道上加强人工智能治理,推动治理以人为本、智能向善的治理框架,在加强监管、防范风险等方面做出了诸多努力,实现了人工智能总体健康有序发展。

科技发展离不开法治护航,AI向善生长需要规则保障。技术本身并无善恶之分,关键在于使用者是否坚守法律底线、恪守商业伦理。唯有依法斩断AI“投毒”产业链,守护清朗的AI产业生态,才能让人工智能技术进步真正服务于经济社会发展,助力公众福祉不断提升。AI运营者要切实履行主体责任,严格核查资料来源,建立可追溯机制,筑牢防范虚假信息的第一道防线;消费者也应提高自身辨别能力,警惕AI给出的可疑推荐,发现问题应及时举报,形成全民监督的良好氛围。

中国网



“健康人群日常可适量食用无糖酸奶、发酵豆制品等天然发酵食品,有助于维持肠道菌群生态。”李慕然说,同时,适量摄入发酵食品,对调节机体低度炎症有一定益处。“高糖、高脂、过度加工的食品会促进有害菌生长,破坏肠道黏膜层。应尽量减少奶茶、蛋糕、油炸食品和精制碳水的摄入。”王庆军说。

科技日报