

科普社会化
kepu shehuihua

加强科普经费监管力度,把钱花在刀刃上

■ 庞晓东

《中华人民共和国科学技术普及法》第五十三条关于科普经费使用的禁止性规定,可保证科普经费及资产等资源用于科普事业,防止资源被浪费或挪作他用,最大程度地实现科普资源的价值。

该法律条款主要包括以下三个方面:一是明确规范科普经费来源的广泛性,包括“科普经费和组织、个人资助科普事业的财产”。科普经费主要用于支持科普活动的资金,这些活动包括但不限于科普创作、讲座、展览、出版物、影视作品等方面。科普经费来源广泛,不仅来源于政府财政拨款,还包括社会组织、企业和个人捐赠与资助。二是明确经费使用的专一性。无论是财政拨款还是社会捐赠与资助,这些资金都必须专门用于科普事业,从而确保了资金的精准投放和有效利用。三是明确经费管理的严格性。“任何组织和个人不得

加强科普专项资金审查 确保资金合理使用

近日,山东省莱阳市审计局加大基层科普专项资金的管理使用等情况核查。审计过程紧盯设备采购、科普阵地建设、培训活动开展等重点环节,聚焦实施方案科学性、资金使用合规性、科普活动实效性、群众满意度等关键指标,确保科普资金发挥应有实效。

克扣、截留、挪用”,强调要对科普经费进行管理,要求相关部门和单位必须建立健全经费管理制度,加强经费使用的监督和审计,确保资金的安全和合规使用。

第五十三条明确了三种常见的违法行为:克扣、截留、挪用,具有很强的针对性。克扣行为经常表现在一些基层科普项目中,个别单位或个人从科普经费中克扣部分款项,用于与科普无关的日常

办公开支等。截留行为一般发生在科普经费的分配环节,在分配科普经费时,上级部门将部分本应拨付给下级单位或特定科普项目的经费截留。挪用行为主要表现为,将科普场馆建设资金挪用于其他工程建设,致使科技馆建设停滞等情况发生。除了第五十三条,第四十四条、四十八条、四十九条、五十五条也对科普事业的财政拨款、社会捐赠、资金监管、违法处理作出了详细规定,共

同构成了科普经费从筹集、使用到监管的完整规范链条,形成了严密的法律责任体系。

目前,科普经费的管理和使用问题,主要集中在经费管理不规范、经费监管不到位、经费绩效评价不够完善、经费投入不足等方面。要进一步加强经费管理规范化建设,强化经费监管力度,利用人工智能等现代信息技术手段,提高监管效率和准确性,加大对违规行为的查处力度。要进一步建立健全财务监管制度,定期对经费使用情况进行审计和检查,确保经费使用符合预算安排和科普工作需求。要引入科学的绩效评价体系,对科普经费和资助财产的使用效果进行全面、深入地评估。

相关部门不仅要关注资金是否用于科普事业,还要评估科普活动的影响力、公众参与度、科学素质提升效果等指标,根据绩效评估结果调整经费投入方向和额度,提高科普资源的使用效益。

科普进行时
kepu jinxingshi

甘肃省粮储科技科普活动启动

科学导报 6月5日,以“奋进十五五、科技护粮储”为主题的甘肃省粮食和物资储备科技活动周主会场活动在定西市通渭县启动。活动立足粮食安全保障大局,以科技创新成果展示、民生科普宣传为抓手,全方位普及粮油储备与健康消费知识。

活动中展示“十四五”甘肃省粮储领域科技创新成果,围绕粮油食品安全、全谷物营养健康科普、爱粮节粮、物资储备安全开展科普宣传。现场布置宣传展板,提供粮储科技咨询服务,发放科普折页、主题手提袋等宣传资料;质检人员现场科普粮油科学选购、居家储粮、节粮减损等实用知识,普及全谷物健康膳食理念。

活动周期间,甘肃省各地粮储部门将立足本土资源禀赋,同步开展质检站公众开放日、粮食科普进校园、夏粮收购基层科技指导等配套系列活动,围绕科技人才兴粮兴储、绿色储粮技术应用、全谷物产业化推广、粮食节约减损等内容,开展多元化科普活动。

马国顺

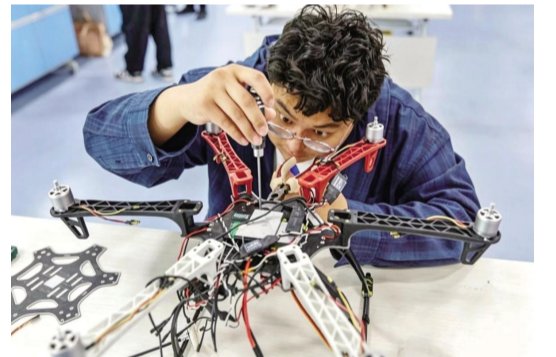
北京太空智算研究院成立

科学导报 近日,北京太空智算研究院在北京经济技术开发区注册成立。研究院将围绕星载算力芯片、星间激光通信、太空能源与散热、天地一体化网络及空间安全标准等方向开展关键共性技术攻关,搭建覆盖从技术研发、中试验证、在轨测试到成果转化的全链条服务体系,并计划于2028年前完成首发试验星研制与发射。未来,研究院将进行多颗试验星组网,实现“天地一体化智算网”试运营,为用户提供高效、稳定、安全的算力服务。

据介绍,该研究院由国家信创园联合京东方、银河航天、蓝箭航天、星河动力、观宇芯算、长鑫集电等多家企业成立。未来,研究院将与太空算力专业委员会一同构建“公司+联盟”协同架构,系统构建太空算力技术体系与产业生态。北京经开区将依托研究院开展全链条技术攻关,全力推动太空算力前瞻性技术研究、应用场景挖掘和产业生态培育。

吴琼

职业技能竞赛风采



6月6日,位于山东省淄博市淄川区的山东水利技师学院,参赛选手正在参加无人机组装竞赛。

■ 翟慎安

略知一二
lue zhi yier

看懂乳脂,分清牛奶品类

牛奶产品根据脂肪含量的不同分为全脂奶、低脂奶(半脱脂奶)和脱脂奶三类。全脂奶:脂肪含量在3.0%以上,保留了牛奶天然含有的全部脂肪成分,某些特定产品或地区的全脂牛奶脂肪含量可能稍高,如达到6%。脂肪含量越高,其奶香和浓厚口感越出众;低脂奶:产品只去除了部分牛奶中的脂肪成分,脂肪含量从3.0%以上降低到1.0%~2.0%之间;脱脂奶:去除了绝大部分脂肪成分,脂肪含量降到0.5%以下。

豆丁

蔬菜保鲜不靠甲醛

甲醛虽然具有防腐和消毒的功能,但由于其高浓度下的刺鼻气味、违法违规使用的风险以及对人体健康潜在的危害,商家实际上很少会选择使用甲醛来保鲜蔬菜。首先,甲醛的使用成本并不低,而且使用甲醛保鲜蔬菜是违法的。正规商家在运输和储存蔬菜时,通常会采用常用的广谱杀菌剂,如咪唑鲜胺,这些产品价格并不贵,而且能有效延长蔬菜的保鲜期。相比之下,甲醛在成本上并没有节约。其次,甲醛的高浓度使用会有明显的刺鼻气味,这很容易被消费者察觉,因此,使用甲醛保鲜的蔬菜在市场上很容易被识别。正规渠道销售的蔬菜通常会经过严格的质量控制,消费者可以放心购买。

张楠

宠物慎喂生骨肉

喂食生骨肉可能会给宠物带来病原体感染、营养失衡、物理损伤(主要是消化道损伤)等风险,且目前尚无确切的证据表明宠物食用生骨肉更健康。如宠物的消化系统长期适应了吃我们提供的饲料或是熟肉,突然喂生肉易产生消化问题,引发宠物不适。在生肉中可能存有沙门氏菌、李斯特菌、大肠杆菌、寄生虫(弓形虫、新孢子虫)等病原体,尤其是未经冷冻或者检疫的生肉,可能危害宠物与人的健康。此外,家庭自制生骨肉,较难做到营养均衡,长期喂养宠物生骨肉可能引发维生素缺乏、骨质疏松。若宠物吞食骨头,也有牙齿断裂、消化道穿孔等损伤的风险。

唐教清

醋泡花生能降血压?

谣言粉碎机
yaoyan fensuiji



资料图

流言:关于“醋泡花生能降血压”,网上流传着不少类似说法,不少人还信以为真,甚至有些高血压患者依赖醋泡花生来降血压,放弃了药物治疗。

分析:这种说法缺乏足够的科学依据。

醋泡花生能降血压吗

想了解这个问题的答案,我们首先来说醋。

醋是一种发酵食品,目前市场上常见的有陈醋、香醋、保健醋,最近几年还有各种果醋、醋饮料以及醋胶囊。不过,无论是哪种醋,它的主要成分都是醋酸。

在酿造醋的过程中,粮食或者果汁中的碳水化合物先被酵母菌转化成乙醇,再进一步被醋酸菌转化成醋酸。因为原料和发酵微生物的不同多样性,醋中还可含有一些柠檬酸、苹果酸和乳酸等。

此外,原料中部分维生素、氨基酸、矿物质以及多酚化合物等会进入醋中,使不同的醋有不同的风味,不过这些东西都很微量。

实际上,我们通过饮食摄入的醋酸进入的是消化道,而非直接进入血管,且醋酸在人体小肠中就会被碱性消化液中和,能够吸收进血液的醋酸非常有限,对血压并不能产生什么影响。

有研究尝试探索醋影响血压的机制,不过这些研究只在细胞和动物实验进行了验证,而且这个研究还显示醋与降压药硝苯地平联用效果更好。也有荟萃分析了醋与血压直接的关系,结果显示,虽然有一些研究发现了一些不错的效果,但总体

的证据质量都较低,因此,目前来看,还需更多大样本、长期试验结果来验证其有效性。

接下来,再来说花生。有说法认为,花生含钾,用醋泡后钾更多,而钾的摄入对调节血压有益。作为一种坚果,花生本身是很好的食品,它含有不饱和脂肪酸,花生表面的皮里也含有不错的抗氧化多酚类物质,是一种不错的零食。目前,大量研究显示,适量吃坚果有益心血管健康,但花生对血压则没有显著影响。

那么,“醋泡花生”呢?在泡制过程中,醋主要发挥的是溶剂作用,它会改变食物的味道,醋的酸味融入食物中,对于一些喜欢酸味的朋友来说,算是口味上的提升。在醋的作用下,花生皮中的色素也会溶解渗出,所以醋泡花生的颜色也会发生点变化,但它们并不会产生特殊的影响血压的物质,并不会起到降血压的作用。

总的来说,醋泡花生降血压的说法过于夸张,并没有足够科学根据。

高血压患者能吃醋泡花生吗

虽然醋泡花生不能直接降血压,但醋泡花生别有一番风味,如果觉得味道不错,也是可以吃的,但不要指望用它来降血压。该服用降压药的,还需按时按量服药,不要因此而耽误了正经服用降血脂的药。

另外,在吃醋泡花生时注意:(1)正确泡法:少糖、少盐。醋泡花生时,少加或不加糖、盐,糖会升高血糖,盐会升高血压。(2)适量吃:把握好“一把”的标准。花生热量高,吃多了会发胖,肥胖是高血压的重要诱因。《中国居民膳食指南(2022)》推荐普通人平均每天吃10克坚果,约等于一把瓜子仁、一小把花生仁或两三个核桃仁。

怎么做,才能更好地降血压

改善生活方式是高血压治疗中不可或缺的重要组成部分,对于大部分高血压患者,建议日常生活中从这几处做起:

1.减少钠盐摄入,增加钾摄入
钠盐摄入过多和/或钾摄入不足,以及

钾钠摄入比值较低是我国高血压发病的重要危险因素。适度减少钠盐摄入和增加膳食中钾摄入量,有助于降低血压。

建议所有高血压患者均应采取各种措施,限制钠盐摄入量,钠的摄入量首先减少30%,并进一步降至2g/d(氯化钠5g/d);对于肾功能良好的人,推荐将家里的盐替换成低钠富钾盐;平时做饭时,注意减少烹调用盐及含钠高的调味品(包括味精、酱油),利用其他调料(辣椒、大蒜、醋、胡椒)增添味道;避免或减少含钠量较高的食品,如咸菜、火腿、各类炒货和腌制品;在家里做菜时尽可能使用定量盐勺,养成定量用盐的习惯。

2.合理膳食
合理膳食是防治高血压的重要手段,正常高值血压以及高血压患者应掌握膳食管理的原则与方法,并坚持应用到日常生活和自我管理中。

建议参考中国居民膳食宝塔安排每日饮食,在食物摄入多样化和平衡膳食的基础上,在控制总能量摄入的前提下安排每日膳食,控制高能量食物的摄入,适当控制碳水化合物的摄入。

3.控制体重
肥胖是高血压的重要危险因素,所有超重和肥胖患者都要减重,正常体重者将体重维持在健康范围内,如体重指数维持在18.5~23.9kg/m²之间,保持腰围<90cm(男性)、<85cm(女性)。

对于已有超重/肥胖的个体,在膳食平衡基础上减少总能量摄入500~1000kcal/d,或较推荐摄入量减少1/3总能量。

4.运动活动
运动可以改善血压水平,研究表明,规律运动对预防和治疗高血压都有益。因此,平时还要养成规律运动活动的习惯。

建议对于血压控制良好的高血压患者,推荐以有氧运动为主(中等强度,每天30分钟,每周5~7天),以抗阻运动为辅(每周2~3次)的混合训练,也建议同时结合呼吸训练与柔韧性和拉伸训练。

对于血压没有得到控制者,在血压得到控制前,不推荐进行高强度运动。

科普迷语
kepu shuping

视力检测变营销,校园公益边界岂能失守?

近日,河南洛阳市孟津区某小学的学生家长反映,孩子从学校带回的视力检查单,居然印满了某眼镜店的店名、电话和到店复查提示。当地教育局回应,是签约医院擅自聘用商业眼镜店人员参与学生视力检查,并私自发放商业宣传物料。本该守护学生用眼健康的校园视力筛查,却异化为商家拓客引流的渠道,变了味的健康检测,敲响了校园公益边界失守的警钟。

守护青少年视力健康,是保护青少年身心健康重点工作之一,入校筛查初衷是早发现、早干预、早矫治,为孩子

视力健康筑牢防线。一些商家正是抓住这份信任,借免费筛查名义获取学生视力数据、个人信息,后续轮番推送营销信息,夸大近视危害、渲染视力焦虑,诱导家长消费高价矫正项目。不少家长难以辨别筛查附带的商业营销陷阱,无形中陷入消费圈套,单纯的健康筛查沦为变相揽客工具,既扰乱正常校园秩序,也加重家庭经济负担。

教育部等三部门曾联合印发《关于进一步规范校园视力检测与近视防控相关服务工作的通知》,明确规定“严禁无资质机构入校开展视力检测”“严厉打击

虚假违法营销宣传行为”。校园具有高度公共属性,学生是处于监护关系下的特殊群体,公共资金负担的公益服务,绝不能成为少数人牟利的工具;校园健康筛查的公信力,更容不得半点透支。校外机构进入校园开展“健康服务”,必须遵循严格的非商业原则。

守护未成年人视力健康,必须从制度层面织密防护网。对承接校园健康项目的医疗机构、第三方运营公司等,要开展全资质、全能力审查,要从源头斩断利益输送链条。教育、卫健、市场监管等部门须各司其职、联动发力,对筛查

金台岩