

# 中国航天员乘组完成在轨交接 神舟十六号航天员明日返回地球

## 东风着陆场做好各项准备迎接神舟十六号回家

新华社酒泉10月29日电（李国利 杨欣）记者从中国载人航天工程办公室得到消息，神舟十六号、神舟十七号航天员乘组29日进行交接仪式，两个乘组移交了中国空间站的钥匙。

截至目前，神舟十六号航天员乘组已完成全部既定任务，将于10月

31日乘坐神舟十六号载人飞船返回东风着陆场。目前，着陆场及各参试系统正在紧锣密鼓做好迎接航天员回家的各项准备。

新华社酒泉10月29日电（李乘宣 张艳）神舟十六号航天员乘组将于10月31日返回东风着陆场。记者29

日晚从东风着陆场了解到，目前，着陆场已做好各项准备工作，等待神十六乘组天外归来。

这是东风着陆场执行的第5次载人飞船搜索和航天员救援任务。

10月29日下午，神舟十六号、神舟十七号两个航天员乘组在中国空

间站里进行了交接。之后，神舟十六号航天员乘组将根据计划返回东风着陆场。

据介绍，针对这次任务特点，东风着陆场开展了大量针对性准备工作——组建3支专业搜救力量和4支支援保障分队，协同完成搜救

任务。在后弹道返回着陆区、推迟一圈返回着陆区，地面搜救小组、着陆场区周边数十个民兵分队为专业搜救力量提供支援。按照单项训练、系统间匹配训练、空地协同训练、全系统演练等4个阶段组织了训练演练。

# 创新技术、拓展场景、提高产品可及性

## ——科创企业为北斗规模化应用注入活力



在株洲国际会展中心，观众穿戴VR设备体验利用北斗技术辅助建模的地图仿真模型。  
新华社记者 陈思汗 摄

搭载北斗卫星导航系统的智慧农机助力建设无人农场，应用“北斗+人工智能”技术精准高效地进行公路巡检……第二届北斗规模应用国际峰会10月26日至28日在湖南省株洲市举办，记者在现场观察到，许多中小型科创企业在北斗产业发展浪潮中寻找创新创业机会，在技术、场景和产品等方面积极创新，助力北斗走向更广阔的应用场景。

武汉梦芯科技有限公司是国家级专精特新“小巨人”企业。近年来，企业布局“北斗+物联网融合器件研发及产业化”，开发导航定位模块产品。

“比如我们熟悉的共享自行车，装载了导航定位模块之后，可以实现用

户行驶导航和车辆精准定位，帮助解决乱停乱放等管理难题。”梦芯科技副总经理程健介绍，凭借高精度、低能耗、低成本等优势，企业研发的产品在智慧城市、智慧校园以及数字农业等场景中得到广泛应用。

在地下空间、地下环道、隧道、大型商业综合体、停车场等室内遮蔽空间，如何实现精准导航？上海方位角数据科技有限公司研发的室内外一体化定位导航技术获得不少参展人士的关注。

“我们通过研制专用设备，在这些空间内覆盖高精度卫星导航信号，让各类智能终端能够无缝衔接室外北斗系统，将北斗服务延展到室内。”方位

角公司负责人王中炯介绍，室内外卫星信号同源同体，对使用者来说几乎可以做到“无感”切换。

据了解，创立不到两年时间，方位角公司的有关产品和技术服务已经应用于国内多个大型交通枢纽和城市地下空间，并在应急救援场景中大显身手，业务发展迅速。“北斗正加速融入千行百业，全域北斗时空信号覆盖是支撑相关应用的重要基础，在这一领域创业我们很有信心。”王中炯说。

记者注意到，还有不少科创企业通过“北斗+先进技术”研发出一系列“黑科技”产品。

在千寻位置网络有限公司展台，记者注意到一款造型小巧、身背白色

“蘑菇顶”的摄像头产品。“这是我们专门为公路养护开发的道路智能巡检系统，‘蘑菇顶’就是接收北斗信号的天线。”千寻位置副总裁李戈杨向记者介绍，产品把北斗高精度定位技术和人工智能、边缘计算技术融合，让巡检人员高效、精准地记录分析路面状况，可极大提高巡检工作效率，也能有效保障人员安全。

“我们还和地图软件商共同开发了‘车道级导航’服务，目前已经集成进多款手机终端，可以支持交通事件的车道级语音播报。”李戈杨说，推广可感知、易使用的北斗应用产品和服务，让用户享受到北斗带来的便捷，是企业下一步的发力方向。

峰会期间，湖南省发布加快推进北斗规模应用若干政策措施，提出将设立北斗产业专项引导基金，大力培育北斗上市企业，鼓励天使基金等风险投资支持北斗企业发展。

业内人士认为，科创企业在北斗芯片和模块研发、终端设计制造、系统运营服务等全产业链发展中发挥了重要作用，能够有力推动北斗规模化应用，应积极构建北斗规模应用和产业发展生态圈，引导企业发挥技术优势，拓展北斗应用新场景，提高产品和服务可及性，推动北斗“从天边到身边”，赋能美好生活。

（新华社长沙10月29日电 记者 谢奔 刘佑民）

### 世界卒中日

## 牢记识别口诀 避免“卒”不及防

新华社北京10月29日电（记者 侯克）脑卒中又称“中风”，是一种急性脑血管疾病，具有发病率高、死亡率高、致残率高等特点。10月29日是世界卒中日，专家表示，预防脑卒中发生，一定要保持合理饮食、适当运动、戒烟限酒、心态平衡四大“健康基石”，同时要能准确识别脑卒中的征兆，积极应对，避免“卒”不及防。

北京天坛医院神经病学中心副主任医师王晶介绍，脑卒中分为缺血性脑卒中和出血性脑卒中。缺血性脑卒中是由于各种原因导致脑动脉血流中断，局部脑组织缺氧、缺血性坏死而出现相应的神经功能缺损的脑血管疾病。常见的病因有动脉粥样硬化、心源性脑梗死以及长期高血压引起的小动脉闭塞。出血性脑

卒中与缺血性脑卒中相对应，患者常伴有头疼、恶心、颅压增高等情况。

王晶说，如果及时发现脑卒中征兆，抓紧抢救时机，75%的脑卒中是可以被有效控制的。“我国70%以上的脑卒中是脑梗死，其最有效的治疗方式是静脉溶栓和取栓手术治疗。溶栓对时间要求极为苛刻，必须在发病4.5小时至6小时内接受治疗才能极大提高成功率，即便是取栓也只有16小时至24小时的窗口期。”

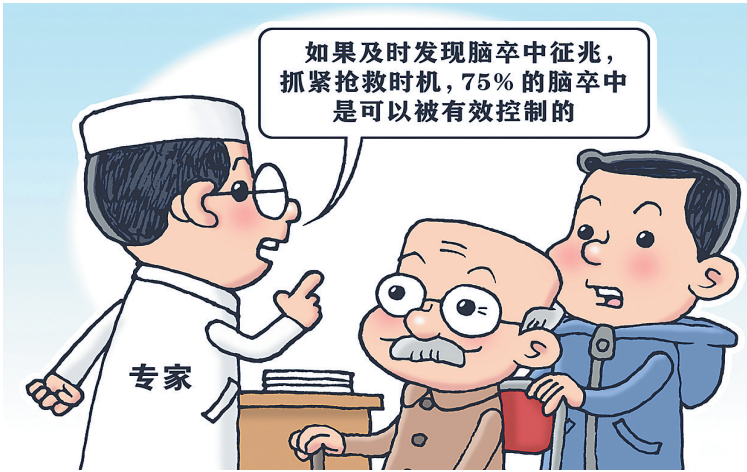
中国卒中学会会长、北京天坛医院院长王拥军说，公众应熟记脑卒中早期症状识别口诀“BE FAST”，当患者出现平衡（Balance）、看不清（Eyes）、脸不正（Face）、臂不平（Arms）、语不灵（Speech）等症狀时，家属或目击者

需警醒，赶快拨打120急救电话（Time），送至最近的卒中救治中心进行治疗。“每早1分钟开始溶栓，就可以挽救患者约190万个脑细胞，其获益也就越大。”

专家表示，需要注意的是，脑卒中绝非老年人专属，中青年时期如果不注意预防，同样会发生。近年来，脑血管病发病有逐年年轻化的趋势，发病年龄越来越小，部分年轻人不良的生活习惯，如熬夜、抽烟、喝酒、过度劳累、肥胖等都会使脑卒中的危险隐患增加。因此，中青年万不可掉以轻心。

北京天坛医院临床心理科主任王雪莹说，要特别重视脑卒中患者的心理问题，许多患者会因为疾病导致情绪低落甚至抑郁，也有些患

者会产生明显的自卑情绪，有明显的病耻感，容易引起情绪波动、失眠、易怒等问题，需要家庭、社会给予更多关怀和包容，让患者充分感受到温暖，鼓励其正确看待当前的疾病，消除不良情绪，增强战胜疾病的信心。



新华社发

## 新研究称 每天步行约8000步可显著降低早死风险

新华社北京10月29日电 一项近期发表在心脏病学权威期刊上的研究显示，每天步行约8000步是大多数人能够获得最大益处的最佳步数，能显著降低过早死亡风险。研究还发现，快走比慢走更好，步行速度越快，死亡风险越低。

这项由西班牙格拉纳达大学领

导、荷兰和美国研究人员参与的国际研究，从科学角度确定了人们每天需要走多少步才能显著降低过早死亡的风险。相关论文已发表在《美国心脏病学杂志》周刊上。

研究人员系统地考察、分析了来自12项国际研究的数据，涉及超过11万名参与者。研究结果显示，每天

走约8000步能极大地降低早死风险。如果将重点放在降低心血管疾病死亡风险上，7000步左右最合适。除步行距离外，提高步行速度还能带来额外收益，即快走比慢走更好。

这项新研究建议，对大多数人来说，每天步行7000至9000步是一个合理的健康目标。那是否应该在

走到9000步左右时就停止步行呢？研究也首次证明，与每天步行7000至9000步相比，步数更多益处也会更多，且即使每天步行多达16000步也不会带来风险；但单就降低死亡风险而言，更多步数的收益差别就不大了。

研究还发现，每天增加少量步

数就能带来可衡量的益处。比如对运动量较少的人来说，每增加约500步就能进一步改善他们的健康状况。研究人员指出，这是个好消息，因为并不是所有人都能每天走约9000步，至少一开始不能。因此，人们可以先设定小目标，然后增加每天的步数，逐步取得进展。

银屑病俗称“牛皮癣”，是一种慢性、复发性、炎症性、系统性的皮肤疾病，典型皮损临床表现鳞屑性红斑或斑块。

国际银屑病协会联合会将每年10月29日定为“世界银屑病病日”，今年的主题是“让所有银屑病患者拥有获得治疗的机会”。专家表示，如今，银屑病的治疗方法比以往任何时候都更好，所有患者都应积极治疗，早日走出“银”影。

### 我国约有650万名银屑病患者

中日友好医院副院长、皮肤科主任崔勇介绍，据统计，全球约有1.25亿名银屑病患者，我国约有650万名银屑病患者。

“银屑病除了影响皮肤，还可能影响全身各个器官系统。”崔勇表示，比如部分银屑病患者伴有关节炎，部分银屑病患者合并高血压、糖尿病等代谢相关疾病，此外，银屑病患者也可能罹患抑郁、焦虑甚至自杀倾向等神经精神系统疾病。

近年来，我国医疗卫生界人士积极合作，帮助患者接受更好的治疗，给予他们关爱和支持。

2022年8月，国家卫生健康委发布《“十四五”卫生健康人才发展规划》，提出加强基层卫生人才队伍建设。国家卫生健康委人才交流服务中心副主任方建宁说：“为提升医院能力和满足群众医疗服务需求，我们指导开展了‘千县无银’基层诊疗能力提升项目。”

10月29日，由国家卫生健康委人才交流服务中心指导，中国医学装备协会皮肤科美容分会主办、中日友好医院等承办的“千里千巡·千县无银”——“蒲公英”银屑病健康科普教育活动在北京举行，全国知名专家讲解科普知识和最新诊疗进展，回答患者在线提问。

“‘千县无银’项目有利于造福广大患者。”方建宁表示，近一年来，我们为全国各地医院培养了超过1000名具备银屑病规范化诊疗能力的医生，未来我们还将培训更多的县医院医生。

### 治疗目标是控制症状、减少复发

迄今为止，银屑病的治疗还不能实现彻底除根，治疗目标是控制症状、减少复发、提高生活质量。

一块接一块的红斑，上面覆盖层层鳞屑……这是广西南宁市一位21岁在校大学生王怡（化名）双手的银屑病症状。

“日常人际交往中最普通的握手我都不敢。”王怡说，虽然自己已经在积极治疗，但心理负担仍然较重，产生了自卑情绪，“经常感觉周围人投来异样目光，我也总忍不住跟老师和同学解释银屑病不传染。”

广西医科大学第一附属医院皮肤科护士长霍瑞玲说，由于该疾病对外貌影响较大，发病时患处还容易产生异味，加之社会上对这一疾病的了解和认知不足，患者很容易产生病耻感，应对疾病的积极性受挫。

“观念与认识上的偏差是我国银屑病治疗现状的核心痛点。”广西医科大学第一临床学院皮肤病学教研室主任林有坤表示，包括银屑病患者在内的许多人都缺乏对银屑病的正确认知，导致患者不愿就医或相信偏方，我们应给予银屑病患者足够的重视和尊重，对他们多一点点关爱。

“因为无法根治，所以疾病管理尤为重要。”林有坤说，银屑病造成皮肤损害只是一方面，还可能合并其他疾病的发生，如关节炎、心血管病、糖尿病等，研究表明，早期积极干预，会大大减少共病发生，提高患者生命和生活质量。

### 生物制剂等临床创新疗法带来新曙光

北京协和医院皮肤科主治医师何春霞表示，银屑病发病机制非常复杂，目前尚未完全阐明，与其相关的生物学通路有很多条，每个患者的发病机制都有可能存在着一些细微的不同，致使难以治愈和统一治疗方案，临床多需要“个体化”治疗。

“银屑病治疗方法包括外用药、紫外线光疗、传统系统治疗和生物制剂、小分子药物等。”何春霞说，外用药包括糖皮质激素、维生素D3衍生物等；紫外线光疗包括窄谱中波紫外线、308纳米准分子激光等；传统系统治疗药物包括阿维A、甲氨蝶呤、环孢素等。

近年来，新型生物制剂和小分子药物等创新疗法开始在业界逐步应用，它们与传统疗法相比有何不同？

何春霞介绍，IL-23、IL-17等细胞因子在银屑病发病机制中起到核心作用，新型生物制剂和小分子药物正是以这些细胞因子和炎症通路为靶点研发上市的新药。它们与传统治疗药物最大的区别在于精准靶向特定细胞因子或炎症通路，实现治疗效果更好、不良反应较小的目标。

在医疗保障方面，司库奇尤单抗、乌司奴单抗等用于治疗银屑病的生物制剂近年被纳入医保药品目录，这有利于进一步减轻患者负担。

何春霞表示，创新药品可以帮助患者实现更好的治疗目标，由于生物制剂更为长效，也有利于推进银屑病的规范化诊疗，减少患者银屑病的复发。

（新华社北京10月29日电 记者 沐铁城 黄凯莹 田晓航 彭韵佳）