

银川天气



7月11日(星期五)
晴
20℃~34℃
南风4级
空气质量良



7月12日(星期六)
晴
21℃~35℃
南风4级
空气质量良



7月13日(星期日)
晴
22℃~34℃
北风1级
空气质量轻度污染

这项手术被叫停
不得用于治疗阿尔茨海默病

据国家卫生健康委官网消息,今后“颈深淋巴管/结一静脉吻合术”将不得应用于阿尔茨海默病治疗。

颈深淋巴管/结一静脉吻合术是将颈部深层淋巴管或淋巴结与邻近的静脉进行吻合的手术。近期,有个别医疗机构将其用于治疗阿尔茨海默病,引发关注。

为什么叫停? 通知显示,国家卫健委组织专家对该技术进行评估,评估认为该技术处于临床研究早期探索阶段,适应证及禁忌证尚不明确,安全性、有效性缺乏高质量循证医学证据支撑。

通知要求,省级卫生健康行政部门要履行好医疗技术临床应用的管理责任,督促指导辖区各级卫生健康行政部门,加强对医疗机构医疗技术临床应用的日常监管。地方各级卫生健康行政部门要督促辖区内医疗机构停止将“颈深淋巴管/结一静脉吻合术”应用于阿尔茨海默病治疗,并做好有关患者的随访服务等工作。

通知印发后,仍使用该技术治疗阿尔茨海默病的机构和人员,卫生健康行政部门将依据有关规定对其予以严肃处理。

未来,国家卫健委将根据临床研究情况,适时对该技术临床应用再次组织论证。 据人民网

中考成绩“i银川”平台可查

明天10:00发布 建议错峰查询

本报讯(记者 闫茜)7月9日,记者从银川市数据局获悉,银川市2025年中考成绩查询通道即将开启。为避免家长、考生因轻信非官方渠道信息,导致个人信息泄露或接收虚假成绩,银川市数据局联合银川市教育局在银川市“i银川”APP及微信小程序这一权威渠道开通中考成绩查询功能。

该服务将于7月12日正式上线,为广大考生及家长带来安全、便捷的成绩查询体验。

具体查询流程十分简便:考生只需打开银川市“i银川”APP或“i银川”微信小程序,进入首页“教育专

区”,点击“成绩查询”栏目下的“中考查询”按钮,正确输入本人准考证号、身份证号等关键信息,即可一键获取中考成绩。值得注意的是,成绩预计于7月12日上午10:00准时发布,查询时如果弹出信息错误提示,请第一时间仔细核对准考证号、身份证号是否与报名信息完全一致,确保信息准确无误。

考虑到成绩发布初期,大量考生集中访问可能导致系统压力骤增,出现页面加载缓慢或延迟现象,建议考生和家长尽量错峰查询,比如选择清晨、深夜等访问低谷时段,或尝试切换“i银川”APP与微信小程序两个不

同查询入口,以提升查询效率。

“i银川”平台上线中考成绩查询服务,让数据多跑路,群众少跑腿,不仅简化了成绩查询流程,更通过官方渠道筑牢信息安全防线,让考生和家长安心、放心。银川市数据局相关负责人表示,未来,将以用户需求为导向,持续拓展“i银川”平台便民生活服务功能,聚焦政务办事、公共服务、生活便捷等多场景,打造银川市“移动掌上生活服务枢纽”,让数据赋能城市治理,以科技力量推动公共服务向更便捷、更智能、更普惠的方向升级,助力市民共享数字化发展红利。

“晚安牛奶”是助眠新宠还是营销噱头?

如今,许多人被失眠困扰,因此多家乳企近期推出的“晚安牛奶”备受关注。有的企业运用生物技术提高牛奶中褪黑素含量,有的则在牛奶中添加活性肽、 γ -氨基丁酸等功能性成分,称可以提升睡眠质量。那么,“晚安牛奶”真能助眠吗?



资料图片

喝“晚安牛奶”好入睡 可能是心理暗示

最近,某品牌“晚安牛奶”因宣称含有“10倍+原生褪黑素”成为市场关注焦点。相关企业称,该产品通过专利技术调整奶牛饲养方式,提升牛奶中褪黑素含量。部分消费者在社交媒体撰文称,喝了这款牛奶后似乎真能更快说“晚安”了。

根据国家知识产权局公开信息,相关专利技术主要通过调整奶牛的光照周期和饲料配比来增加牛奶中褪黑素的含量。

具体方法为:让泌乳期奶牛每天接受光照(光照强度要达到500勒克斯至600勒克斯)11小时,处于黑暗环境13小时,并使其在凌晨1点50分至2点10分之间排奶;保证奶牛饲料中含有18%~22%的大豆、9%~10%的米糠、8%~12%的豆粕,以提高其色氨酸摄入量,促进褪黑素合成。

尽管相关专利技术使牛奶中的褪黑素含量达到12500皮克/盒(即0.0000125毫克/盒),约为同等规格

普通牛奶的10倍以上。然而,这一数值与临床推荐的褪黑素助眠剂量(0.1毫克至0.3毫克)相比差距较大。

江苏省省级机关医院神经内科主任郑慧芬认为,“晚安牛奶”中褪黑素含量极低,12500皮克的褪黑素几乎可以忽略不计,无法达到临床治疗效果。按最低有效剂量0.1毫克计算,消费者需一次性饮用8000盒“晚安牛奶”才能达到助眠效果。

科信食品与健康信息交流中心科技传播部主任阮光锋指出,褪黑素主要适用于调节时差或内源性分泌不足的人群,对压力、环境等因素导致的失眠作用有限。部分消费者感觉喝“晚安牛奶”后睡眠改善,可能是心理暗示的结果。

真正的“晚安” 不应被装进牛奶盒

另一类添加了活性肽的“晚安牛奶”据称含有从牛奶中提取的特殊肽类物质。以某品牌的A2 β -酪蛋白“晚安牛奶”为例,其添加了500毫克的酪蛋白水解肽。记者查阅资料发

现,虽然相关动物实验显示这类物质可能具有调节睡眠的作用,但人体临床试验数据仍然匮乏。

研究表明,A2 β -酪蛋白可以减少乳糖不耐受者的肠胃不适,但尚无直接证据表明其具有助眠功效。

更复杂的要数复合配方型“晚安牛奶”。某款“晚安牛奶”就同时添加了 γ -氨基丁酸和茶氨酸两种成分。资料显示, γ -氨基丁酸有助于抑制神经兴奋,茶氨酸能够促进大脑内多巴胺等神经递质的合成,可以缓解压力和紧张情绪。商家宣称这种组合能“双管齐下”改善睡眠。不过,相关专家指出, γ -氨基丁酸的口服生物利用度可能只有20%至30%,而茶氨酸的助眠效果在科学界仍存在争议。科普中国旗下平台“科学辟谣”公众号曾发文称,尚无证据表明茶氨酸有改善睡眠的功效。

业内专家表示,真正的“晚安”不应该被装进牛奶盒里,建立健康的睡眠习惯才是摆脱失眠的根本途径。规律的作息、适宜的睡眠环境、适度的运动,这些都比依赖某种“神奇食品”来得可靠。据《科技日报》



微信公众号



抖音号