

星图已展待起笔 紫荆将绽「中国宫」

记神舟二十三号航天员乘组

新华社记者



图为神舟二十三号航天员乘组进行飞船程序训练(2026年3月4日摄)。(新华社发)

经任务总指挥部研究决定,我国瞄准北京时间5月24日23时08分发射神舟二十三号载人飞船。

星图已展待起笔,紫荆将绽“中国宫”。

朱杨柱:归零心态再出征

首个由第三、四批航天员组成的乘组,首位飞天的第四批航天员,首次迎接香港的航天员,首次有人执行一年期飞行任务……一个个“首次”,像一串沉甸甸的钥匙,交到了朱杨柱手中。这是朱杨柱第二次站在问天阁接受中外记者提问,也是他第一次以指令长的身份率队出征。

2020年,还是大学副教授的朱杨柱,经过严格选拔,成为我国第三批航天员。2023年,他搭乘神舟十六号载人飞船抵达太空,首次飞天圆梦。

那年7月20日,神十六乘组实施首次出舱活动。朱杨柱穿着舱外航天服步入深邃太空,进行约8小时高强度出舱作业,为我国首位执行出舱任务的航天飞行工程师。

两个月后,朱杨柱又变身“太空教师”,和队友们演示了球形火焰实验、奇妙“乒乓球”实验、动量守恒实验以及又见陀螺实验,为青少年们带来一场精彩的太空科普课。

返回地球后,朱杨柱被授予“英雄航天员”荣誉称号和“三级航天功勋奖章”。“从太空归来不是终点,而是新的起点。”他收起荣誉,将一切归零,投入新的训练备战。

2025年,我国组织首次航天员洞穴训练,朱杨柱是第一组参训队员。

在黑暗、潮湿、幽闭的天然洞穴深处,他向队友提议,一起短暂关闭头灯。“光亮消失的那一瞬间,无边无际的黑暗压下来。感觉像极了在太空出舱,周围是深邃的宇宙,只有心跳与呼吸证明存在。”朱杨柱说。

被任命为神舟二十三号乘组指令长后,他不仅想着自己怎么更强,还琢磨三个人如何更像一个整体。朱杨柱总结道,练配合、练习惯、练默契,心往一处想,劲往一处使,这叫“1+1+1=1”;把每个人的长处发挥到极致,让整体的力量远超个体的简单相加,这叫“1+1+1>3”。

今年初,乘组参加为期两周的全任务飞行程序模拟训练。在1:1的空间站组合体试验舱内,三个人完全按照太空工作节奏进行全封闭训练,吃饭、睡觉、工作都严格遵循在轨流程。

“分配的工作,总有人主动搭把手;操作的细节,总有人及时提醒;训练的间隙,总会彼此鼓励。”朱杨柱说,“没有‘你的活’‘我的活’之分,只有‘我们的任务’。”

见面会上,朱杨柱代表乘组向中外记者自信表态:“我们一定乘组一心、天地一心,同向发力、持久用力,以满格的状态、顶格的标准,专注于每一项工作,圆满完成党和人民赋予的光荣使命。”

张志远:首次飞天志向高

古老的黄河一路奔腾,在甘肃白银划出一道壮美的“S”弯。

1986年,张志远出生在黄河边。父母是当地教师,平时教书育人,周末下地劳作。

那年,空军来校招飞行员。想起1999年国庆阅兵时战机划破长空的轰鸣,张志远立即报了名。

或许是从小在黄河里凫水、天地间奔跑打下的底子,他初选、复选一路绿灯,如愿成为一名飞行员。

飞行的那一天终于来了。教员带着他冲上云端,跃升、俯冲、横滚。他没有时间感受飞行

的浪漫,大脑飞速记录着每一个程序的要领、每一组数据。

“真正体验到飞行的快乐,是第一次放单飞。”张志远用手比划着当年的航路,回忆着云层在脚下翻涌,山川在机翼下铺展开去,“那种辽阔,那种自由,是属于战斗机飞行员的浪漫”。

毕业后,他离开吉林长春去祖国西北。在那里,他改装新机型,参加实战化演练、遂行多样化任务,累计飞行时长超过1200小时。

我国选拔第三批航天员的消息传来,张志远毫不犹豫报名。医学检查、心理测验、离心机……他一关一关闯过来,走进了航天员大队。

通往星辰大海之路,比他想象更漫长,也更坎坷。

空气动力学、热力学、火箭和飞船的设计原理、飞行器姿态控制……一本本厚厚的教材摆在面前,他咬着牙从头开始,不懂就问教员、问队友、查资料,硬是攻克了一个个“关卡”。

“其实,最困难的不是学习训练。”张志远顿了顿,“而是如何面对落差。”

成为航天员的那一天起,谁不盼着早日飞天?自神舟十六号任务起,同批航天员陆续圆梦苍穹,张志远却一次次与飞天梦想擦肩而过。

“今天回过头看,当时的我对载人航天任务的规律理解不够深刻。”他说。

常年空中飞行,张志远习惯在尽可能短的时间里完成所有动作。但载人航天不同,更强调稳,强调准,强调万无一失。

“比如在水下训练中,厚重的水下服限制着你,如果一味求快,体力会消耗得很快。”他说。

得知入选神舟二十三号航天员乘组的消息,那一刻,张志远内心激动而平静:“我一定珍惜这次难得的飞行机会,磨练意志、沉淀自己。”

即将出征,他心里还装着一个心愿:飞上太空后,想看看那条河。

黄河,他出生的地方,那里有他分别许久的故乡,有他牵挂着的爹娘。

黎家盈:紫荆花开向阳生

出生、念书、工作、结婚、生子,黎家盈的生活半径一直在香港。直到2024年,她才开启人生中少有的一次远行。

这一年,她以载荷专家身份入选我国第四批预备航天员。

“想念家门口的那条路,开满了紫荆花。”训练间隙,她常常想家,想起那条走过无数遍的小路。

紫荆花,是香港特别行政区的区花。黎家盈出生在11月,恰是紫荆花开的时节。路旁绽放的紫荆花,从此织入她生命的脉络。

2001年,她考入香港大学计算机专业,毕业后加入香港警务处技术服务部,专攻电子取证与网络安全。

有一宗案件,关键监控录像损毁殆尽。她与同事不舍昼夜,逐帧逐段修复数据,最终还原了被抹去的真相,将嫌疑人绳之以法。

5月出现5轮降雨 新一轮降雨带来哪些影响

新华社记者 刘诗平

从5月23日夜间开始至27日,中东部地区迎来新一轮较大范围降雨过程。这是5月以来我国出现的第5轮降雨过程。新一轮降雨有哪些特点?降雨范围、雨强及影响如何?

15省份大到暴雨 局地可能出现龙卷风

24日和25日是新一轮降雨最强时段。中央气象台24日10时发布暴雨黄色预警和强对流天气黄色预警。

中央气象台预计,24日14时至25日14时,重庆东部、湖南北部、湖北大部、河南南部、江西北部、安徽中南部、江苏中南部、浙江西部和北部,以及内蒙古河套地区、宁夏东部、甘肃东部、陕西北部、山西中南部、河北西南部、西藏东南部等地部分地区有大到暴雨。其中,湖南西北部、湖北东部、安徽西南部等地部分地区有大暴雨,个别站点可达到350毫米以上。

同一时间,黑龙江中西部、吉林西部、湖北东部和南部、江西北部、浙江北部等地的部分地区预计有10级以上雷暴大风,最大风力达11级以上,局地不排除龙卷风。

中央气象台首席预报员盛杰介绍,与前期相比,新一轮降雨的强降雨区域移出华南,主要位于长江流域和黄河流域。降雨的极端性仍需注意,长江中下游地区如湖南、湖北、安徽等地将有中到大雨,局地特大暴雨,并伴有雷暴大风。其中,湖北、湖南北部、江西北部与前期降水有所重叠,需关注相关次生灾害。

“此轮降雨过程也会影响北方地区,如陕西、山西、河南、河北、山东等地先后将有中到大雨,局地暴雨。28日之后,降雨强度减弱,影响范围缩小。”盛杰说。

盛杰提醒,上述受影响地区发生地质灾害的气象风险较高,注意防范城市内涝、山洪泥石流,公众需随时关注预警信息变化,避免在沟谷、斜坡、陡崖(坎)等高风险地带逗留。

做好夏收夏种,防范农田渍涝影响

目前,江汉、江淮等地小麦处于成熟收获期,油菜收获处于尾声。

“强降雨容易造成低洼农田渍涝,加上大风和强对流天气将引起局地植株倒伏,导致机收作业困难。”盛杰说,江南北部等地强降雨及对流天气不利于早稻晒田控水,田间高温高湿环境也易诱发喜湿病虫害发生蔓延。

盛杰建议,江汉、江淮等地需及时疏通沟渠、排涝散墒,避免积水渍涝导致小麦根系早衰和倒伏;倒伏田块雨后应立即排除积水,优先组织收割,减轻产量损失。同时,做好收获机具和烘干设备调度,抓住降水间隙抢收成熟小麦和油菜。江南等地需加强稻田管理,科学控水晒田,控制无效分蘖、精准追肥促壮。

5月出现5轮降雨 北方大部地区暴雨又强又旱

盛杰说,5月以来我国共出现了5轮降雨过程。这5轮降雨过程中,北方大部地区累计降水量较常年同期偏多五成至1倍,部分地区偏多2至4倍,南方大部地区降水量接近常年,但广东沿海降水极端,5月15日起的降水过程多站突破历史同期极值,如广东阳春、恩平等地日雨量超过500毫米。

5月北方多地暴雨不仅来得强,而且来得早,北京、河北等地经历了有气象记录以来最早的暴雨日。

怎样才算一次降雨过程?盛杰介绍,降雨由天气系统产生,中央气象台依据天气系统的移动确定降雨过程,例如一次冷空气南下,产生自北向南的降雨过程;或低涡切变东移,产生自西向东的降雨过程。有时,多个天气系统影响我国时有重叠,会造成降雨过程首尾相连,没有间歇期。

据预报,27日本轮降雨结束后仍有降雨过程,主要集中在南方地区。28日至31日,降雨区减弱南压,西南地区、江汉、江南、华南有小到中雨,局地大雨或暴雨。(新华社北京5月24日电)

“控指标+调体质”: 中西医共筑中风“防火墙”

新华社记者 田晓航



中西医结合防中风。

(新华社发)

无缘由的阵发性眩晕、头部昏沉,走路时如踩棉花,往往与肝阳上亢、风痰上扰有关;舌质紫暗或舌下静脉迂曲怒张,提示体内已有明显瘀血……

“这些提示可能中风的比半身不遂、口眼歪斜来得更早,一旦出现就应系统调治。”基于大量临床实践,中国科学院西苑医院脑病科主任孙林娟认为,预防中风,中西医结合方法完全可以协同增效。

卒中俗称中风,早在《黄帝内经》中就有相关记载。中风主要包括缺血性和出血性两类,具有高发病率、高死亡率、高致残率等特点。西医认为,存在高血压、糖尿病、吸烟等8项危险因素中的3项及以上,或存在既往脑卒中、短暂性脑缺血发作2项极高危因素之一,即为中风高危人群。而中医认为,中风的发生与“风、火、痰、瘀”密切相关,是人体气血阴阳长期失衡的结果。

基于中国中医药循证医学中心长期的临床研究,中医科研人员从整体辨证的角度探索出脑卒中更早期的观察方法,并为中医“预警系统”找到循证医学证据。

西苑医院脑病科主治医师周波说,缺血性脑卒中的发生与中医体质类型的阴虚质、气虚质、痰湿质密切相关。在这些高风险体质患者的西医指标达到干预阈值以前,中医启动调体质、饮食指导、情志调摄等早期干预,可将“治未病”防线进一步前移。

作为全国首批成立的中医医院脑病专科之一,中国科学院西苑医院脑病科年门诊量已超过10万人次。获批为国家卫生健康委脑卒中筛查与防治基地后,医院探索出社区脑卒中高危人群管理的中西医协同有效模式:先采

用西医学量表初筛将人群分层,再对中、高风险人群进行中医体质辨识,依据辨识结果分层干预。

记者在西苑医院看到,这里设有“脑/颈/椎动脉狭窄专病门诊”,通过规范脑血管狭窄患者的诊疗流程,结合西医精准诊断和中药、针灸等中医疗法改善患者血液循环。“中医与西医强调‘防’重于‘治’,中西医结合预防中风将走向精准化、智能化、个体化。”首都医科大学附属北京世纪坛医院神经医学中心副主任毛之奇计划设立“中西医结合卒中预防门诊”,患者挂号一次便能完成西医风险评估和中医体质辨识,获得“中西医结合个体化预防处方”。

这位专家指出,西医精准控制血压、血脂、血糖等指标,守住安全底线,中医识别并调理偏颇体质,优化身体整体状态,不仅靶点互补,而且能够提升患者的依从性与生活质量。比如,对于颈动脉粥样硬化狭窄率低于50%的患者,西医缺乏更积极的药物手段,而中医活血化瘀、软坚散结的方剂在延缓斑块进展方面经验丰富。

常年熬夜、饮食厚腻,身体已“痰浊内伏”;长期睡眠不好,遇劳累或情绪刺激就容易血压波动……上海中医药大学附属曙光医院神经内科主任医师陆征宇指出,“内有积损,外有触发”,中风发病年轻化多与长期违背健康生活方式密切相关。

“饮食有节、起居有常、动静有度、情志调和。”陆征宇说,如有肥胖、家族史、吸烟酗酒等情况,应尽早评估危险因素,不宜自行长期服用活血、清热、开窍类中成药。

5月25日是世界预防中风日。专家特别提示,突发视物模糊或视物成双,一侧面部口角歪斜,一侧肢体无力或麻木……这些提示中风的信号出现任意一个,应立即拨打急救电话。

(新华社北京5月24日电)



图为张志远在进行海上训练(2023年7月5日摄)。(新华社发)