台风、暴雨双预警

中国气象局启动四级应急响应
水利部对广东、广西、海南启动洪水防御Ⅳ级应急响应

新华社北京8月22日电 中央气象台22日6时发布台风蓝色预警和暴雨蓝色预警。受第19号台风“紫檀”和西南季风共同影响，预计未来3天华南、浙闽沿海等地有强降雨。8时30分，中国气象局调整暴雨四级应急响应为台风、暴雨四级应急响应。

中央气象台预计，未来3天，海南岛、广西南部、广东、福建、台湾岛、浙江等地部分地区有大到暴雨，局地大暴雨到特大暴雨。此外，四川盆地南部、重庆、湖北中西部、湖南中西部、云南西部、西藏东南部，以及西北地区东部、内蒙古中东部、华北、东北地区等地多分散性阵雨或雷阵雨。

中央气象台22日10时继续发布台风蓝色预警和暴雨蓝色预警，预计22日下午至23日夜间，“紫檀”的中心将在北部湾海面回旋打转，强度逐渐加强，最强可达强热带风暴级；24日白天起，将以每小时5至10公里的速度向东北转偏北方向缓慢移动，强度逐渐减弱，并向广东雷州半岛西侧至广西南部沿海靠近。

气象专家提醒，“紫檀”在北部湾海面长时间滞留，海南、广西、广东、福建等地将有持续性强降雨天气，部分地区累计雨量有一定的极端性，需做好相关防御工作。

新华社北京8月22日电 记者从水利部了解到，水利部22日对广东、广西、海南启动洪水防御Ⅳ级应急响应。

受19号台风“紫檀”影响，预计8月22日至24日，广西西部南部、广东、海南将有大到暴雨，部分地区将有大暴雨。广西郁江干支流及桂南沿海钦江、防城河、南流江，广东东江、韩江及沿海榕江、鉴江，海南南渡江、昌化江、万泉河等河流将出现涨水过程，其中广西郁江支流左江、明江可能发生超警洪水，暴雨区内部分中小河流可能发生超警以上洪水。

为应对汛情，水利部督促指导地方水利部门密切监视台风“紫檀”影响态势，强化雨水情监测预报预警，科学调度水工程，突出抓好山洪灾害、中小河流洪水防御和水库安全度汛，针对暑期旅游、汛期施工等情况，切实落实流动人员安全管控措施，动态完善风险区清单，及时转移危险区人员，全力保障人民群众生命财产安全。

处暑逢末伏收官 迎来晚出伏

新华社天津8月22日电 “离离暑云散，袅袅凉风起。”北京时间8月23日10时19分将迎来处暑节气，标志着我国大部地区逐渐进入气象意义上的秋天。巧合的是，这一天也是末伏最后一天，今年长达40天的三伏即将落幕，要出伏了。

从节气规律来看，入伏多在小暑前后，出伏都在立秋过后，时间多靠近处暑，有的年份还会晚于处暑。民俗专家、天津社会科学院研究员王来华介绍，民间习惯以处暑为参照，区分早、晚出伏：出伏在处暑前为“早出伏”，出伏在处暑后为“晚出伏”。今年出伏在8月24日，属于晚出伏。

关于出伏，民间流传着不少有趣农谚，诸如“早出伏凉飕飕，晚出伏热死牛”“早出伏凉悠悠，晚出伏旱到头”；也有截然相反的说法，例如“早出伏热不休，晚出伏凉悠悠”。

王来华表示，此类农谚是古人经过长期观察自然总结出的生活经验，可以用来判断后期天气趋势，但仅代表概率性的气候走向，并不是必然会应验。实际的天气情况，需要结合大气环流演变，综合考量气温、湿度、降水、光照等多项气象要素开展研判。

处暑是二十四节气中的第十四个节气，也是秋季的第二个节气。元代文人吴澄编著《月令七十二候集解》中说：“处，止也，暑气至此而止矣。”意思是说，自处暑开始，盛夏的暑热将逐步消退。

不过炎夏虽行将落幕，处暑时节乃至出伏以后，仍常会遭遇“秋老虎”天气。这种天气的特征是早晚稍显清凉，午后则延续高温。王来华提醒公众，要多关注天气预报，即便已经出伏，遇到“秋老虎”时仍需做好防暑降温。

民间素有“头伏饺子二伏面，三伏烙饼摊鸡蛋”的食俗，不同伏期有着对应的特色吃食。那么出伏之后，饮食上又该如何调养？

王来华介绍，出伏并没有全国统一、广为流传的专属民俗吃食，但各地普遍推崇老鸭汤、杂粮粥以及梨、银耳、百合、山药等清心润燥的食物，吃法也多种多样。夏秋交替时节，暑热尚未完全消退，秋燥之气已经开始显现，饮食切忌大鱼大肉、猛贴秋膘。可适当吃一些温润的食物，帮助祛除体内残存暑气，弥补盛夏带来的身体损耗。

处暑遇开学
中医支招守护中小学生健康

8月23日将迎来处暑节气，三伏“大幕”也将就此落下。处暑正值夏秋之交，中小学生即将迎来新学期，如何顺应时节变换调适身心，以良好状态投入校园生活？

中国中医科学院广安门医院儿科主任王波介绍，今年暑热比往年更盛、更持久，叠加40天超长三伏，处暑时节暑热暑湿尚未完全消退，秋燥已悄然生发。儿童脏腑娇嫩、气血薄弱，健康更容易受到季节更迭影响。

昼夜温差逐步加大，冷热交替之下，鼻塞、流涕、咽痛、咳嗽等外感症状容易找上门；残余暑湿困阻脾胃运化，孩子容易出现食欲不振、腹痛吐泻等不适；秋燥耗伤津液，口干眼干、皮肤干涩、流鼻血等情况也会随之增多。

王波提示，中小学生要根据气温变化及时增减衣物；饮食力求清淡均衡，减少脾胃负担；及时补充水分，抵御秋燥。

针对南北方地域差异，广安门医院儿科副主任医师田雪进一步提醒：北方秋燥特征更为突出，日常应当多饮水，少食辛辣，可用菊花、麦冬冲泡代茶饮用，达到清热滋阴润燥的效果；南方湿热困脾、兼有燥火，宜清淡饮食，远离寒凉滋腻食物，可适当食用山药、茯苓、薏苡仁等食材帮助健脾化湿。

度过漫长炎热的暑假，不少孩子运动偏少，加之晚睡晚起、作息紊乱，身体素质有所下滑。

上海中医药大学附属曙光医院传统医学科主任医师吴欢提醒，处暑太阳落山后体感相对舒爽，青少年不妨在此时外出慢跑，或借助社区健身器材开展锻炼，提前为开学后的体育活动储备体能。运动过后少量多次饮用温水，补足耗损的津液。

处暑夜凉渐生，在中医看来，此时应顺时作息，早睡早起，以养护阳气、宣畅肺气。吴欢建议，中小学生从开学前一周就开始调整作息节律，保障充足睡眠；午间闭目小憩20分钟，有助于恢复体力精力。

此外，简便易行的中医外治手段，也能扶助正气，为孩子筑起健康防护屏障。

“居家导引可帮助疏通肺气。”湖南省中西医结合医院儿科副主任医师孙志杰建议，家长可以陪同孩子练习八段锦“左右开弓似射雕”动作，早晚各五遍，助力肺气宣散，增强呼吸道抵抗力。

小儿捏脊推拿同样能够固本扶阳。孙志杰介绍，让孩子取俯卧位，家长以拇指、食指、中指，自孩子的尾骨沿脊柱向上捏提肌肤至大椎穴，重复3至5次，可起到调和阴阳、疏通气血的作用。

新华社北京8月22日电

换季养生，这些健康误区你中几个

处暑来临，暑热渐消，换季养生广受关注。

专家提示，季节交替时期是呼吸道疾病与骨骼肌肉系统疾病的高发期。一些健康误区要注意科学辨识，防止因混淆症状而造成误判、延误治疗。

误区一：流感就是普通感冒，扛一扛就过去了

中国疾控中心研究员王富珍表示，流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，得了流感全身性症状相对较重，尤其是儿童、老年人、慢性病患者，发生重症或其他并发症的风险较高。

相关研究证据表明，每年流感流行可导致全球产生300万至500万例重症病例、29万至65万例呼吸道疾病相关死亡病例。

专家强调，接种流感疫苗是预防流感最经济有效的手段，6月龄及以上人群，特别是“一老一小”、慢性病患者等重点人群以及学校、养老机构、福利院等重点场所人员，在流行季前应尽早接种流感疫苗。

记者从中国疾控中心了解到，今年国家对重点人群接种流感疫苗有免费和相关支持性政策。9月起，各地将陆续启动本流行季流感疫苗接种。

误区二：出现瘀青、流鼻血等就是得了白血病

有的人经常流鼻血、身上一碰就瘀青等，会担心自己得了白血病。

北京大学人民医院主任医师张晓辉说，一些人身上有轻度的瘀斑、牙龈轻度出血或鼻腔出血，如果偶尔发生，一般都是局部病变引起的。不是一看到有出血情况就是白血病，不必焦虑和恐慌。

“有些年轻人运动磕碰等可能会引起局部瘀斑，老年人在有些疾病状态下，需要长期口服抗凝药物、抗血小板药物等，也易引起瘀斑。”张晓辉说。

专家表示，白血病很少出现单一症状，通常伴随发热甚至高热、骨骼疼痛、严重贫血或感染。多个症状同时出现时就要怀疑是否得了白血病，但白血病发生率非常低，不要因为轻微异常就恐慌。

误区三：肩膀痛就是肩周炎，养养就好

季节交替之际，不少中老年人易出现肩膀痛，普遍存在“肩周炎，养养就好”的想法。

首都医科大学附属北京积水潭医院主任医师姜春岩表示，肩周炎是一个笼统说法，肩膀痛不是仅靠养就能好。

常见的肩痛有两种。一是冻结肩，又称“五十肩”，多发于50岁左右人群，核心特点是粘连，活动受限。二是肩袖损伤，以疼痛、无力为主要表现，与老年人肌腱退行性改变以及相应的创伤和外力拉伤有关。

“绝大多数冻结肩和轻症非外力性肩袖损伤可通过保守治疗缓解。”姜春岩说，如果出现以下两种情况，需经专业评估后进行手术治疗。一是急性肩袖损伤，通常是因外伤或遭受较大外力后肩关节突然剧痛、抬胳膊无力，常见夜间疼痛，应尽快就医评估。二是罕见的顽固性冻结肩，如果冻结肩产生疼痛导致功能受限，经过保守治疗仍然迁延不愈超过6个月，可通过微创的关节镜下手术进行治疗。 新华社北京8月22日电

从『工具』到『搭档』AI应怎样助力科研

8月21日至22日，2026科学智能大会在北京举办。作为驱动原始创新、重塑科研范式的核心引擎，人工智能驱动的科学研究（AI for Science，AI4S）成为热议话题。

当前，AI4S底层基础设施逐步完善，科研智能体与自主科研系统实现跨越式进展。从答题工具转向自主推进科研任务，AI会为科研带来什么变化？

拓展边界：为人类科学家提供更多探索灵感

今年3月发布的《AI for Science创新图谱2026》显示，近五年全球相关论文发表量增长了一倍多，航空航天、量子科技、材料科学等领域年均增速超过30%。

以往，研究人员可能需要花费半年时间阅读数百篇论文才能完成一篇文献综述，如今借助AI只需要几小时；面对海量数据，传统方法耗时数天甚至数周的计算任务，现在几秒钟便能得出结果。人工智能在可形式化、可验证的科学任务上，效率远超人类。

“与人类科学家相比，AI可以掌握更多知识，不仅能把科研人员从重复、耗时的工作里解放出来，还能拓展视野边界，发现更多新奇现象，提供更多探索灵感。”中国科学院自动化研究所研究员李林静说，目前，科研智能体已经能够完成文献研读、实验规划、参数迭代、结果分析的闭环自主科研流程。

在战略布局上，各国纷纷加速：中国发布《关于深入实施“人工智能+”行动的意见》，将“人工智能+”科学技术列为6大重点行动之一；美国推出“创世纪计划”，统筹整合全国科研基础设施，依托人工智能全面提速前沿科学突破；欧盟发布专项战略汇集资源以研发AI并将其应用于科学。

中国科学院软件研究所研究员黄进说，在以AI驱动的科研范式下，学科融合成为趋势，AI4S已经深入到许多重大科研计划和基础科研项目的核心环节。

“看似合理”：验证瓶颈让科研成果难以落地

AI4S为许多领域的研究打开了新空间。

在生命科学领域，AI可设计靶点分子、筛选化合物，将候选药物发现从数年缩短至数月；在材料领域，AI能辅助设计催化剂、筛选验证配方组合，加快材料研发从经验试错走向数据与机理协同驱动。

谷歌公司旗下DeepMind使用AI工具预测出了220万种新的晶体，其中38万种具有稳定结构。然而，这些预测结果得到实验验证的不到0.2%。这一现象凸显出AI4S领域面临验证瓶颈，大量AI预测结果难以完成实验验证，阻碍了计算发现走向实际工程应用。

中国工程院院士、计算机专家李国杰指出，AI产生海量“看似合理”的假说，绝大多数无法被验证，导致科研资源浪费在低优先级选项上。波士顿咨询公司的报告也显示，全球AI制药投入数百亿美元，至今尚未有一款获批上市。

打破科研与产业之间的界限，已经成为AI4S下一步迫切需要解决的问题。中国科学院院士、北京大学数学科学学院讲席教授鄂维南认为，这仅靠科研能力的提升是不够的，还必须在评价机制、组织形式上下功夫。

人机协同：更需人类科学家守持科学品位

推动自主实验室智能化改造，实现AI对科研全流程各个环节的深度赋能，已经形成全球共识。但是，随着前沿模型自主能力的持续提升，AI技术的“双刃剑”效应也随之放大。

李国杰指出，现有主流AI系统本质上仍是外源目标驱动的优化体系，即使未来AI具备更强的目标更新和自我改进能力，其评价准则的正当性、科学意义的判定以及风险责任的承担，仍不能由系统内部完全闭合地解决。

北京大学科学智能学院副院长莫凡洋认为，从长远看，AI或将具备自主设计科学实验的能力，但现阶段仍需由科学家提出核心科学问题、划定探索方向，同步配套完善安全约束规则、人工复核验证流程与风险处置机制。

不少与会专家表示，未来更可能出现的是“AI主导执行过程、人类科学共同体保留最终判断权”的混合科研范式，而不是取消人类评价权的全自动科研体系。

可以期待，依托AI4S的持续发展，人机协同的科研模式将不再是科幻作品中的想象。

“人和AI之间，应该是互相成就的关系。”莫凡洋说，在科研探索的道路上，科学品位、实验验证与责任判断始终是人类科学家不可替代的核心价值。 新华社北京8月22日电

提上限 扩范围

多家银行更新个人消费贷贴息细则

新华社北京8月22日电 8月21日，财政部、中国人民银行、金融监管总局对外发布通知，明确进一步做好财政金融协同促内需政策有关工作。随后，中国工商银行、中国农业银行、中国银行、中国建设银行、交通银行、招商银行等多家银行发布公告，更新个人消费贷贴息细则。

贴息上限从3000元提高到5000元，8月1日起按调整后的政策执行。农业银行、中国银行等均明确，每名借款人在本行可享受的个人消费贷款和信用卡分期业务累计贴息上限，由每年3000元提高至每年5000元。

信用卡分期大幅扩围，贴息比例为年化1个百分点。此前贴息仅覆盖信用卡账单分期，此次将信用卡专项分期、消费分期、预借现金分期等新发生的各类分期业务全部纳入。建行明确，居民在政策实施期内新办理的上述信用卡分期业务且于政策实施期内生成的各期账单，经识别消费真实性、合规性后，可按规定享受贴息。

存量客户怎么衔接？中国银行表示，已完成贴息申请的贷款无需重新签署协议，系统将自动调整适用最新贴息额度。招商银行同样明确，此前已签署相关协议的客户自8月1日起自动适用新政策。农业银行则要求客户签署补充协议，每张信用卡需单独签署，协议生效后在收取分期利息时直接扣减贴息资金。

农业银行提醒，对信用卡使用中存在欺诈、虚假消费、资金流入非消费领域等行为，以及发生逾期还款的，不予贴息，已享受的将追回。多家银行强调，办理贴息业务不会委托任何第三方，且不收取任何费用，提醒消费者警惕不法中介。