

# 研究表明“中年发福”不是福

在四五十岁时体重增加可能会使早逝的概率增加

新华社北京9月3日电《参考消息》日前刊登英国《每日邮报》网站文章《小心！“中年发福”不是福》，报道摘要如下：

研究表明，与那些在中年保持苗条身材的人相比，在四五十岁时体重增加可能会使早逝的概率增加近三分之一。

血压、胆固醇或血糖略高且体重略微超标的人，其较早死亡的概率会高出30%。专家称，这些“轻微的不健康特征”会使人们在其后30年心脏病发作或中风的风险更高。

令人担忧的是，大多数人没有表现出任何症状，并且“总体感觉良好”——这使得他们意识不到潜在“定时炸弹”的存在。

在这项研究中，研究人员想要考察患有代谢综合征的中年无症状人群，是否更有可能死于心血管疾病。

他们研究了约3.4万名年龄在四五十岁的人，这些人在1990年至1999年间参加了瑞典的一个心血管筛查项目。

如果符合下述标准的3项或以上，则判定他们患有代谢

综合征：男性腰围在102厘米以上，女性腰围在88厘米以上；总胆固醇超过6.1毫摩尔/升；血压超过130/85毫米汞柱；空腹血糖超过5.6毫摩尔/升。

约5084人符合代谢综合征的标准。研究者将他们与10168人构成的健康对照组进行比较后发现，代谢综合征组在30年内较早发生心脏事件（包括心脏病发作、心肌梗死、心律失常等）的可能性要大得多。

根据在欧洲心脏病学会大会上公布的这项研究结果，超

过四分之一的代谢综合征患者在其后的30年内死亡，健康对照组为五分之一死亡，这使得前者的早逝可能性比健康对照组高了约30%。

瑞典西曼兰省医院的莱娜·伦贝里博士说：“很多四五十岁的人都难免有点肚子，会有血压、胆固醇或血糖的轻微超标，但总体感觉良好。其实，即使你感觉良好，也要每年检查血压，避免吸烟，注意保持腰围。最后，也是非常重要的一点，每天坚持体育锻炼。”

## 朝鲜进行模拟战术核攻击训练

新华社首尔9月3日电 据朝中社3日报道，朝鲜2日凌晨进行模拟战术核攻击发射训练，发射了两枚远程战略巡航导弹。训练旨在对美韩近日再次派大批战机进行联合训练发出警告。

报道说，根据朝鲜劳动党中央军事委员会下达的相关军事训练命令，朝鲜人民军西部地区战略巡航导弹运用部队2日凌晨进行了模拟战术核攻击发射训练，在清川江河口向朝鲜西部海域发射了两枚远程战略巡航导弹。导弹飞行7600余秒后，在目标岛屿上空设定高度150米处引爆。

报道指出，此次训练旨在向美韩发出“实质性核危机”警告。朝鲜核武装力量将千方百计加强战斗应对态势。

## 伊朗空军接收一批俄制教练机

新华社北京9月3日电 伊朗媒体2日报道，伊朗空军已经收到一批俄制雅克-130型教练机，以“改善空军训练和作战能力”。

据伊朗塔斯尼姆通讯社报道，多架雅克-130型教练机已经抵达伊朗，在伊朗中部伊斯法罕省的一个空军基地服役。

塔斯尼姆通讯社以伊朗军方公共关系部门为消息源报道，俄罗斯雅克-130教练机的到来是伊朗“与俄罗斯签订武器合同的一部分”。

伊朗20世纪90年代购进数架米格-29型战机，此后没有引进任何战机。按照路透社说法，伊朗空军目前只有几十架在役战机，其中一些是1979年前采购的美制战机。由于飞机老化，加上数十年西方制裁导致零部件缺乏，机群维护保养困难。

伊朗2018年开始生产新型国产战机“考萨尔”双座战机。按照伊朗方面的说法，“考萨尔”属第四代战机，配备先进航空电子系统和火控系统，是伊朗第一种“百分百自主研发”的战机。

## 拜登视察佛州灾区 州长“避而不见”

新华社北京9月3日电 美国总统约瑟夫·拜登2日视察佛罗里达州因飓风“伊达利娅”受灾地区，但佛罗里达州长罗恩·德桑蒂斯选择不与他会面。多家媒体报道称，拜登此行充满“政治色彩”。

目前，民主党人拜登已宣布竞选连任总统，共和党人德桑蒂斯也已宣布竞选总统，且在共和党内选情仅落后于前任共和党籍总统唐纳德·特朗普。多家媒体报道，拜登与德桑蒂斯是潜在对手。

围绕佛州灾情，拜登与德桑蒂斯一周以来多次沟通，白宫方面曾说两人将当面会谈。然而，佛罗里达州长办公室9月1日说，德桑蒂斯没有与拜登会面的计划，理由是“仅为安排这样一次会面而进行的安全准备工作会使正在进行的（灾后）恢复工作陷入停顿”。

## 2023中国国际智能产业博览会即将举行

2023中国国际智能产业博览会将于9月4日至6日在重庆国际博览中心举行。

9月3日，嘉宾在2023中国国际智能产业博览会展厅内参观智能汽车滑板底盘产品。据新华社



## 科普：防蓝光眼镜能否缓解视疲劳

新华社北京9月3日电《参考消息》日前刊登美国趣味科学网站文章《防蓝光眼镜能否缓解视疲劳？》，报道摘要如下：

防蓝光眼镜可能不会减轻紧盯电脑屏幕引起的眼睛疲劳，这是根据近期发表于科克伦系统综述数据库的一项新研究得出的结论。该研究对覆盖多个国家近620人的17项防蓝光眼镜随机对照试验进行了评估。

眼镜制造商有时会声称，

通过阻挡可见光中这种波长较短的光（即蓝光），防蓝光眼镜可以帮助人们保持视觉清晰，甚至可以改善睡眠。但上述研究发现，防蓝光眼镜对佩戴者的视觉质量“可能影响不大或毫无影响”，而且对睡眠质量的影响也不像有些研究报告声称的那样“有显著改善”。

不过，美国克利夫兰医学中心的眼科医师、角膜专家克雷格·西伊说：“没有理由认为过滤掉蓝光是有害的。这里的要点是，它的作用可能没有我

们希望的那么大。”《华盛顿邮报》报道称，当人们使用电脑时，会出现眼睛疲劳症状，原因是当人们紧盯屏幕时，眨眼次数会少于平常，眼睛会变得干涩。此外，紧盯近距离的物体会导致眼部肌肉收缩。短时间内，这会导致用眼过度。而长时间后，这会加剧近视。

一些证据表明，傍晚暴露于蓝光环境中会打破我们的睡眠-觉醒周期。但你并不需要特殊眼镜来解决这一问题，美国眼科学会建议晚上干脆

把电子设备设置为深色模式，并在就寝前一两个小时完全避开屏幕。

该研究作者、澳大利亚墨尔本大学验光与视力科学副教授劳拉·唐尼说：“我们的研究不支持用蓝光过滤眼镜来减轻使用电脑引起的眼睛疲劳，如果你是健康成年人的话。”

这项新研究也有其缺陷。参与者少、时间跨度短等限制了评估人员判断这些眼镜从长远看能否显示出明显益处。

## 中国科学家研发出新型类脑学习方法 有望引导新型类脑芯片设计

我国科研团队研发出一种基于神经调制依赖可塑性的新型类脑学习方法（NACA），可有效解决目前人工神经网络中普遍存在的“灾难性遗忘”问题，有望进一步引导新型类脑芯片的设计。相关成果日前在国际学术期刊《科学进展》在线发表。

文章第一作者、中国科学院自动化研究所副研究员张铁林介绍，人工神经网络由于

采用反向传播（BP）等人工学习方法，可能会导致人工智能系统在学习新任务或适应新环境时，丧失了以前习得的一些能力，这种现象被称为“灾难性遗忘”，会对人工智能系统稳定运行产生不利影响。为此，人工智能迫切需要借鉴生物系统中的微观、介观、宏观等多尺度神经可塑性融合计算机制。

据介绍，生物系统中常见

的多巴胺、血清素等神经调质物，往往经由特定的腺体释放，并远程弥散、投射到一定范围内的目标神经元群体，且根据调质浓度水平的不同，对局部的神经元可塑性、突触可塑性等产生多种复杂的调制影响。

此项研究中，科研团队在上述生物神经调制机制的启发下，整合得到NACA。科研团队随后在典型的图片和语音模式识别任务中对该新型类脑学

习方法进行了评估，评估结果显示，其与传统算法相比，具有更低的能耗，且可以极大地缓解“灾难性遗忘”问题。

“该新型类脑学习方法是一类生物合理的全局优化算法，具备纯前馈学习、低训练能耗、支持动态连续学习等特征，有望进一步引导新型类脑芯片的设计。”文章通讯作者、中国科学院自动化研究所研究员徐波说。据新华社