

节令之美

23日6时15分霜降： 柿子如丹枝头挂，霜叶红于二月花

据新华社天津10月21日电（记者周润健）“霜降水返壑，风落木归山”，北京时间10月23日6时15分将迎来霜降节气。经过秋霜的“抚慰”，柿子红了，像姑娘娇羞的脸；枫叶红了，似二月盛开的花。霜降，是二十四节气中的第十八个节气，也是秋季的第六个节气。民俗学者、天津社会科学院研究员王来华介绍，霜降反映了气温变化，寓意天气渐冷、初霜出现，是秋季到冬季的过渡时节。不过，这“霜”并非从天而降，而是接近地面的水汽在温

度变化中凝结成一颗颗小小的冰晶。这与白露和寒露的成因类似，是一种很有意思的自然现象。霜，不愧是大自然的魔法师，它的成功作品是“二红”，即红柿子与红枫叶。先说红柿子，它们是霜降节气里最喜庆的一道风景。俗话说“霜打柿子红如火”，一个个像小灯笼般挂在枝头，白日里俏丽惹眼，阳光洒在上面，会不时地映出几分光亮来。掰开柿子尝一尝，果肉多汁，轻咬下去，绵软甘甜。

“柿子丰满圆硕，挂在枝头，形似如意，而发音又与‘事’字谐音，因而‘事事（柿柿）如意’的成语几乎是家喻户晓的祥瑞比喻。此外，还有‘红事（柿）当头’‘好事（柿）成双’等吉祥说法。”王来华说。再来说说红叶，也就是枫叶。霜降时节，枫叶最红。清代词人纳兰性德写过一句“西风吹老丹枫树”。枫老而红，是为丹枫，诗人的感慨中蕴含着人生的哲理。然而，人们耳熟能详的还是那首杜牧的《山行》诗：“远上寒山石径斜，白云生处有人

家。停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花。”霜降风物，不止于此，如木芙蓉（亦称拒霜花）、芦苇与荻花。“落尽群花独自芳，红英浑欲拒严霜”“秋风忽起溪流白，零落岸边芦荻花”……文人墨客大都文思敏锐，他们对霜降带来的种种景致变化多有咏叹。“山明水净夜来霜，数树深红出浅黄”，霜降，秋天的最后一站，绝美秋色将被画上休止符。不要犹豫，走到户外，拥抱大美自然，再赴一场秋日之约吧！

霜降时节注意这些健康提示

□新华社记者 李恒 董瑞丰

10月23日将迎来二十四节气中的霜降节气。霜降节气虽时至深秋，但“秋燥”并未完全消退，公众应如何养生？日常起居和饮食调养需要注意什么？家长应如何识别并有效预防孩子患上支气管炎？国家卫生健康委22日以“时令节气与健康”为主题召开新闻发布会，就相关问题进行解答。

饮食以温润平和为主

“霜降时节，不仅有秋燥，还有寒凉，需要温润濡养人体的正气。”中国中医科学院西苑医院主任医师张晋在发布会上介绍，日常起居要早睡早起，顺应阳气的收敛，时刻关注天气变化，适时增添衣物，注意保暖。饮食方面当以温润平和为主，如山药、红薯等，注意调理脾胃。增豆添奶对于提高膳食质量、促进健康等十分重要。北京协和医院主任医师于康在发布会上表示，大豆及其制品营养价值较高，蛋白质含量丰富，属优质蛋白质。常吃大豆及其制品对儿童青少年生长发育有益，在一定程度上可降低

成年人心血管疾病和女性乳腺癌发病风险。豆腐等大豆制品口感细软，易于老年人消化和吸收，有助于为老年人补充优质蛋白质，延缓老年人肌肉衰减。

现在接种流感等疫苗来得及

霜降时节气温骤降，身边得流感等呼吸道传染性疾病的患者多了起来。“现在接种流感等疫苗来得及，在整个流行期间都可以接种。”北京市疾病预防控制中心研究员张代涛在发布会上表示，个人接种疫苗可以有效降低发病和重症风险。建议大家尽早完成流感疫苗的免疫接种。

专家提醒，在接种流感疫苗前，应对自己的健康状况进行评估，避免在发热或急性发病期接种疫苗。此外，在日常生活中仍要做好个人防护，养成勤洗手、不随地吐痰等良好卫生习惯。

“支气管炎是儿童时期常见的肺炎类型之一，寒冷季节多发，且多见于一些低龄儿童，尤其是3岁以下的孩子。”北京儿童医院主任医师王荃在发布会上表示，孩子一旦发生支气管炎，建议家长带孩子及时就医。家长应遵照医嘱，规范使用药物，不要自行停药或随意增

减药物剂量，合理服用退热药。同时，要注意合理膳食，锻炼身体，保证正常作息，促进恢复。

重视其他传染性疾病预防

诸如病毒感染在秋冬季比较常见。张代涛介绍，诸如病毒感染是一种自限性疾病，以腹泻、腹痛、呕吐、恶心等症状为主。

如何预防诸如病毒感染？专家建议，个人与家庭成员在日常生活中要保持良好的手卫生，注意饮食卫生，做好居家环境清洁消毒，定期开窗通风。此外，要保持健康生活方式，规律作息、合理膳食、适量运动，以增强身体对病毒的抵抗力。

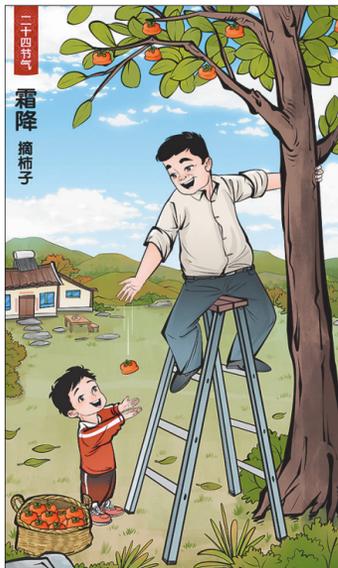
“秋冬季也会有手足口病的发生。”王荃介绍，手足口病是由肠道病毒感染导致的一种儿童常见的传染病，5岁以下的孩子多发，主要传播方式是密切接触和呼吸道飞沫传播。

专家建议，手足口病流行期间，不要带孩子去人员密集、空气不流通场所，适龄儿童接种相关疫苗有利于防止重症手足口病发生。

新华社北京10月22日电

霜降时节

新华社发 曹一 作



新华时评

□新华社记者 高文成

为世界百年变局提供「南方答案」

金砖国家领导人第十六次会晤10月22日至24日在俄罗斯喀山举行。金砖国家领导人在“金砖大家庭”实现历史性扩员后首度线下聚首，迎来举世瞩目的“金砖时刻”。值此“大金砖合作”开局之年，国际社会期待金砖国家进一步加强“全球南方”团结合作，为促进平等有序的世界多极化和普惠包容的经济全球化作出“金砖贡献”，为应对百年未有之大变局提供“南方答案”。

当今世界正处于百年未有之大变局，各种新旧问题与复杂矛盾叠加碰撞、交织发酵，不稳定、不确定、难预料成为常态。地区局势持续紧张，热点问题此起彼伏，全球经济复苏乏力，单边主义、保护主义肆虐，经济全球化遭遇逆流，南北差距、发展断层等问题更加突出。面对变乱交织的国际形势，“全球南方”不再是“沉默的大多数”，成为国际秩序变革的关键力量、百年变局的希望所在。金砖合作机制作为新兴市场国家和发展中国家加强团结合作、维护共同利益的重要平台，为维护世界和平、促进共同发展、完善全球治理发挥着建设性作用。

金砖国家团结广大发展中国家共同守卫安全环境，为推动冲突降温、建设世界和平发出“南方声音”。2023年11月，金砖国家领导人举行巴以问题特别视频峰会，就巴以问题协调立场、采取行动，为扩员后的“大金砖合作”开了个好头，成为推动对话与和平的重要力量。面对冲突对抗，很多南方国家主张尊重各国的主权和领土完整，坚持政治解决热点问题，推动以对话解决争端，携手应对各类安全挑战，为国际事务注入更多稳定性。联合国前副秘书长埃里克·索尔海姆表示，“全球南方”国家是世界和平的有力推动者和维护者，将为建立一个稳定多极的世界发挥巨大作用。

金砖国家团结广大发展中国家共同追求发展振兴，为推动经济发展、引领发展潮流展现“南方作为”。金砖国家新开发银行开业9年来，累计批准100多个项目，贷款总额约350亿美元。聚焦合作发展是金砖合作机制等平台吸引力不断提高的关键所在。推动金砖务实合作，高质量共建“一带一路”，创新“全球南方”国家间合作机制……广大发展中国家正坚持发展优先，汇聚进步合力，推进经济全球化，推动发展问题重回国际议程中心位置，为各国发展营造有利环境。西班牙埃卡诺皇家研究所网站刊文说，全球化进程的主角发生了变化，“相对于‘全球北方’，新兴的‘全球南方’越来越重要”。

金砖国家团结广大发展中国家共同捍卫公平正义，为维护真正的多边主义、完善全球治理谱写“南方篇章”。全球的事务要由大家商量着办，国际规则应由各国共同制定和遵守，治理的成果也要由大家一起分享，这是很多“全球南方”国家的共同诉求。2023年，《金砖国家领导人第十五次会晤约翰内斯堡宣言》重申“致力于加强和完善全球治理，推动构建更加灵敏、有效、高效、代表性强、民主、问责的国际和多边体系”。金砖国家始终坚持和捍卫真正的多边主义，维护联合国在国际体系中的核心作用，维护国际法和国际关系基本准则，提升发展中国家在国际事务中的代表性和发言权，推动世界多极化和国际关系民主化。英国政治评论员卡洛斯·马丁内斯说，金砖合作机制正在推动全球治理体系变得更加平衡、更具代表性。

在“全球南方”联合自强的时代潮流中，金砖合作机制的感召力不断上升，吸引力持续增强，“金字招牌”越擦越亮。以金砖合作机制为代表的“全球南方”声势卓然壮大，深层动力来自求和平促发展的各国人民力量，来自求公正促包容的全球秩序力量，来自世界各国共同追求现代化的时代演进力量。今年是“大金砖合作”开局之年，相信喀山会晤将推动“大金砖合作”行稳致远，推动“全球南方”联合自强，共同促进世界和平与发展，为人类社会向前发展贡献更多智慧、展现更大作为。新华社北京10月21日电



▲10月22日，山东省枣庄市文化路小学学生在一家中药店体验称量中草药。当日是世界传统医药日，各地开展体验中医药文化主题活动，让人们了解中医药知识，感受中医药文化魅力。

新华社发(孙中喆 摄)

美调查以色列袭击伊朗计划泄露事件 以媒称“萨德”已部署到位

新华社华盛顿10月21日电（记者 邓仙来）据多家美国媒体20日报道，两份由美国情报部门掌握的涉及以色列对伊朗实施报复性打击计划的机密文件日前被泄露。当天，美国国会众议长约翰逊在美国有线电视新闻网一档节目上证实了泄密事件，表示国会已展开调查。

根据相关报道，这两份文件均标有“绝密”字样，由美国情报机构国家地理空间情报局基于对美国侦察卫星拍摄于15日和16日的图像及其他情报的分析撰写而成，真实性得到美国官员确认。

据报道，文件内容涉及以色列就报复伊朗进行空地导弹试射等演习，以及以军调动中程弹道导弹和无损的涉及以色列对伊朗实施报复性打击计划的机密文件日前被泄露。当天，美国国会众议长约翰逊在美国有线电视新闻网一档节目上证实了泄密事件，表示国会已展开调查。

根据相关报道，这两份文件均标有“绝密”字样，由美国情报机构国家地理空间情报局基于对美国侦察卫星拍摄于15日和16日的图像及其他情报的分析撰写而成，真实性得到美国官员确认。

也披露了以色列拥有核武器这一该国一直拒绝公开承认的信息。

正在访问乌克兰的美国国防部长奥斯汀21日对媒体证实，“萨德”反导系统已在以色列部署到位，但他拒绝透露该系统是否已在使用，仅表示“我们有能力很快使其运转起来，目前进展与预期一致”。

据以色列媒体报道，美国提供给以色列的“萨德”反导系统由派遣到以色列的约100名美军士兵操作，这一系统的防卫范围更大，将为“爱国者”防空导弹系统提供补充防卫能力。

国内国际简讯

◆外交部：积极提升外国人来华在华便利度

外交部发言人林剑22日表示，中方将进一步优化完善免签等政策措施，积极提升外国人来华在华便利度。

◆中国海油首次完成超一万海里液态氢海运

中国海油22日宣布，由其执行的液态氢海运运输船经过超一万海里的航行，当日抵达深圳盐田港，这标志着我国跨入全球氢能长距离跨洋运输利用的新赛道。

◆广东警方刑拘1489个涉嫌参与网络黑灰产业人员

广东省公安厅22日通报，广东警方在“净网2024”专项行动中，侦破涉网络黑灰产业案件1328起，刑事拘留1489人，打击整治工作取得阶段性成效。记者了解到，这些案件涉及利用技术手段搭建发卡平台非法出售网民账号、非法获取网民账号、开发销售外挂软件、售卖虚拟定位软件等违法犯罪行为。

◆秘鲁前总统托莱多因涉腐被判处超20年监禁

秘鲁司法部门21日宣布，前总统亚历杭德罗·托莱多因严重腐败和洗钱被判处20年零6个月监禁。

◆地球观测组织推出全球生态系统地图集

地球观测组织(GEO)22日发布公报说，该组织在联合国《生物多样性公约》第十六次缔约方大会上推出全球生态系统地图集的概念验证版本，这是致力于对全球生态系统进行绘图和监测的交互式动态平台。

◆美国宣布向乌克兰提供价值4亿美元额外军事援助

美国政府21日宣布向乌克兰提供价值4亿美元的额外军事援助。正在乌克兰访问的美国国防部长奥斯汀表示，美国将继续坚定支持乌克兰。根据美国国防部当天发布的援乌武器清单，此次军援包括与“海马斯”多管火箭炮系统适配的弹药、迫击炮及炮弹、装甲车和反坦克武器等。本栏均据新华社