

专家与媒体面对面

EXPERTS AND MEDIA FACE TO FACE

2015

山西省科学技术协会 编著

- ◇ 春耕备耕话农资
- ◆ 抗击癌症 从了解开始
- ◇ 瑜伽与科学健身
- ◆ 互联网 + 时代的食品安全
- ◇ 科学与艺术融合创新
- ◆ 科学用眼 健康生活
- ◇ 健康生活从一杯优质牛奶开始
- ◆ 关注心理健康 促进社会和谐
- ◇ 科学认识风湿病
- ◆ 关注 CO₂ 享受低碳生活

 山西出版传媒集团

 山西经济出版社

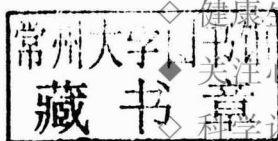
专家与媒体面对面

EXPERTS AND MEDIA FACE TO FACE

2015

山西省科学技术协会 编著

- ◇ 春耕备耕话农资
- ◆ 抗击癌症 从了解开始
- ◇ 瑜伽与科学健身
- ◆ 互联网 + 时代的食品安全
- ◇ 科学与艺术融合创新
- ◆ 科学用眼 健康生活
- ◇ 健康生活从一杯优质牛奶开始
- ◆ 关注心理健康 促进社会和谐
- ◇ 科学认识风湿病
- ◆ 关注 CO₂ 享受低碳生活



 山西出版传媒集团

 山西经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

专家与媒体面对面. 2015 / 山西省科学技术协会编
著. — 太原: 山西经济出版社, 2016.4
ISBN 978-7-5577-0022-5

I. ①专… II. ①山… III. ①科学知识 - 普及读物
IV. ①Z228

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 076747 号

专家与媒体面对面. 2015

ZHUANJIA YU MEITI MIANDUIMIAN.2015

编 著: 山西省科学技术协会

责任编辑: 李慧平

装帧设计: 张 霞

出 版 者: 山西出版传媒集团·山西经济出版社

地 址: 太原市建设南路 21 号

邮 编: 030012

电 话: 0351-4922133 (市场部)

0351-4922085 (总编室)

E — mail: scb@sxjjcb.com (市场部)

zbs@sxjjcb.com (总编室)

网 址: www.sxjjcb.com

经 销 者: 山西出版传媒集团·山西经济出版社

承 印 者: 山西臣功印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 8.25

字 数: 142 千字

印 数: 1000 册

版 次: 2016 年 4 月第 1 版

印 次: 2016 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5577-0022-5

定 价: 39.00 元

前 言

春回大地,万花竞放,转眼,又是春暖花开时。

俗话说“一年之计在于春”,农民朋友们又到了春耕备耕的关键时节。2015年3月20日,山西省科协主办,山西科技传媒集团、山西省专家学者协会、山西省农业科技信息中心承办的“春耕备耕话农资”活动拉开了“2015年专家与媒体面对面”的帷幕。活动邀请农业专家们解读了2015年山西省病虫害发生趋势情况,为广大农民朋友选购适合的农药产品,对症施药有效预防虫口夺粮等疑难问题支招。新华社、科技日报、山西日报、山西晚报、太原晚报、科学导报、山西经济日报等十几家省内外主流媒体进行了及时报道,向大众传播。之后,省科协又相继主办了“抗击癌症 从了解开始”“瑜伽与科学健身”“互联网+时代的食品安全”“科学与艺术融合创新”“科学用眼 健康生活”“健康生活从一杯优质牛奶开始”“关注心理健康 促进社会和谐”“科学认识风湿病”“关注 CO₂ 享受低碳生活”等专题活动。这些活动选取老百姓普遍关心的、与自身生活紧密关联的保健、养生、食品安全等热点问题,邀请专家与媒体记者进行面对面的交流。

科协是科技工作者的群众组织,党领导下的人民团体,党和政府联系科技工作者的桥梁和纽带,推动国家科技事业发展的重要力量。促进学术交流,参与社会治理,推动经济发展,传播科学技术,服务科学决策,举荐科技人才,是党和国家赋予科协的职责和使命。当前山西正处于转型发展的关键时期,为紧密围绕省委、省政府中心工

作,积极主动服务经济社会发展,夯实科技创新的基础,推进“四个全面”,实现“五位一体”,促进富民强省,山西省科协主办“专家与媒体面对面”活动,希冀打造一个开放的平台,针对公众关心的热点问题,通过媒体发出科技界的声音,在全社会弘扬科技工作者爱岗敬业、为民分忧的高尚情操。同时通过开展“专家与媒体面对面”活动,引领先进的科学文化,提升全民科学素质,为实现中国梦做贡献。

《专家与媒体面对面 2014》一书自去年问世以来,受到社会各界广泛好评,因此,今年又将十场专题活动内容精心编辑成册,加以出版。本书由专家观点、媒体问计、相关链接三部分组成,便于读者更好地阅读、理解。

编 者

2016年3月

· 目 录 ·

春耕备耕话农资

专家观点

002 王亚平 因地选种

003 赵建明 科学选肥

004 方 果 安全施药

媒体问计

006 政策助力良种培育

007 明确功能科学辨识

007 谨慎选购避免受害

008 积极倡导农药安全

相关链接

抗击癌症 从了解开始

专家观点

014 王 蓓 肺癌诱因多

014 宋 翔 饮食很重要

015 赵 婕 乙肝莫轻视

016 姜鸿南 乳癌能治愈

016 王永红 癌变有征兆

017 梁世勇 养成好习惯

媒体问计

018 定期妇检预防宫颈癌

018 科学生活远离恶性病

019 少食旧饭可换健康身

019 致癌因素不包括传染

020 放疗过程需饮食配合

020 自检得当可防乳腺癌

相关链接

瑜伽与科学健身

专家观点

026 张红云 瑜伽有益身心健康

027 庞华润 瑜伽太极各有千秋

028 梁建桃 瑜伽健身不分男女

029 韩红艳 瑜伽讲求“三位一体”

媒体问计

030 循序渐进身体好

030 全民健身助长寿

031 勤练瑜伽防疾病

031 因人而异效果佳

031 舞蹈瑜伽有不同

032 持之以恒保健康

相关链接

互联网 + 时代的食品安全

专家观点

- 038 黄登宇 信息构建食品安全
- 039 陈红萍 大力普及食品知识
- 040 刘宏生 共同监督食品安全
- 040 郝建国 坚守底线扩大市场
- 041 林 涛 做好终端餐饮安全

媒体问计

- 043 相应政策将出台
- 043 水果去皮失营养
- 044 加大监管问题少
- 044 举报渠道更多元
- 045 互联网拉近双方
- 045 工作重点在基层

相关链接

科学与艺术融合创新

专家观点

- 051 张 勇 化学之美 无所不在
- 052 杨 阳 戏台声效 浑然天成
- 053 刘海平 以歌传情 求“知”求“味”
- 054 刘原平 建筑之奇 令人惊叹
- 055 白俊卿 音乐健身 减压强体
- 055 毛瑞环 音乐艺术 精神财富

媒体问计

057 坚持运动 远离抑郁症

057 常听音乐 有养生疗效

058 机器女神 多元化发展

相关链接

科学用眼 健康生活

专家观点

064 张 丽 近视发病率高不容小觑

065 闫 实 保护视力 合理用眼

066 张 军 合理训练 远离近视烦恼

媒体问计

068 培养健康用眼习惯

068 及早就医 延缓近视

069 饮食需与习惯结合

069 科学治疗调高视力

相关链接

健康生活从一杯优质牛奶开始

专家观点

077 刘德宝 牛奶和小康生活息息相关

078 张文青 坚持饮奶增强体质

079 王晓闻 科学饮用促进乳品营养吸收

079 陈 敏 从牛奶生产过程中“要”营养

080 胡红娟 选择适合你的那款乳制品

081 吴小东 把控奶源与欧美一较高低

媒体问计

082 奶牛也要听音乐

082 儿童饮奶需注意

083 酸奶含糖不增胖

083 选奶按照指标来

相关链接

关注心理健康 促进社会和谐

专家观点

089 郭 宏 有快乐才有健康

090 宋丽萍 防御机制维护心理健康

091 赵淑琴 及时干预心理危机

092 李 梅 合理调控家庭情绪

媒体问计

094 学会寻找幸福

094 学会寻求帮助

095 学会释放压力

095 学会转移注意力

相关链接

科学认识风湿病

专家观点

103 张莉芸 风湿病种类繁多

- 104 刘秀梅 风湿病常见症状
- 104 王彩虹 风湿病患者应注重饮食
- 105 张改连 风湿病重在预防
- 106 许珂 风湿与类风湿的区别

媒体问计

- 107 注意保护膝关节
- 107 长期口干眼干勿大意
- 108 合理饮食远离痛风
- 109 寒冷不是风湿诱因

相关链接

关注 CO₂ 享受低碳生活

专家观点

- 115 邢国明 “富碳农业”的机遇与挑战
- 116 李润植 小小微藻蕴含大能量
- 118 秦潮 “富碳”为农业注入“碳能量”

媒体问计

- 120 富碳农业前景很明朗
- 120 富碳农业安全有保障
- 121 富碳农业减排又增产
- 122 微藻制油须过成本关

相关链接

媒体问计

057 坚持运动 远离抑郁症

057 常听音乐 有养生疗效

058 机器女神 多元化发展

相关链接

科学用眼 健康生活

专家观点

064 张 丽 近视发病率高不容小觑

065 闫 实 保护视力 合理用眼

066 张 军 合理训练 远离近视烦恼

媒体问计

068 培养健康用眼习惯

068 及早就医 延缓近视

069 饮食需与习惯结合

069 科学治疗提高视力

相关链接

健康生活从一杯优质牛奶开始

专家观点

077 刘德宝 牛奶和小康生活息息相关

078 张文青 坚持饮奶增强体质

079 王晓闻 科学饮用促进乳品营养吸收

079 陈 敏 从牛奶生产过程中“要”营养

春耕备耕话农资

活动时间

2015年3月20日

专家观点

王亚平:因地选种

赵建明:科学选肥

方 果:安全施药

问计媒体

山西新闻广播 山西新闻网 中国科学报 科学导报

相关链接

四招选购优质化肥

鉴别真假化肥的常用方法

睁大慧眼购买放心种子

高效施肥注意事项

文字 郑天阳

摄影 张 勤

专家观点 | Expert Opinion

核心提示

春回大地,农民朋友又将投入紧张的春耕生产当中,在这个春耕备耕的关键时节,农民朋友最为关心的问题莫过于选购什么样的种子、肥料和农药。选购优质农资对农业工作十分关键,合理选用农资也影响到春耕工作的进行。

王亚平:因地选种

优良品种是指能够适应当地自然条件 and 生产水平要求,具有高产、稳产、优质、抗逆性强、适应性好的特点,在生产上有使用价值,能获得较好经济效益,深受群众欢迎的品种。

王亚平
山西省种子总站推广研究员。

优良品种是指能够适应当地自然条件 and 生产水平要求,具有高产、稳产、优质、抗逆性强、适应性好的特点,在生产上有使用价值,能获得较好经济效益,深受群众欢迎的品种。优良品种是一个相对的概念,它的使用具有区域性和时间性。优良品种只有种植在适宜的生态区才能取得最大的经济效益,才能稳定地获得高额产量和优质产品。也就是说,优良品种的性状在一定的自然环境和栽培条件下才能表现出来,超过一定范围就不一定表现优良。当地的优良品种到外地不一定能够适应,外地的优良品种到本地也不一定能够增产。不存在永恒不变的“优良品种”,只有不断选择适合当时、当地种植的新品种,才能使优良品种在农业生产上充分发挥作用。这些相关信息可从山西种业网或种子管理机构等渠道获得。

农民应根据当地无霜期、生态条件、农作物发病情况选择优良品

种,选购符合国家种子质量标准(纯度、净度、水分、发芽率指标合格)的种子。但需要注意的是,优良品种不是万能的,良种必须有良法配套,一般高产品种都需要有较高的投入,水肥管理一定要跟上。

稻、小麦、玉米、棉花、大豆、油菜、马铃薯、向日葵、西瓜等9种农作物属国家审定品种,可在全省推广应用。我省农作物品种审定委员会每年都进行新品种审定,并进行公布,这些信息可作为选择品种的重要依据。

2014年,我省审定通过了21个玉米品种。它们是威卡926、登海618、晋玉18、先玉987、正成018、太育1号、晋沃99、华美368、中地88、晋单88号、强盛103、福盛园57、龙生16、玉农118、潞鑫88、晋单89号、冀玉19、金玉698、潞玉1号、晋糯10号、龙玉1号。

赵建明:科学选肥

肥料是作物生长必不可少的,科学合理地选用肥料,对农民来说至关重要。

现在市场上常见氮肥为碳酸氢铵、尿素。碳酸氢铵简称碳铵,呈碱性。碳酸氢铵适宜做基肥和追肥,不能做种肥。不论做基肥还是追肥,都必须深施。基肥深施深度因土壤质地而异,黏质土10~15cm,壤质土14~15cm,沙质土12~18cm。尿素是一种化学合成的有机酰胺态氮肥,含氮量46%,如果贮存不当,容易吸湿结块,影响尿素的原有质量,这就要求广大农户在使用前一定要保持尿素包装袋完好无损,运输过程中要轻拿轻放,防雨淋,贮存在干燥、通风良好、温度在20摄氏度以下的地方。

常见的磷肥为过磷酸钙和重过磷酸钙。过磷酸钙简称普钙,吸湿性比较大,易吸湿结块,因此,应存放在通风干燥处;重过磷酸钙的功效益是普钙的2~3倍,且不含铁、铝、锰等杂质,吸湿潮解后不会发生磷酸的退化现象。一般在缺硫的土壤、对硫敏感的作物,如马铃

赵建明
山西省土壤肥料工
作站副站长、高级
农艺师。

薯、豆科作物、十字花科作物及大蒜等施用重过磷酸钙,以补充硫素营养。

常见的钾肥为硫酸钾和硫化钾。硫酸钾含有效钾 48%~52%,多为白色或淡黄色结晶,也有少量的红色硫酸钾。硫酸钾易溶于水、吸湿性小、不易结块,山西的土壤基本上都是石灰性土壤,石灰性土壤偏碱性,在石灰性土壤上使用硫酸钾以后,很容易生成硫酸钙,长期使用会造成土壤板结,解决的办法就只能是增加有机肥用量,防止土壤板结;氯化钾含氧化钾 60%左右,施用时要扬长避短,对烟草、甜菜、甘薯、马铃薯以及苹果等忌氯作物,应不施或尽量少施。在盐碱土上施用氯化钾会加重盐害,对作物产生毒害,因此,要避免在盐碱土上施用。

硝酸磷肥中氮磷比例分别为 25 : 15、26.5 : 11.5、25 : 10 的适合做底肥,在一些高产地区需要补充一些钾。

磷酸铵简称磷铵,在生产过程中,由于氨中和磷酸的程度不同,形成磷酸一铵和磷酸二铵。这种肥料磷含量很高,氮含量比较低,在使用的时候应该注意,假如后期不追肥,一次性做底肥的话,要补充一定的氮肥。

复混肥是指含有氮、磷、钾三种养分中的两种或三种养分的肥料,其优点很多,但要注意:单一养分含量要不低于 4%;另外,一定要注意复混肥中氯离子的含量,低氯、中氯、高氯的复混肥功效有所不同。

方果:安全施药

气温回升,各种农作物病虫草鼠开始萌发苏醒,为害农作物。我省根据全省各地冬前农作物病虫越冬基数调查,结合近年病虫发生态势,并组织有关专家会商分析,预计 2015 年我省农作物主要病虫呈中等、局部偏重发生,发生程度接近上年。全省农作物病虫草鼠发

方果
山西植保植检总站
副站长、研究员。

生面积 1.75 亿亩次以上。偏重发生的病虫有：南部的小麦红蜘蛛、棉盲蝽，局部的小麦穗蚜和白粉病；玉米种植区沿河低洼下湿地的小地老虎、太原以北的玉米叶螨，晋中东山、太行山等冷凉山区和忻定盆地的玉米大斑病、马铃薯晚疫病、苹果炭疽病、苹果褐斑病，保护地瓜果霜霉病和白粉病、番茄病毒病等。

眼下将迎来玉米的播种期，玉米田中的杂草将是偏重发生年，玉米田的除草剂已经被广大农民朋友所认识，希望 2015 年在玉米田除草剂使用方面加大力度，但千万不要超量。对于初春时节的温室大棚蔬菜而言，黄瓜霜霉病、叶霉病、美洲斑潜蝇正是防治的最佳时期。

对于初春时节的温室大棚蔬菜而言，黄瓜霜霉病、叶霉病、美洲斑潜蝇正是防治的最佳时期。

最近几年谷子白发病呈上升态势，在播种谷子的时候一定要事先进行拌种，防止谷子白发病。至于 2015 年果树的病虫高发趋势，在此提醒果农对腐烂病、梨小食心虫、落叶病提早做好防治准备。

2 月 28 日，农业部会同七部委做出了全国农资打假专项治理行动部署，在这次会上特别强调要对假种子、假化肥、假农药等行为重点打击。对于农民自己如何避免购买到假农资，我建议：首先，农民朋友自己种了什么作物、将要发生什么病虫、需要买什么药，要做到心中有数；其次，在购置农药时，要看它的标签，农药的标签上有 20 多条信息，完全掌握是不可能的，但是要掌握几点主要的，对于农药商品来说，这样有助于帮助农民朋友辨别真伪。我认为，在标签上要掌握：农药登记证、农药生产许可证和农药标准证号。此外，还应看净含量、生产日期及有效期、产品外观及标签。特别是不要购买价格与同类产品存在很大差异的农药，价格明显低于同类产品和以往价格的，假冒或过期的可能性较大。

如何避免购买到假农资，首先，农民朋友自己要做到心中有数；其次，在购置农药时，要看它的标签，这样有助于帮助农民朋友辨别真伪。