

佐科威视察苏北诗布奥岸医院

确保提供最佳医疗服务



佐科威与在医院候诊的病患交谈。

（巴东拉瓦斯讯）佐科威总统于3月15日（周五），视察北苏门答腊省巴东拉瓦斯（Padang Lawas）县诗布奥岸（Sibuhuan）地方综合医院（RSUD）的医疗设施和服务。

除了确保为民众提供最佳的医疗服务外，佐科威总统还视察了社会健康保障管理机构（BPJS Kesehatan）的服务流程。

佐科威总统在视察后向媒体发表的声明中表示，他来到医院是为了检查服务是否运行良好。根据检查结果来看，医院的服务很好。

佐科威还表示，诗布奥岸地方综合医院有17名专科医生，超出了只有7名专科医生的医院的标准。

关于增加专科医生的问题，总统说，可能需要增加心脏病和中风专科医生，卫生部将跟进此事。

不过，佐科威表示，医院的一些建筑物仍需要维修。他还表示，政府将立即修复该建筑物。

佐科威指出了一些缺点，例如需要额外的医疗设备，包括CT扫描、乳房X光检查和化疗设施，以及提高建筑和房间的容量。

佐科威总统指出，他到诗布奥岸地方综合医院的访问，表明了政府为确保整个印尼医疗服务的平等可及性和质量而不断做出的努力。这也标志着政府对推进卫生基础设施和满足该地区民众需求的长期承诺。

陪同佐科威总统进行工作访问的，包括公共工程与人民房屋部长峇苏基、卫生部长布迪·古纳迪、北苏门答腊省代省长哈桑鲁丁以及巴东拉瓦斯代县长埃迪·朱奈迪。（ALW）



阿玛莉雅表示，2月份记录顺差是由非油气商品支撑。

2月贸易顺差8.7亿美元

非油气商品支撑的，盈余26.3亿美元，主要贡献商品是矿物燃料、植物动物脂肪和油以及钢铁。

与2024年1月的20.2亿美元相比，2月份贸易顺差减少11.3亿美元。此外，与1月的33.2亿美元和去年2月相比，非油气商品盈余显示下降。与此同时，2月份油气商品记录逆差17.6亿美元，引发逆差的商品是石油和原油，逆差也低于1月的13亿美元和去年同期。

2月份，印尼对三个国家出现贸易顺差，分别对美国顺差达14.4亿美元，对印度达11.5亿美元，对菲律宾达6.3亿美元。对美国实现顺差的主要商品是电气机械和设备及其零部件、非纺织服装和配件以及鞋类商品。

印尼对三个国家出现贸易逆差，分别对中国逆差18.6亿美元、对泰国逆差5.5亿美元，对新加坡逆差3.2亿美元。对中国出现逆差的商品是机械和机械设备及其零部件、电气机械和设备及其零部件以及塑料和塑料制品。

2024年1月至2月累计贸易差额28.7亿美元，比去年同期减少64.2亿美元。2月份，出口额为193.1亿美元，进口额为184.4亿美元。

阿玛莉雅表示，2024年2月记录顺差是由

（雅加达讯）中央统计局（BPS）公布，2024年2月份，印尼出现高达8.7亿美元的国际贸易顺差，出口额为193.1亿美元，进口额为184.4亿美元。

据美都新闻网报导，中央统计局代局长阿玛莉雅于3月15日（周五）在新闻发布会上表示，2月份，印尼出现高达8.7亿美元的贸易顺差。自2020年5月以来连续46个月实现贸易顺差。

阿玛莉雅表示，2024年2月记录顺差是由

非油气商品支撑的，盈余26.3亿美元，主要贡献商品是矿物燃料、植物动物脂肪和油以及钢铁。

与2024年1月的20.2亿美元相比，2月份贸易顺差减少11.3亿美元。此外，与1月的33.2亿美元和去年2月相比，非油气商品盈余显示下降。与此同时，2月份油气商品记录逆差17.6亿美元，引发逆差的商品是石油和原油，逆差也低于1月的13亿美元和去年同期。

2月份，印尼对三个国家出现贸易顺差，分别对美国顺差达14.4亿美元，对印度达11.5亿美元，对菲律宾达6.3亿美元。对美国实现顺差的主要商品是电气机械和设备及其零部件、非纺织服装和配件以及鞋类商品。

印尼对三个国家出现贸易逆差，分别对中国逆差18.6亿美元、对泰国逆差5.5亿美元，对新加坡逆差3.2亿美元。对中国出现逆差的商品是机械和机械设备及其零部件、电气机械和设备及其零部件以及塑料和塑料制品。

2024年1月至2月累计贸易差额28.7亿美元，比去年同期减少64.2亿美元。2月份，出口额为193.1亿美元，进口额为184.4亿美元。

普选后社会局势安全 政法部长：政府继续监控



哈迪（中）主持有关投票后局势的协调会议。

（雅加达讯）政治、法律与安全统筹部长哈迪表示，2024年普选后，社会局势有利且安全。这是根据与内政部长、国民军总司令和国家警察总长举行的协调会议上讨论的信息得知的。

哈迪于3月15日（周五）在雅加达中部政治、法律与安全统筹部办公室举行的协调会议后向记者表示，根据信息和协调会议的讨论结果，总的来说，全国形势和条件仍然比较有利、安全可控。

哈迪说，2024年普选阶段仍在进行中。政府继续监控每一个正在进行的过程。

他还说：“我们将继续监测选举阶段，即计票结果的重述以及普选委员会对普选计票结果的确定。”

哈迪请求公众帮助保持有利的局势。他披露，普选的举行取得成功，是政府和全体公民共同努力的结果。

他说：“因此，我们应该共同维护正在进行的民主进程，并参与维护政治、法律和安全稳定，使其继续有利于并在一个日益强大的民族和国家的生活中创造和谐。”

哈迪表示，政府将继续关注事态发展，监督并确保选举的每个阶段安全、和平和高质量地进行。因为普选的成功是我们所有人的成功，普选是印尼民族的骄傲。

出席这项协调会议的有内政部长狄托、国民军总司令阿古斯、国家警察总长利斯蒂奥、总检察长布尔哈努丁、总统府幕僚长穆尔多科、国家情报局局长布迪·古拉宛、以及国家警察情报与安全局局长维迪安托。（ALW）

Bagus®
FRESH 99
高級食器洗劑
PREMIUM
DISHWASHING LIQUID
洗碗液
CAIRAN PENCUCI PIRING

附近超市、便利店有售
Tersedia di Supermarket & Minimarket terdekat anda

RANCH @ MARKET
LOTTE Mart
LOTTE Grosir
NAGA
AEON
FORTUNA
JAYA
TIP TOP
BENNY murt
YOGYA Market
City
HARMONY
INDO
TokoYAN
FoodBox
FARMERS @ MARKET
HERO
Diamond SUPERMARKET
SANTA SWALAYAN
FOODHALL
Duta Buah
Grand Lucky
HARI HARI
PUJASAR
TOMORROW TO
LESTARI
FamilyMart

关注我们：
bagus.idn

官方电商合作平台：
Shopee tokopedia Lazada

立即去除所有污渍

0% PHOSPHATE PARABEN

0% 磷酸盐，
对羟基苯甲酸酯

ANTIBACTERIAL
FOODGRADE

Moisturizer
VIT-E

Penerbit：PT Emas Indonesia Duaribu, Jalan Gajah Mada No. 96-97, Jakarta 11140 - Indonesia. Telp：(021) 6386 8348. Redaksi：(021) 6386 8348 ext 200, Iklan：(021) 633 8139 / 634 8232, Sirkulasi：0856 9180 9580

管理局撤回要求拆除房屋信函 取消迫迁新首都周围居民

（雅加达讯）努山达拉首都管理局（OIKN）取消了强行驱逐住于东加里曼丹省的新首都努山达拉周围居民的计划。

努山达拉首都管理局社会、文化和社区赋权局副局长阿里穆丁于14日（周四），在雅加达中区举行的新首都努山达拉全国协调会议后承认，他曾向居民发出了一封信。

该信函日期为3月4日，由努山达拉首都管理局开发控制副局长发出，编号为179/DPP/OIKN/III/2024，该函件内容是对未经许可和/或不符合新首都努山达拉空间规划的开发违规行为的指示邀请。

该信函规定居民在7天的期限内，拆除不符合新首都努山达拉空间规划规定和法律规定的建筑物。

然而，现在这封信函已被撤回并被视为无效。

阿里穆丁指出：“没有7天的期限。该信函已无效。斋戒月有多少天？一个月，没什么。就算有，我们也将向民众进行社会化。”

他表示，原住民的权利在新首都受到保护。在建设期间，不会发生任意驱逐的活动。

他强调说：“这种建设将继续发展。但是原住民的权利受到保护，在新首都努山达拉中的一切都受到保护。所以不存在



遭迫迁的居民日前进行请愿。

任意性。”

但阿里穆丁指出，当政府要使用土地时，居民还是必须搬迁。

他说，政府将优先根据法律法规，即2023年第39号政府条例（PP）进行征地程序。

如果仍然需要征地，政府将向当地居民采取金钱补偿、土地置换、安置、股权

等多种形式。

他解释说：“如果土地用于国家设施，每个公民都有义务支持国家政策，而不剥夺他们作为公民的权利。”

另一方面，努山达拉首都管理局将向当地居民通报包括土地征用问题在内的发展计划。这种社会化是按姓名按地址深入进行的。（ALW）

已制定安全行动计划。法迪尔表示，预防工作小组



320公布普选结果 国警准备安保计划

（德博讯）国家警察安全维护机构（Baharkam）已做好安保准备工作，监督3月20日公布2024年普选结果的各个阶段。

国家警察安全维护机构主任法迪尔警察中将于3月14日（周四），在德博国家警察安全维护机构警备团队（Sabhara）总部表示，预防工作小组已制定了安全行动计划，作为2023-2024年Mantap Brata行动的一部分。

法迪尔说：“其中，国家警察安全维护机构核心团队与查雅都会警区一起制定了安全计划。”

国家警察安全维护机构警备团队设有三个局，分别是Samapta局、重要目标安全局和动物警察局。

不过，法迪尔没有提供有关安全计划的细节。他仅确认，警方将完全监督和保安即将到来的2024年选举结果的确定过程。

法迪尔说：“我们将全面监督印尼普选委员会将于3月20日举行的全体会议，以确定2024年选举的结果。”

他表示，国家警察安全维护机构队伍也做好了在灾难情况下提供援助的准备。

法迪尔还始终检查特殊材料设备（almatsus）的备就并检查操作人员的认证。

他说：“所以现在我们在通过认证来加强Sabhara，让所有成员都接受获得认证的能力培训，以便在必要时能真正很好地开展援助。”（KP）

企业最迟开斋节前7天 向员工分发佳节津贴



伊姐强调，向员工发放佳节津贴，是企业家应履行的义务。

（雅加达讯）劳工部长伊姐表示，劳工部将立刻向省长致函有关向员工发放的佳节津贴（THR）事宜，而相关内容届时也将转达给企业家们。

据美都新闻网报导，劳工部长伊姐于3月13日（周三）在总统府向媒体强调，向员工发放佳节津贴，为企业家们所应履行的义务，以满足员工过节需求。企业最迟在开斋节的前7天，向员工支付或分发佳节津贴。

尽管该事项已属平常事宜，但通函仍照常发给省长。目前，相关

通函仍在行政程序当中，计划在斋月第一周开始时发布。截至目前，尚未有企业家就相关问题进行投诉，但劳工部部也会像去年一样设立一个投诉站。

与此同时，政府近期发布了有关在2024年向公务员、退休人员及养老金领取者提供佳节津贴和第13月工资的政府条例。

据了解，相关政府条例第11条规定，佳节津贴最迟于开斋节前10天发放，一旦佳节津贴无法如期发放，那么可在开斋节后进行发放。此外，佳节津贴的数额以2024年3月份所领取的工资为基础。

至于第13月工资，政府条例第12条规定，不得早于今年6月支付，而数额将以5月份所领取的工资为基础。

积水开始消退 三宝垄火车站恢复正常

（三宝垄讯）近日为雨季高发期，国内各地也发生积水，其中在中爪哇省三宝垄市。

三宝垄多地铁路于3月14日（周四）因积水原因，导致列车的运作受到影响，前往雅加达和泗水北部的多趟列车，被迫改道至南部的行程列车。

印尼火车有限公司三宝垄办事处公共关系经理弗拉诺托于周五（15日）表示，周五早上，火车站的列车运作已恢复正常。已对受积水影响的区域

进行清理，以便能够恢复运营。

弗拉诺托表示，通往火车站通道的积水已经消退。前往雅加达的Argo Merbabu列车已经于早晨5时50分从达旺站出发。

火车有限公司对于积水影响列车运作给乘客带来不便，表示歉意。

与此同时，淹没三宝垄老城区的积水也开始消退，道路可供机动车辆通行。

据了解，火车有限公司就有关受三宝垄铁路积水而取消火车

行程的乘客，提供全额退票赔偿金。

近一周以来，西加里曼丹省新当县，因卡布瓦斯河上涨，导致11个村庄的129个乡村积水，留守在家中的灾民们，开始抱怨有关当地政府援助物资的缺乏。

与此同时，西爪哇省茂物市地区，从本周四凌晨连降暴雨后，芝利翁上游河水上漲，导致卡杜兰巴堤水坝的水位上升至90厘米，处于第3级警备状态，并持续大约一个小时。

工作人员立即向雅加达发出了预警，因运输水流的影响，有可能增加芝利翁下游的洪水排放量。据了解，流入雅加达的流量达到每秒11.5万公升，预计将于周四下午到达。



三宝垄多地铁路于周四积水，影响列车运作。

工人拆除玛琅店屋庭院 发现骷髅与内衣



发现疑似人体骨骼及女性内衣的地点。

（玛琅讯）建筑工人在玛琅市格洛仁卡汀卡斯利村卡隆贡街一家店屋前，发现了一具疑似人体骷髅。女性内衣也与骨架一起被发现。

其中一名建筑工人哈利阿迪指出，被发现的女人内衣是黑色胸罩和粉红色内裤，该衣服及骷髅同时发现于3月13日（周三）。

健保机构计划调高医疗保健费

（努沙都亚讯）受赤字和今年赔偿金增大的影响，健康社会保障管理机构（BPJS）计划将再次调高医疗保健收费。

据美都新闻网报导，健康社

当建筑物工人正在拆除店屋庭院重新设计时发现该骷髅，当进行挖掘时发现横幅及麻袋包裹。

“始于我的同伴挖掘土堆后发现横幅及麻袋包裹，当将横幅拉上来时有骷髅打开时有件黑色胸罩和粉红色内裤。”他于3月14日（周四）对媒体称。

会保障管理机构总经理阿里于3月6日（周三）在峇厘岛努沙都亚表示，受赤字和今年赔偿金增大的影响，以民众的准备能力为考量，计划将再次调高医疗保健

建筑工人发现该骷髅后，即刻向警方投报，警方接到投报后即刻赶到事发现场。

玛琅市都会警署刑侦处处长囊警监证实发现有关该骷髅，警员除了发现骷髅外还发现衣服。

然而，警员仍未能确定该衣服是否是属于骷髅的一部份或刚好是丢弃在该地区的垃圾。

“因为在发现骷髅现场已掺杂了各种各样的垃圾包括横幅及其他物件，以致警方仍未能确定这些是否是属于骷髅的一部份。”他解释说。

目前该骷髅已送进玛琅市SA医院进行检查以确定该骷髅，是否真的是人类与否。

“目前正在调查过程中，想知道该骷髅是否真的是人类的骷髅而不是野兽，此外，展开调查的目的想知道是否有受伤的痕迹或不自然。”他总结称。（LDS）

月捐收费。

该计划遭到一批民众的反对。民众以截至目前，该机构服务仍饱受怨言，机构务必改善服务素质为理由，要求推迟调高月捐收费。

国会第9委员会议员努尔哈雅蒂也曾确认，截至今年底，该机构月捐收费，将保持正常，不会调高。

痛心常被使唤 男子杀害姐姐



阿贡指出，警方发现死者脸颊及左颈受砍伤。

（占碑讯）占碑西丹绒查布县居民DN（39岁），谋杀他亲生姐姐PL（44岁）。

该谋杀事件发生于3月13日（周三）大约早上8时30分左右，在西丹绒查布县峇当阿沙姆镇苏万乡辛邦拉姆布丹020邻组Kem A棕榈园小区小屋内。

西丹绒查布警署警长阿贡副大警监称，该谋杀案的动机是痛

心。DN在警员面前承认，谋杀了他亲生姐姐。

DN的动机是因为情绪激动，受害者PL经常使唤他。

警署警长阿贡副大警监称，始于桐卡尔乌鲁警分署从社区接到信息称，在苏万乡辛邦拉姆布丹Kem A棕榈园小屋内疑是发生了谋杀案。接到信息后，在警

分署警长的领导下桐卡尔乌鲁警分署刑侦处成员即刻前往事发现场。

抵达事发现场，警方发现受害者PL脸颊及左颈受砍伤，处于逝世状态。警方之后即刻在事发现场展开调查。

在受害者小屋旁边附近周围发现仍沾染着血的一把弯刀。

“疑是该弯刀被嫌犯用来展开谋杀的工具。”他称。

大约上午10时左右，桐卡尔乌鲁警分署刑侦处与警分署警长展开调查后从社区接到信息称，嫌犯DN是受害者PL的亲弟弟。

“警方并没静待着即刻展开调查及接到信息称，嫌犯DN在其中一间屋子里及成员即刻前往地点将嫌犯DN逮捕。”他透露称。（LDS）

副总统冀国家监察机构 维护人民获公平服务权利

（雅加达讯）副总统马鲁夫·阿敏指出，国家监察机构（Ombudsman）作为独立的国家机构，始于社会各界对政府廉洁运作和良好治理的强烈要求。这样，人民获得公平服务的权利就会得到保障，并对社区福利产生影响。

马鲁夫也是国家官僚改革指导委员会（KPRBN）主席，他于3月14日（周四）在雅加达出席国家监察机构2023年年度报告发布会致词时表示，他认为国家监察机构的存在很重要。未来，他希望申诉专员能够继续维护和保障人民的权利，特别是在获得更好公共服务的权利。

此外，马鲁夫还强调，公共服务的落实非常重要并必须获得关注，因为这与1945年宪法所载的改善社区福利的努力密切相关。

他说：“该事只能付诸实现，如果公共服务提供者能够提供优质、清廉、快速、透明、负责和包容的服务。”

社会各阶层均能容易、快速和简单地获得公共服务，

是国家存在于社会的体现。

马鲁夫补充说：“这种情况是官僚改革成功的一个指标。为此，政府透过官僚体制改革政策方案，持续改进中央和地方政府机构，以提供优质和包容性的公共服务。”

已处理2.6万起公共服务案件

此前，国家监察机构主席莫哈纳德·纳吉在演讲中表示，2023年全年，国家监察机构已处理了2万6461起公共服务案件。其中包括7392份公众报告、1万5348份非报告咨询、948份国家监察机构快速反应（RCO）、118份自行发起调查、以及2655份案件副本。

他说：“国家监察机构也努力调查行政失当的指控，收到的公众报告中有40.38%发现行政失当。对行政管理不善的三项最高指控是不提供服务、长期拖延和程序违规。”

此外，纳吉透露，国家监察机构在2023年可以完成的公众报告数量为7909份报告，其中总部完成1200份报



马鲁夫在国家监察机构2023年年度报告发布会上致词。

告和代表处完成6709份公开报告。

他表示，2023年调查的实体总数为586家，其中绿区414家（70.70%），黄区133家（22.66%），红区39家（6.64%）。同时，2022年，实体数量为586家，列入绿区的实体为272家（46.42%），黄区为250家（42.66%），红区为64家（10.92%）。

纳吉表示，2023年，国家

监察机构与国会第二委员会合作，访问了全国52个县区/城市。这项活动旨在介绍国家监察机构并听取公众对公共服务的投诉。

他说，国家监察机构还参与各种国际论坛，包括印尼国家监察机构被选为2023-2024年期间东南亚国家监察机构论坛（SEAOF）主席，成员来自泰国、菲律宾、印尼和东帝汶。（KP）



蕾特诺与纽西兰外长温斯顿会面。

蕾特诺接见纽西兰外长 鼓励增加两国双边贸易

（雅加达讯）外交部长蕾特诺于3月14日（周四）在雅加达会见纽西兰外交部长温斯顿·彼得斯。蕾特诺鼓励增加两国双边贸易量。

据美都新闻网报导，除了增加贸易量外，外长蕾特诺还强调了两国平衡双边贸易平衡的必要性。蕾特诺会后表示，印尼致力于改进农产品，使其满足纽西兰制定的生物安全要求。

两国外长还讨论两国通过与印尼清真产品保证机构合作在承认清真产品方面取得的进展。蕾特诺表示，仍有一些悬而未决的问题，但相信很快就会得到解决。因此，要求两国团队继续就这一技术方面进行磋商。

蕾特诺还欢迎纽西兰总理克里斯托弗·卢克森和纽西兰工商界人士计划今年访问印尼，这有望进一步加强两国贸易关系。

中央统计局指出，印尼与纽西兰的贸易差额从2022年

的21.287亿美元下降至2023年的17.28亿美元，降幅达到18.82%。

3月5日，在墨尔本举行的东盟-澳大利亚特别峰会期间，贸易额下降是佐科威总统和总理卢克森讨论的焦点之一。总统强调需要创造新的机会加强企业和贸易参与者互动，包括清真行业。

在互认和接受方面的合作方面，纽西兰生物安全和食品部致力让印尼和纽西兰政府就纽西兰清真产品检验制度达成互认安排。

纽西兰农业协会部长安德鲁·霍加德此前强调纽西兰政府致力于确保其出口产品符合印尼清真产品标准。例如，对于牛肉，从屠宰过程到加工。他介绍，纽西兰政府与印尼清真产品保证机构合作，确保纽西兰所有产品流程均符合印尼的清真法规。

霍加德表示，我们将印尼视为世界清真贸易市场，作为全球最大的进口国。

新首都总统府区 建设工程预计6月完工

（雅加达讯）位于东加里曼丹省的新首都努山达拉建设仍在加速进行，预计在今年的6月份，新首都总统府区域已经完工，并投入使用。

据美都新闻网报导，截至目前，新首都努山达拉的中央政府中心区的建设仍加速进行。据了解，总统府和仪式场地进度已完成近60%，预计今年6月份完

工后，将用于支持今年8月17日的印尼国庆日仪式。

该区域届时可容纳至少8700人。总统府和神鹰雕像建设的施工进度，已完成约78%。

公共工程与人民房屋部长峇苏基透露，一旦新首都在供水，及收费公路和机场基础设施等建设完竣，佐科威总统

将会迁至新首都。

峇苏基说：“不仅飞机场和高速公路，我们也专注饮用水。我们计划饮用水可于6月使用，然后高速公路会于7月运营。另外，飞机场7月运营。如果飞机场与高速公路已完成的话，但是没有水，我们该做什么？我们希望今年8月17日能在新首都努山达拉办公。”

Memahami Glaukoma:

Penyakit Mata yang Perlu Diketahui

Glaukoma adalah salah satu penyakit mata yang serius dan sering kali tidak disadari hingga mencapai tahap yang lebih lanjut. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), glaukoma merupakan salah satu penyebab utama kebutaan permanen di dunia.

Secara global, diperkirakan bahwa lebih dari 60 juta orang menderita glaukoma, dan sekitar 8,4 juta di antaranya telah menjadi buta karena penyakit ini. Namun, angka ini mungkin lebih tinggi karena banyak kasus glaukoma yang tidak terdiagnosis, terutama di negara-negara dengan layanan kesehatan mata yang terbatas. Di Indonesia menurut survey kebutaan nasional, angka kebutaan karena glaukoma adalah terbesar kedua setelah katarak (0.4% -1996). Namun berbeda dengan katarak, glaukoma dapat merusak saraf optik dan mengakibatkan kehilangan penglihatan secara permanen jika tidak diobati. Dalam artikel ini, kita akan membahas lebih lanjut tentang glaukoma, termasuk penyebabnya, gejalanya, serta langkah-langkah pencegahan dan pengobatannya.

Apa Itu Glaukoma?

Glaukoma adalah kelompok penyakit mata yang ditandai oleh kerusakan saraf optik, yang dapat menyebabkan kehilangan penglihatan. Salah satu faktor risiko utama glaukoma adalah tekanan intraokuler yang tinggi, meskipun ada juga jenis glaukoma yang berkembang tanpa peningkatan tekanan mata. Kerusakan yang disebabkan oleh glaukoma biasanya tidak dapat dipulihkan, tetapi dengan pengobatan yang tepat, penurunan penglihatan dapat dicegah atau diperlambat.

Penyebab dan Gejala Glaukoma

Penyebab pasti glaukoma belum sepenuhnya dipahami, tetapi tekanan intraokuler yang tinggi sering kali dikaitkan dengan penyakit ini. Namun, glaukoma juga dapat terjadi pada orang dengan tekanan mata normal. Beberapa faktor risiko untuk glaukoma termasuk usia tua, riwayat keluarga glaukoma, ras tertentu (terutama Afrika dan Hispanik), serta kondisi medis tertentu seperti diabetes dan penyakit kardiovaskular.

Gejala glaukoma sering kali tidak terlihat pada tahap awal penyakit ini. Namun, ketika glaukoma berkembang, seseorang mungkin mengalami penglihatan kabur, nyeri mata, sakit kepala, cahaya yang menyilaukan, atau munculnya lingkaran di sekitar lampu. Kehilangan penglihatan perifer (bidang pandang yang terletak di luar pusat pandang) juga merupakan tanda umum glaukoma.

Jenis Glaukoma

Ada beberapa jenis glaukoma, tetapi yang paling umum adalah glaukoma primer sudut terbuka dan glaukoma sudut tertutup. Glaukoma primer sudut terbuka adalah jenis yang paling umum, di mana aliran cairan mata

terhalang secara bertahap, menyebabkan peningkatan tekanan dalam mata. Glaukoma sudut tertutup, di sisi lain, terjadi ketika sudut di antara iris dan kornea mata tertutup sehingga cairan mata tidak bisa mengalir keluar dengan baik.

Pencegahan dan Pengobatan

Meskipun kerusakan yang disebabkan oleh glaukoma tidak dapat dipulihkan, langkah-langkah pencegahan dan pengobatan dapat membantu mengendalikan penyakit ini dan mencegah kerusakan lebih lanjut. Penting untuk menjalani pemeriksaan mata secara teratur, terutama jika Anda memiliki faktor risiko untuk glaukoma. Dokter mata dapat melakukan tes tekanan mata dan pemeriksaan saraf optik untuk mengetahui apakah Anda berisiko terkena glaukoma.

Pengobatan untuk glaukoma biasanya melibatkan penggunaan obat tetes mata untuk menurunkan tekanan mata. Dalam beberapa kasus, prosedur bedah seperti trabekulektomi atau implant glaukoma dapat direkomendasikan untuk meningkatkan aliran cairan mata. Penting juga untuk mengikuti perawatan yang diresepkan oleh dokter mata dan menjaga tekanan mata Anda di bawah kontrol.

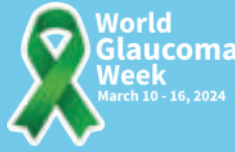
Pada tahun 2024, World Glaucoma Week (WGW) akan berlangsung dari tanggal 10 hingga 16 Maret 2024. Dalam Minggu ini WGW memberikan kesempatan bagi organisasi kesehatan, profesional medis, dan masyarakat umum di seluruh dunia untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan dan acara yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman tentang glaukoma.

JEC Eye Hospitals & Clinics turut berpartisipasi dalam kegiatan ini WGW dengan menginisiasi berbagai rangkaian kegiatan antara lain seminar awam, seminar for healthcare professionals, talkshow di berbagai media dan channel, hingga skrining glaukoma gratis di berbagai layanan yang tersedia.

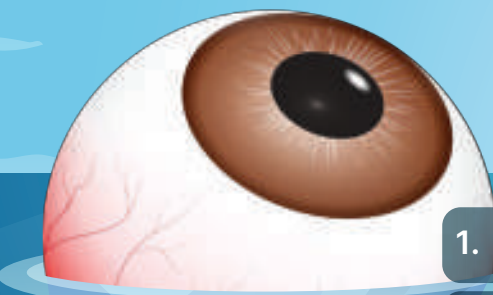
Dengan menyelenggarakan rangkaian program glaucoma Awareness, JEC Eye Hospitals & Clinics berharap dapat membantu mengurangi jumlah kasus glaukoma yang tidak terdiagnosis dan mencegah kebutaan yang dapat dicegah di seluruh dunia.

Kesimpulan

Glaukoma adalah penyakit mata serius yang mempengaruhi jutaan orang di seluruh dunia. Meskipun tidak ada obat untuk glaukoma, pengobatan dini dan pengelolaan tekanan mata dapat membantu mencegah kehilangan penglihatan yang lebih lanjut. Penting untuk melakukan pemeriksaan mata secara teratur dan berkonsultasi dengan dokter mata jika Anda memiliki gejala atau faktor risiko untuk glaukoma. Dengan perawatan yang tepat, seseorang dapat menjaga penglihatan mereka dan mencegah dampak yang merugikan dari penyakit ini.



6 hal yang perlu Anda ketahui tentang Glaukoma



1. Penyebab kebutaan kedua terbanyak
2. Merupakan penyakit mata yang merusak saraf mata
3. Dipengaruhi oleh peningkatan tekanan bola mata
4. 'Si pencuri penglihatan' karena sering tidak bergejala sehingga penderita tidak segera berobat
5. Kelompok risiko tinggi terkena glaukoma adalah: usia di atas 60 tahun, riwayat glaukoma dalam keluarga
6. Glaukoma tidak dapat disembuhkan, namun bisa dicegah dan dikontrol



Hati-hati, Glaukoma seringkali tidak bergejala sehingga kita terlambat untuk menyadarinya. Penting untuk mendeteksinya secara dini. Segera konsultasikan dengan dokter mata Anda!

#GerakanSadarGlaukoma

Contact Us

☎ 0804-122-1000

☎ 0877-2922-1000

✉ care@jec.co.id

📱 @jeceyehospital | www.jec.co.id



GET IT ON Google Play

Available on the App Store



台北1岁男童遭保姆虐待致死 行政院长陈建仁致歉

台湾一岁男童去年12月疑似遭保姆虐待致死引发社会哗然，台湾行政院长陈建仁对此致歉，并强调中央、地方将共同检讨精进社会安全网。

综合台湾《上报》《联合报》和中央社等报道，台北市刘姓保姆去年9月接受儿福联盟委托，照顾一名一岁男童，男童却在同年12月遭保姆凌虐致死。儿童权益促进协会创会理事长王薇君星期三（3月13日）受访时哽咽陈情，批评中央、地方对儿童保护不够积极，呼吁行政院成立儿童专责办公室。

陈建仁星期四（3月14日）主持行政院会时主动致歉，称要代表政府对家属与失去的生命表达歉意，同时也指示中央与地方政府共同检讨精进相关缺失与不足之处。

他强调，这是一件地方和

中央政府必须要共同面对、共同检讨的问题。

民众党立委黄国昌批评，台北市府社会局去年12月虽然将事件通报给卫福部，却没有启动检讨程序，直到社会大众哗然，台北市府社会局星期三才开检讨会议，中央和地方政府“这过去三个月到底在做什么？”

黄国昌痛批这件事情要有人下台负责，并要求卫福部长薛瑞元讲清楚。

国民党籍台北市议员钟沛君则质疑，去年12月24日男童被虐死后，台北市府社会局除了停托，几乎什么都没做，既没报告市长，也没通报社会外界。

钟沛君说，国民党好不容易拿回台北市执政权，却又用这种态度执政，她觉得愧对台北市民，社会局需缴出完整检讨报告，“谁该负责，就立刻下台”。（早报）



中驻美大使：世界感受到中国高质量发展的澎湃春潮

据中国驻美国大使馆网站消息，2024年3月13日，中国驻美国大使谢锋应邀向“春天里的中国”全球媒体对话会美国专场发表致辞，结合对话会主题“投资中国，共享发展”，宣介中国经济发展光明前景，强调信心赛过黄金，合作创造未来。

中国经济回升向好，投资中国的基础更加牢固。中国以5.2%的增速贡献了全球1/3的增长，居世界第二大商品消费市场、第一大汽车出口国，这是中国经济的底气所在；市场规模巨大、基础设施完善、产业体系完备、人力资源丰富，这是中国经济的优势所在；新质生产力加快形成，新型城镇化、消费结构升级、绿色低碳转型将释放巨大需求，这是中国经济的潜力所在。我们有信心实现2024年经济增长5%左右的预期目标，中国发展未来可期。

中国市场不可替代，投资中国的动力更加充沛。春节假期出游人次、电影票房创历史新高，中等收入群体已达4亿、每年仍以千万数量级增长，中国大市场活力满满。

我们敞开怀抱欢迎各国企业，将继续缩减外资准入负面清单，全面取消制造业领域外资准入限制措施，放宽电信、医疗等服务业市场准入，提升在华支付便利性，营造市场化、法治化、国际化营商环境。

中国机遇不能错过，投资中国的前景更加广阔。中

国仍是全球投资热土，2023年新设外资企业数量增长39.7%，法国、英国、荷兰实际对华投资分别增长84.1%、81%、31.5%。

拿着显微镜放大中国经济的问题，解决不了自身的挑战；把电动车看作“带轮子的智能手机”，起重机当成“特洛伊木马”，将陷入滥用国家安全越不安全的循环；把“去风险”搞成“去中国”，就是将机遇拱手让人，只会导致双输多输。7万多家美企在华投资兴业，中美经济连筋带骨，强行脱钩将伤筋动骨。

中美元首在旧金山成功会晤，不仅推动中美关系止跌企稳，而且明确了共同努力的“旧金山愿景”。2024年是中美建交45周年，习近平主席同拜登总统互致贺信，强调继续致力于稳定和发展中美关系。

希望美方同中方相向而行，汇聚交流合作的正能量，构筑排除干扰的防波堤，按照相互尊重、和平共处、合作共赢原则，让“旧金山愿景”照进现实，推动中美关系稳定、健康、可持续发展。

最是一年春好处，春天里的中国生机盎然，中美经贸合作空间广阔。欢迎更多美国企业投资中国、深耕中国市场，也希望各界朋友发挥桥梁作用，促进两国沟通交流和相互理解，用中美合作激活全球经济的一池春水，开创世界未来的春色满园。（中新网）

中澳关系进一步回暖 王毅下周将访问堪培拉

中国与澳大利亚的贸易纠纷解决在望，中共政治局委员、中国外长王毅将在下周三（3月20日）访问澳洲。这将是近七年来北京到访堪培拉的最高层级官员，是两国关系转暖的最新迹象。

中国外交部星期四（3月14日）在官网发布消息称，应新西兰副总理兼外长彼得斯、澳大利亚外长黄英贤邀请，王毅将于3月17日至21日对新西兰、澳大利亚进行正式访问。访澳期间，王毅将同黄英贤举行第七轮中澳外交与战略对话。

据路透社报道，澳洲总理阿尔巴尼斯星期四在媒体吹风会上称，期待王毅下周访澳期间与他会面。

阿尔巴尼斯同时指出，澳大利亚近几个月来在消除与中国这个最大贸易伙伴之

间贸易障碍的方面，已经取得了“显著进展”。

澳大利亚广播公司称，王毅将于3月20日到访堪培拉。预计访澳期间，黄英贤将向他提出推动消除剩余的贸易障碍，以及人权、冲突预防和地区安全等其他问题。

2022年上台以来，阿尔巴尼斯政府一直寻求促成与中国关系回暖。目前两国大部分贸易障碍已经消除，中国商务部星期二（12日）发布了撤销澳洲葡萄酒进口税



的临时提案，相关政策的最终决定有望在3月底出台。（早报）

中国称：美众院剥离TikTok法案完全是强盗逻辑

中国指美国众议院针对TikTok的法案，完全是强盗逻辑。

较早前，美国众议院通过法案，要求字节跳动公司剥离对美国短视频平台TikTok的控制权。

中国外交部发言人汪文斌回应说，美国众议院通过的法案，使美国站在公平竞争原则和国际经贸规则的对立面。如果所谓“国家安全”的理由可以用来任意打压其他国家的优秀

企业，那就毫无公平正义可言，看到别人的好东西就要想方设法据为己有，这完全是强盗逻辑。

他说，美方对TikTok事件的处理，将让世界更加清楚地看到，美国所谓的“规则秩序”，究竟是有利于世界，还是只服务于美国自身。

另外，中国商务部也表示，中方将采取一切必要措施，坚决维护自己的合法权益。（南洋网）



中国扩大免签政策范围 以展现开放姿态

自3月14日起，中国外交部宣布了一项重要消息：中国将对瑞士、爱尔兰、匈牙利、奥地利、比利时和卢森堡这六个国家的普通护照持有者试行免签政策。这是继本月早些时候中泰互免签证协定正式生效后的又一重大举措，标志着中国在扩大免签“朋友圈”方面迈出了新的步伐。

根据此次政策的相关安排，从2024年3月14日起至11月30日，上述六个国家的普通护照持有者如来华进行商务活动、旅游观光、探亲访友或过境停留，只要不超过15天，都可以享受免签入境的便利。然而，对于那些不符合免签条件的人员，他们仍然需要在入境前按照相关规定办理来华签证手续。

这一新的免签政策的试行不仅为中国与上述六国之间的交流和合作提供了更为便捷的通道，同时也体现了



中国在对外开放和国际交往中的积极姿态。截至3月初的统计数据 displays，中国已经与157个国家缔结了涵盖不同

种类护照的互免签证协定，并与另外44个国家达成了简化签证手续的协定或安排。（环球网）

中方呼吁国际社会 进一步支持妇女 青年赋权

正在纽约联合国总部出席联合国妇女地位委员会第68届会议的中国政府代表团团长、国务院妇女儿童工作委员会副主任黄晓薇13日呼吁国际社会进一步支持妇女、青年赋权。

联合国安理会举行主题为“促进预防冲突——为包括妇女和青年在内的所有行为体赋权”的公开辩论会，黄晓薇与会并发言。

黄晓薇说，预防冲突、维护国际和平与安全离不开妇女和青年的广泛参与。安理会先后通过第1325号和第2250号决议，充分肯定妇女、青年对和平进程的重要贡献，为推动妇女、青年投身和平发展事业提供了重要指引。中方高兴地看到，在实现可持续和平的征程上，妇女的力量不断彰显，青年的参与更加深入。

黄晓薇表示，面对动荡不安的国际形势，有必要进一步支持妇女、青年赋权，帮助他们更好地应对变化的世界，发挥他们在和平发展事业中的智慧和潜能。正反两方面经验表明，优先解决好贫困、失业、收入不均等发展问题，有助于从根本上预防和应对冲突。支持妇女、青年经济赋权和能力建设，让他们获得教育和就业机会，用知识和技能改变自身命运和家庭、社区面貌，有助于为维护稳定、促进发展、实现可持续和平打下坚实基础。



础。中方支持联合国在推动妇女和青年赋权方面作出进一步探索和努力。

中国始终是妇女、青年赋权和发展事业的坚定倡导者和积极行动派。中国帮助4416万农村妇女摆脱绝对贫困，基本消除义务教育阶段性别差距。目前，中国全社会就业人员女性占比超过四成，全国科技工作者中女性占比约45.8%，数字贸易、电商、直播等新业态中女性约占1/3。中国制定实施全面促进青年发展的国家级专项规划，在教育、就业等领域出台超过240项青年发展政策，全国超过187个城市主动探索建设青年发展型城市。越来越多的青年成为科技创新、乡村振兴和国际合作的主力军。

中国作为负责任大国和全球南方重要成员，一直通过实实在在的行动，支持发展中国家包括冲突地区的妇女、青年经济赋权和能力建设。她呼吁推动国际社会加大投入，携手合作，为保障妇女和青年权益、开创更加美好的世界作出不懈努力。（中新社）

美参议院舒默吁以色列举行新选举

美国参议院多数党领袖舒默呼吁以色列政府举行新选举。

舒默14日说：“在这个关键时刻，在许多以色列人对政府前景和方向失去信心的时候，我相信，新的选举是以色列对未来执行健康和开放的决策过程的唯一途径。”

他说，以色列总理内坦亚胡身边都是右翼极端分子，并且特别愿意容忍加沙平民遭受伤亡，这使全世界对以色列的支持率降到历史低点。“如果以色列成为贱民，它是无法生存的。”

他说：“作为一个民主国家，以色列有权选择自己

的领导人，我们应该顺其自然。但是重要的是以色列人有得选。10月7日之后，（以色列）须要就以色列的未来举行新的辩论。

国际各方反对以色列持续轰炸加沙的声浪日趋高涨，美国舆论和国会民主党人也对以色列日益不满，总统拜登正在向内坦亚胡政府施压，敦促后者克制行事，避免平民伤亡。

舒默是民主党中长期坚定支持以色列的人，也是美国最高级别的犹太裔官员。

他指出，以色列拒绝两



国解决方案将是一个严重错误，他敦促以哈冲突的谈判代表尽一切可能促成停火、解救人质并向加沙提供援助。他也批评支持哈马斯的巴勒斯坦人，以及巴勒斯坦权利机构领导人阿巴斯。（南洋网）

俄罗斯总统选举投票正式开始

在俄罗斯控制的乌克兰东部顿涅茨克，志愿者星期四上街宣传投票。旗帜上写着：“让我们去投票。”

俄罗斯领土最东端的堪察加边疆区、楚科奇自治区等地的投票站15日上午8时开放，2024年俄总统选举投票正式开始。

新华社报道，据俄中央选举委员会公布的数据，约有1亿1000万俄罗斯公民具有选举权，其中超过180万人常年居住在国外。俄为此次选举设立了9万多个投票站，分别于15日至17日上午8时至晚上8时开放。

俄罗斯领土跨越多个时区，堪察加边疆区和楚科奇自治区等最早开始投票，位于西端的加里宁格勒州的投票站，开始投票的时间最迟。

在俄罗斯一些偏远和交通不便地区、边防哨所、远洋轮船以及部分境外地区，总统选举投票已于2月25日至3月14日提前举行。这次选举首次引入远程电子投票方式，20多个地区的选民可在1



月29日至3月11日递交文件申请远程电子投票。

共有4名候选人参加这次总统选举，包括俄现任总统普丁、俄自由民主党的斯卢茨基、俄联邦共产党的哈里托诺夫和俄新人党的达万科夫。

根据俄总统选举规则，在选举中获得50%以上选票者当选总统。如果候选

人有两名以上，而其中任何一人都未能当选，中央选举委员会将宣布对得票领先的两名候选人举行第二轮投票，在第二轮投票中得票高者当选总统。

俄中央选举委员会将不迟于3月28日确认总统选举的结果，并在选举结果确认后3日内公布。（南洋网）

SpaceX星舰火箭成功升空 马斯克:促使跨星球生活

美国太空探索科技公司（SpaceX）火箭两度升空失败后，于美国得州博卡奇卡发射设施发射成功发射全球最大型火箭“星舰”（Starship）。

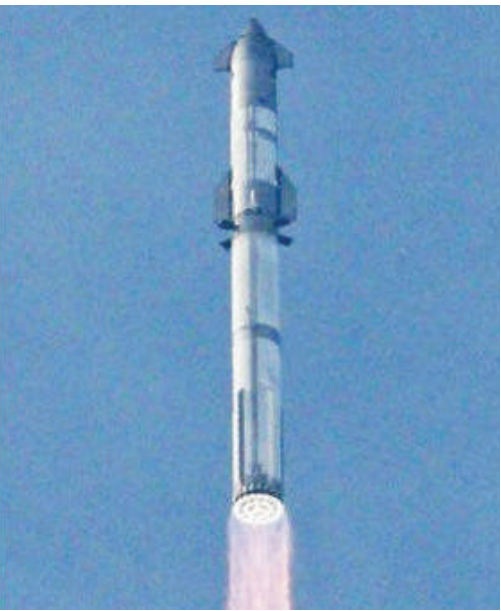
星舰是在美国中部时间周四早上8时25分左右成功升空，SpaceX公司创始人马斯克随后也在社交平台X发文向团队道贺。

马斯克贴文说，这架全球最大型火箭已经进入轨道运行速度。

他较后再度贴文，称这个火箭会让生活进入跨星球阶段。

SpaceX是于2023年04月20日，首次发射星际飞船升空，然而不足4分钟左右就爆炸；相隔半年左右，第二度发射星际飞船时，在约10分钟后与地面失去联系，最终触发自毁系统。

SpaceX在官网介绍，“星舰”是迄今全球体积最大、推力最强的运载火箭，总高度约120公尺，直径约9公尺。（南洋网）



英媒：美国就红海袭击事件与伊朗举行秘密会谈

英国《金融时报》13日披露，美国就红海袭击事件与伊朗举行秘密会谈。

报道援引美国和伊朗官员的消息称，拜登政府今年1月在阿曼与伊朗进行了秘密会谈，试图说服德黑兰利用其对也门胡塞武装的影响力，让后者结束在红海对船只的袭击。

在谈判期间，华盛顿向德黑兰传达了“伊方为避免更广泛冲突需要做的事”，并对伊朗不断扩大的核计划表示关切。

阿曼官员充当了这次谈判的中间人，穿梭于美国和伊朗谈判代表之间，这样美伊双方就可以

在不直接接触的情况下进行谈判。不过，近来胡塞武装的袭击有增无减，似乎表明这次秘密谈判未能取得预期结果。伊朗方面表示，尽管其在政治上支持胡塞武装，但该组织独立行动。

双方的第二轮密谈本来安排在上月，但因美方人员专注于试图让以色列与哈马斯达成停火而推迟。

自去年10月新一轮巴以冲突爆发以来，胡塞武装多次袭击“与以色列有关系”的船只，以声援巴勒斯坦。美英则对胡塞武装目标发起多轮打击。（新华网）

热带风暴“菲利波”致莫桑比克近十万人断电

马普托消息：据莫桑比克通讯社13日报道，自12日上午以来，席卷莫桑比克南部的南印度洋热带风暴“菲利波”已导致该国近10万人断电。

莫桑比克国家电力公司(EDM)发表声明称，风暴对受影响地区的电力系统造成了破坏，造成当地电线杆倒塌、设备被淹以及电缆断裂。目前，一些地区无法进入，导致恢复电力供应的工作延迟。

根据该国国家气象研究所的说法，“菲利波”在该国登陆后途经伊尼扬巴内省，随后向西南方向移动，造成强降雨天气。

据莫桑比克电台13日报道，初步评估显示，“菲利波”在伊尼扬巴内省造成1人死亡、7人受伤，另导致500个家庭流离失所，若干基础设施被毁。

莫桑比克国家灾害管理局估计，目前该国约有52.5万人或受到“菲利波”影响，特别是在该国南部和中部地区。（中新社）



法国总统马克龙：欧洲要和平就必须做好战争准备

法国总统马克龙说，如果欧洲要和平，那就应该为战争做好准备。

路透社报道，马克龙在星期四（3月14日）一个主要针对国内观众的电视访问中，称俄罗斯总统普京为敌对者。如果普京战胜乌克兰，他决不会就此罢手。

马克龙上个月表明不排除未来在乌克兰部署地面部队，法国反对派领袖批评马克龙发表好战言论。许多欧洲领导人与马克龙这番话划清界限，但另一些领导人尤其是东欧领导人，对他的讲话表示支持。

马克龙在星期四的访问中说：“如果俄罗斯赢了这场战争，欧洲的信誉将荡然无存。”

他还说：“如果战争在欧洲蔓延，这必须归咎于俄罗斯。但如果我们软弱应对，如果我们决定不做出回应，那等于未战先败。我不希望这样。”

马克龙说：“我们的安全受到了威胁。”他说，欧洲不划定红线将向克里姆林宫发出一个软弱的信号，将鼓励莫斯科继续侵略乌克兰。

马克龙拒绝具体说明向乌克兰部署地面部队的可能情况，他说：“我希望俄罗斯停止这场战



争，从据点撤走，实现和平。我不会向拒绝做出任何让步的人亮牌。决定在于普京总统。我有理由不解释太多。”

马克龙指克里姆林宫政权是“敌对者”，但他拒绝称俄罗斯为敌人。

他强调法国永远不会对俄罗斯发起进攻，称巴黎和莫斯科不处于战争状态，尽管俄罗斯对法国境内外的利益采取侵略性行为。

谈到乌克兰时，马克龙说，乌克兰目前的处境“困难”，需要盟友提供更强有力的支持。他说：“和平并不意味着乌克兰投降，要和平并不代表战败。要和平并不代表我们抛弃乌克兰。”（早报）



波音客机再传事故 “轮胎爆裂”紧急降落

美国联邦航空管理局（FAA）于14日晚间公布消息称，美国航空（American Airlines）的一架编号为345号的波音777-200飞机，于13日晚7时35分从德克萨斯州达拉斯沃斯堡机场（DFW）起飞，前往加州洛杉矶机场。然而，晚间8时45分降落前，机组人员报告疑似发生轮胎爆裂的情况。幸运的是，飞机最终顺利着陆在洛杉矶机场，所有机组人员和乘客均平安无事。

据美国Fox Business报道，美国航空表示，此次事故的波音777飞机编号为345号，目前已经

服役23年。该飞机在13日晚间7时35分从达拉斯沃斯堡机场起飞前往洛杉矶。然而，在晚间8时45分降落前，机长突然报告飞机出现机械故障。幸运的是，飞机最终平稳着陆在洛杉矶机场。

报道指出，飞机在着陆后仍能在跑道上滑行，并确保所有机组人员和乘客安全地通过空桥下机。这次事故没有造成任何人员伤亡。尽管有消息称345号航班发生了轮胎爆裂事故，但美国航空至今未对此消息进行确认或否认。具体情况仍待进一步调查。这也是一周内第六起涉及波音飞机的事故。（东方网）



泰国军舰发生意外 致14人受伤

泰国海军发言人在14日下午举行的新闻发布会上通报了泰国军舰发生意外事故的情况。

据报导，14日上午11时45分，春武里府校桃邑海军基地的“春武里”号炮舰意外发射一颗炮弹，击中了停靠在港口的“科里拉特”号护卫舰后部，后者起火冒浓烟，致14名水兵受伤。

发言人称，“春武里”号炮舰13日在海上训练时发生故障，一颗76毫米炮弹卡在炮膛里。士兵采取基本应急措施，并把炮舰驶入码头，让技术人员过来

解决。14日，卡在炮膛里的炮弹自动发射。该事件没有造成人员死亡，但有14人受伤，主要是浓烟所致，目前所有伤者均被送往医院接受治疗。泰国海军已成立事故调查委员会对该事件进行调查。

“科里拉特”号护卫舰于1974年8月10日服役，全舰长82.5米，宽9.9米，排水量1172吨。“春武里”号炮舰1983年2月22日服役，全舰长60.4米，宽8.8米，排水量450吨。（中新社）

美参院不愿加速通过 要求字节跳动剥离TikTok法案

美国参议院不愿加速通过要求中国科技巨企字节跳动剥离TikTok法案，有参议员支持众议院此前压倒性表决通过上述法案，有参议员则认为有必要认真检讨此法案。

综合路透社和彭博社星期四（3月14日）报道，美国众议院星期三（3月13日）以352票赞成、65票反对的结果，通过由共和与民主两党众议员上周提出的《保护美国人免受外国对手控制应用程序侵害法》。法案要求字节跳动须在180天内出售TikTok，否则将在美国境内全面禁止使用。

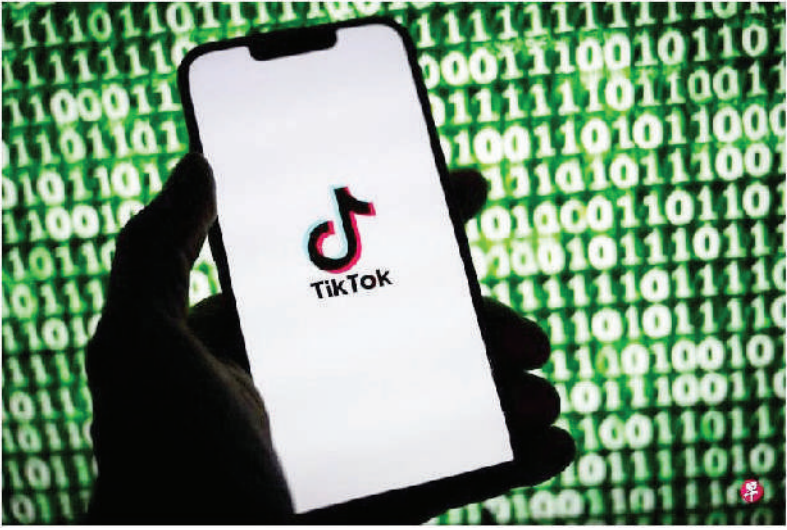
美国参院商务委员会主席坎特维尔（Maria Cantwell）受访时说：“我们或许需要一个星期的时间以进一步了解所有选项。我们当然希望就此事推出最强的法律工具，也不排除召开听证会。”

民主党科技议题首席参

议员韦登（Ron Wyden）说，他仍在审查众院通过的法案内容，也对任何允许中国政府获得美国用户私人数据的应用表达严重关切。“我要说的是，历史教会我们，当立法者就科技和社交媒体议题仓促立法时，总会出现错误。”

美国参院商务委员会首席共和党议员克鲁兹（Ted Cruz）说，“我对众议院采取了行动感到高兴”，并称此法案应该接受“全面的修正程序”。

这一拖可能是几个月的时间，或因议员们急着在选举年赶回老家拉票而最终将此法案扼杀。过去许多法案都没逃脱类似的命运。参议员



们也暗示，他们不想匆忙就禁止这款有多达1.7亿美国人使用的应

另一方面，美国前财长姆努钦星期四（14日）接受美国消费者新闻与商业频道（CNBC）访问时说，他正召集一批投资者，计划从字节跳动手中收购TikTok。

姆努钦表示，他已与

一些潜在投资者商讨收购TikTok，但拒绝透露任何细节。他说，TikTok是一门很好的生意，应该由美国企业拥有。

中国不可能让美国企业在中国境内经营这样的生意。美国应该用本土科技改造此应用。（早报）



AI年度盛会即将召开 市场对英伟达报极高期望

英伟达的年度人工智能大会还有几天就要召开，人们在期待这家半导体制造商发布令人振奋的消息，从而维持其股票的强劲涨势。

英伟达的图形处理单元技术盛会“Nvidia GTC”已经迅速成为面向开发者的全球人工智能大会。会议将于3月18日至21日在加利福尼亚州圣何塞举行，总执行长黄仁勋将在大会开幕当天发表演讲。他的讲话可能会帮助英伟达结束股价波动，恢复今年以来上涨超过80%的飙升势头。

加了1兆美元，使其一举成为标准普尔500指数中表现最好的股票，因此今年黄仁勋的表现更加重要。自3月7日创出收盘纪录以来，该股就一直走势动荡。周二英伟达股价止住了五个月来的最大两日下跌，但周三再度走低。周四该股一度跃逾4.7%。

股价动荡可能一定程度上是由于交易员在下周活动之前调整仓位。期权数据显示，随着会议临近，看涨期权的期权费也越来越高，尤其是短期合约。

“这有点像苹果公司的产品发布，每个人都试图抢在前面，”莫顿森说。“最重要的问题是，在黄仁勋发表主题演讲后，是否会看到利好出尽式的抛售。”

“这是一个巨大的催化剂，因为除了行业渗透率之外，他们可能会提供更多信息，”Robert W. Baird & Co.的科技部门策略师特德·莫顿森说。他将此次会议与苹果公司的年度产品发布会相提并论。

黄仁勋通常会以介绍新产品和概述他对技术发展方向的最新看法来拉开大会序幕。他将面临必须展示创新成果的压力。

这些创新需要能复制H100芯片在数据中心市场取得的巨大成功，巩固英伟达在这一利润丰厚市场中的领先地位。

英伟达市值仅2024年就增

这一事件对该股如此重要，以至于维韦克·艾莉亚为首的美国银行分析师称其为“人工智能的伍德斯托克（音乐节）”。

他们在会议召开前将英伟达目标价从925美元上调至1100美元。

在大会临近之际，华尔街压倒性地看好英伟达。彭博追踪的分析师对该公司的评级为60个买入，7个持有，没有卖出评级。（南洋网）

美国消费者价格指数超预期 美联储下步动作走向引关注

美国劳工部12日公布，今年2月美国消费者价格指数（CPI）同比增长3.2%，高于预期的3.1%；剔除能源和食品的核心通胀率为3.8%，高于预期的3.7%。2月美国CPI环比上涨0.4%，较1月扩大0.1个百分点，也是自去年9月以来的最大涨幅。上述数据发布后，前期暴涨的国际金价有所回落。

上述数据显示，美国通胀压力依然较高，各方将目光投向美联储下步动作走向。美国海军联邦信用合作社企业经济学家罗伯特·弗里克对美国CNBC表示，看到今年1月和2月的CPI数据后，估计美联储不会快速实施降息了。近几周，美联储官员发出不同信号，一方面表示有可能在年内某个时间点实施降息，同时又宣称不能在应对通胀的斗争中过早松懈。美联储1月会议后发布的声明提到要以“更大信心”实现通胀率目标，但2月CPI数据说明要实现降息所需的“更大信心”还有更长的路要走。



有分析认为，美联储当前的立场较2023年底已有所转变，这意味着金融市场应重新考量美联储降息的步伐和节奏。（环球时报）

丹麦宣布追加国防预算 五年内增加405亿丹麦克朗

丹麦政府当地时间13日宣布，计划在5年内将国防预算提高405亿丹麦克朗(约合59亿美元)，以满足北约军费要求。

据塔斯社消息，丹麦政府计划在2024年至2028年期间增加国防预算，总额为405亿克朗(约合59亿美元)。这些资金将用于提升丹麦的国防实力及增加对乌克兰的军事援助。这将使丹麦在2024年和2025年的整体国防预算占国内生产总值的比例从1.4%提高至2.4%。

综合美联社、路透社消

息，丹麦首相梅特·弗雷泽里克森当天在记者会上表示，“我们重新武装丹麦不是因为想要战争、破坏或苦难。我们现在在重新武装，是为了在国际秩序受到挑战的当下避免战争。”

此外，丹麦政府还计划将义务兵役的征兵范围扩大到女性，来增加年轻人服役的数量，并将服役时长从4个月增加到11个月。消息显示，这一计划将于2026年生效。

在2023年，丹麦政府承



诺，在未来10年投入1550亿丹麦克朗(约合227亿美元)的国防预算，而新的国防预算是在这一基础上增加的。（中新网）

日本拟明年实现 与东盟跨境二维码支付

日本拟2025年完成与东盟区域的跨境二维码支付系统，并计划在2030年与区域建立起电子钱包统一规格。有了互通的二维码支付，不仅免去兑换货币的麻烦，为来往日本和东盟各国的旅客提供方便，更大的作用是要让日本和东盟的电子交易活跃，提高日本在东南亚的新经济影响力。

据日经报道，印度和中国正在亚洲和非洲扩展其国内数码支付基础设施。日本也在快马加鞭，要与东盟共用二维码支付机制，并强调是要从经济安全和数据使用等角度加强合作。

日本政府将在2020年的增长战略中，将实现亚洲跨国支付系统作为对外的经济战略。后来因为冠病疫情，谈判陷入停滞。

2022年，随着疫情的缓和，日本当局松绑边境措施，重启和加速谈判。同年11月，泰国、印度尼西亚、马来西亚、菲律宾、新加坡等国的中央银行和金融当局签署东盟支付合作谅解备忘录。日本政府也从那时开始与东盟国家就跨境二维码支付

合作进行谈判。

日本经济产业部公布，已经与柬埔寨签署统一二维码支付合作备忘录，也在和印尼协商。然后扩展到新加坡、泰国和其他国家。在完成与东盟各国政府和各国央行协商后，要在明年启动跨境二维码机制。

用智能手机扫描商店的二维码进行支付时，原则上如果运营商不同，就不能直接使用。每个国家都个别有本国的统一标准，这个标准由中央银行主导，并由主要银行资助的业务运营商主导。

日经新闻介绍，JPQR是日本代码支付的统一标准，符合无现金推进协议会制定的国际标准EMVCo。日本的无现金推进委员会正在构建一个能与海外连接起来的系统，要实现与亚洲国家的二维码支付可相互操作。

日经称，当局关注蚂蚁集团在东盟的收购活动，这集团旗下的支付宝和微信已在东盟各地插旗，包括与菲律宾的Gcash



和印尼的Dana等主要支付公司建立合作伙伴关系网络，并在2022年收购新加坡金融科技2C2P。

根据日本经济产业省统计，2022年的日本个人消费无现金支付金额为111万亿日元，其中二维码等代码支付仅占总量的2.6%。反观东盟，使用二维码的人要比信用卡多。因此，日本政府要主导加速日本二维码跨境。（早报）

台积电也搭上AI狂潮 股价翻倍后风险浮现

台积电股价涨势迅猛的同时，也让人难以忽略潜在风险，即便最坚定的支持者也有所顾虑。

在全球投资者对人工智能的追捧下，台积电股价追随重要客户英伟达的涨势，已从2022年10月低点大涨逾110%。

尽管人工智能相关收入仅占台积电去年总营收的6%，但市场预计随着需求爆炸式增长，这一占比将大幅跃升。

过去两个月大部分时间，台积电股票的相对强弱指数处于超买区域，表明涨势过快。同时，相对于分析师平均目标价的溢价也创出纪录最高水平。

晨星分析师菲利李（译音）对台积电的目标价在950元台币，较当前水平高出逾20%，目标价在业界位居前列，但也承认对人工智能增长能在高位保持多久感到紧张。

“从订单来看，我有点担心人工智能需求在三到五年的可持续性，因为不可能每年都在数据中心上投资数百亿美元，”李氏说。

台积电1月份表示，该公司的人工智能营收正以每年

50%的速度增长，到2027年占比应该达到高十位数。台积电正在美国、日本和德国建厂，以满足包括亚马逊和微软等全球巨头数据中心对人工智能芯片的需求。

鉴于中美贸易紧张局势以及今年美国总统大选可能造成的影响，地缘政治担忧给前景蒙上阴影。李氏表示，目前尚不清楚台积电强劲订单主要是受到对人工智能产品的终端需求，还是美国客户为对冲政策不确定性的囤货推动。

瑞德证券亚洲分析师凯文王（译音）表示，另一个风险是苹果公司多久能克服智能手机行业的低迷，并成功地将人工智能功能应用到设备中。

苹果公司占台积电销售额的20%以上。”就iPhone而言，我们确实看到中国的需求实际上正在变弱，可能会对订单构成一些潜在风险，”王氏说。

尽管存在这些担忧，但晨星和瑞德仍看好台积电股票。

台积电被分析师给予35个买入评级，只有1个持有评级、0个卖出评级。（南洋网）



BCA 匯率		(2024年3月15日) 來源: 中亞銀行 (BCA)			
外幣	代碼	現匯		現鈔	
		買進	賣出	買進	賣出
美元	USD	15615.00	15635.00	15460.00	15760.00
新元	SGD	11677.00	11690.98	11554.00	11789.00
歐元	EUR	16987.31	17006.44	16789.00	17165.00
澳元	AUD	10250.41	10263.66	10130.00	10377.00
英鎊	GBP	19892.06	19915.76	19677.00	20100.00
日元	JPY	105.25	105.36	103.14	107.17
人民幣	CNH	2164.01	2174.04	2110.00	2227.00
令吉	MYR	3314.87	3330.53	-	-



传香港考虑9号风球以上继续暂停股市交易

知情人士透露，香港计划调整在恶劣天气下维持股市运作的计划，包括考虑在9号或10号台风信号时继续停市。

彭博社引述知情人士透露，这项新调整并没有得到谈判各方的广泛欢迎，而是一个较折中的解决方法，以帮助在恶劣天气下难以为继的小公司。

有政策制定者担忧，上述新调整将违背整个改革的目的。

上个月公布的财政预算案提到，将全速落实促进股票市场流动性专责小组建议，维持恶劣天气下港股市场运作的安排，无论黑雨、8号还是10号风球都能维持港股交易。

香港计划在年中中就“打风不

停市”的措施制定明确框架，之后再宣布生效日期，意味着香港今年夏天仍可能在台风和暴雨期间停市。

针对上述消息，香港财库局与金管局发言人回应称，目前没有什么要补充的。港交所发言人称，正在审查有关恶劣天气安排的意见书，并将在适当时候公布最新情况。证监会发言人则表示，支持在恶劣天气期间维持交易的安排。

其中一名知情人士说，尽管最终出台的措施可能有调整，但这仍是一个强烈的讯号，表明香港正在制定一项应对恶劣天气的交易计划，而不是还在争论是否要这么做。

（早报）



蔚来与宁德时代就长寿命电池业务签约

中国电动车制造商蔚来汽车与动力电池龙头宁德时代达成协议，合作开发寿命更长的电动车电池。

综合路透社和证券时报网报道，蔚来汽车创始人兼首席执行官李斌星期四（3月14日）在北京宣布上述消息。

李斌说，此次合作将利用两家公司的电池技术开发寿命更长的电池，以降低电池的“全生命周期”成本，目标是将电池的使用寿命延长到八年或十年以上。

蔚来汽车还宣布，蔚来汽车用户的电池租用服务（BaaS，Battery as a Service）月租费最高将下调33%，让购买蔚来电动车的成本最多降低12.8万元（人民币，约2万3700美元）。

蔚来汽车与宁德时代在2020年共同投资成立武汉蔚能电池资产有限公司，以推动“车电分离”模式（换电模式）的发展，

并在此基础上推出BaaS业务。

相对于充电，换电是用户直接到换电站换装一组充满电的电池。

在这种模式下，动力电池不属于用户，用户通过租赁的方式使用电池，每个月需支付服务费。

这一模式能够缓解充电高峰期电网的压力，但行业分析师认为，只有在电池变得更加标准化的情况下，换电才有可能实现。为了让换电模式盈利最大化，长寿命电池的开发就显得格外重要。

李斌星期四称，截至当天，蔚来已布局2382座换电站，公共充电桩2万1652个。

蔚来汽车是中国首家在私人乘用车领域推行换电模式的企业，早在2018年就把换电和电池租赁作为核心商业模式。（早报）

李强调研中国AI企业 吁实现弯道超车

中国今年首次将“人工智能”写入政府工作报告后，国务院总理李强星期三（3月13日）在北京调研，强调人工智能是发展新质生产力的重要引擎，要求抓住算力、数据、算法等关键攻坚突破，多路径布局前沿技术，努力实现弯道超车、换道超车。



受访学者分析，在全国“两会”（人大、政协年会）本周闭幕后，李强的首次调研选择人工智能（AI）和芯片装备企业，旨在突出AI在目前中国发展高科技产业中的核心地位，同时也展现北京今年继续加码培育本国领军企业、以应对西方技术围堵的雄心壮志。

李强星期三走访中国在人工智能和芯片装备的两家著名领军企业，包括互联网巨头百度、半导体设备制造商北方华创，承诺开放更多应用场景，加大制度供给，为人工智能产业发展营造更宽松的环境。

李强并要求中国科技企业进一步加大科技投入，加快先进制程装备研发，瞄准世界先进水平，集中优势资源，加强攻关协作，不断取得新突破。

美国近期持续升高对中国的科技围堵，加码施压盟友进一步收紧对华出口半导体技术的限制。拜登政府上周末还传出，正考虑制裁长鑫存储等数家中国科技公司，以限制中国发展先进半导体的能力。长鑫存储生产的芯片，被广泛用于计算机服务器和智能汽车等产品，竞争对手包括美光科技、三星电子、SK海力士。

北京近期则不断加大投入，培育本国领军企业。彭博社上周五（8日）引述消息人士披露，中国政府正在筹备逾2000亿元（人民币，下同，371亿新

元）的半导体基金，以加速中国在尖端半导体方面的研发，并抗衡美国和盟友在芯片领域对华实施日益严厉的出口限制。

中国经济学者、辽宁大学特聘研究员陈波接受《联合早报》采访时分析，李强在全国两会后首次调研选择人工智能和芯片装备企业，旨在突出人工智能在中国发展高科技产业中的核心地位，“发展AI的重要意义比以前更加拔高”。

陈波指出，人工智能技术目前已迈入革命性阶段，攸关对国际经济的主导权。在过去一年，中国也面临发展人工智能更强的紧迫性，不仅地缘政治压力较大，进入大选年的美国也不断加强对华科技围堵，促使北京加大投入展现雄心壮志，以形成更多技术储备和突破，希望赶上美国等科技领先国家，甚至通过技术突破取得领先全球地位。

另一方面，中国国家主席习近平上月下旬鼓励汽车等传统消费品以旧换新后，国务院星期三也公布行动方案，推动大规模设备更新和消费品以旧换新。（早报）

方案提出目标：到2027年，在工业、教育、医疗等七个领域，设备投资规模较2023年增长25%以上；同时明确20项重点任务，包括开展汽车、家电产品以旧换新，加快淘汰柴油货车，并适当降低乘用车贷款首付比例，加快换车步伐。但官方并未公布为这项行动方案提供的资金数额。

高盛集团经济学家近日在报告中估计，若中国政府今年支出约8000亿元，为汽车、大型家电和设备换新提供20%的补贴，这份支出将相当于去年GDP的0.6%左右。

潘西恩宏观经济咨询公司首席中国经济学家威格利预计，未来三年，这项计划每年将为经济贡献0.7个百分点的增幅，大部分提振将来自对购车的支持。

陈波分析，中国汽油车目前持续面临国内价格战，电动车则因欧美贸易保护影响出口。

中国官方出台的补贴措施旨在增加国内汽车需求，同时抵消境外贸易保护带来的冲击，确保汽车产业不出现过大波动，并继续作为拉动经济增长的重要支柱之一。

阿里巴巴据报今后三年将在韩国投资11亿美元

据韩媒报道，中国电商巨头阿里巴巴计划未来三年在韩国投资11亿美元，扩大业务布局。

据韩联社星期四（3月14日）报道，阿里巴巴日前向韩国政府提交了一份商业计划书，除了上述内容，当中也提到公司今年将在韩国开建综合物流中心，面积达18万平方米，相当于25个标准足球场大的规模。

另外，阿里将投资1亿美元，帮助韩国卖家将产品带到国外销售。具体来看，阿里将成立采购中心挖掘优质的韩国商品，并于6月开通全球销售渠道。

阿里还计划利用旗下多个电子商务平台销售韩货，如全球速卖通、东南亚地区在线购物网站来赞达、西班牙电商平台Miravia等。由此，阿里将在今后三年里支持五万家韩国中小企业对外出口。

阿里也将为维护消费者权益投资1000亿韩元（约1亿新元）。阿里计划开设客服中心并安排部署300名专业咨询人员，积极解决消费者投诉。对于海淘产品，阿里将推行90天无理由退货政策，所售产品疑为假冒伪劣产品时全额退款。阿里将为保护韩国品牌的知识产权投

资100亿韩元，在平台上过滤可疑产品。

另据路透社报道，今年3月初，韩国个人数据保护监督机构称，正在调查包括阿里巴巴旗下全球速卖通（AliExpress）在内的主要海外购物平台的消费数据。

（早报）



若AI也搞小院高墙 王毅：将犯新历史错误

中共政治局委员、外交部长王毅7日点名警告，如果企图在人工智能上也搞“小院高墙”，将会犯下新的历史错误，破坏国际产业链供应链完整，削弱人类应对风险挑战的能力。

王毅在全国两会外长记者会上说，中国主张发展与安全并重，既要拥抱新事物新机遇，也要装好刹车再上路，共同推进人工智能全球治理。

王毅说，中国关注“三个确保”：一是确保有益。人工智能的发展有利于人类共同福祉，符合人类伦理规范，符合国际法规则，符合人类文明进步方向。二是确保安全。人工智能始终处于人类控制之下，不断提高可解释性和可预测性，为此要建立各种风险评估和管控机制。三是确保公平。在联合国框架下成立人工智能国际治理机构，各国都能在人工智能的发展进程中平等参与、平等受益。王毅指出，人工智能大国之间的合作很重要，发展中国家的能力建设也很重要。中国将适时向联大提交“加强

人工智能能力建设国际合作”的决议草案，促进各方加强技术共享，努力弥合智能鸿沟，不让任何国家掉队。

王毅多次以修建“小院高墙”批评美国挤压新兴市场国家发展。他上月16日在慕尼黑安全会议上与美国国务卿布林肯会面时也再次提到，把“去风险”搞成“去中国”，建“小院高墙”，搞“对华脱钩”，终将反噬美自身。

王毅也说，中国将更加自信自立，锻造中国外交的品格，也将主持公道正义，亮明中国外交的风骨。

王毅指出，2023年是中国外交的开拓之年，更是收获之年。一年来，中国国家主席习近平主持两大主场外交，出席三场多边峰会，开展四次重要出访，举行百余场会见、通话，元首外交日益发挥不可替代的战略引领作用。

王毅说，构建人类命运共同体在中亚地区和中南半岛实现全覆盖，中国成功举办第三届“一带一路”国际合作高峰论坛，实现金砖历史性扩



员，促成沙地伊朗历史性和解，斡旋缅北达成停火协议，坚持政治解决所有热点问题。坚决反对一切强权霸凌行径，有力维护国家主权安全发展利益和发展中国家共同利益。坚守外交为民永不停步，大力服务国家发展稳定大局。

王毅说，中国外交部将以更加积极主动的历史担当、更加富有活力的创造精神，开创中国特色大国外交更有作为的新局面。

（南洋网）

梅西苏神传射 迈阿密 晋冠军杯8强



梅西带伤传射，助迈阿密国际杀入中美冠军杯8强。

凭借带伤的梅西与苏亚雷斯双双传射立功，美国球会迈阿密国际在大马时间周四上午於第59届中北美洲及加勒比海区冠军杯16强次回合主场3比1胜另一美国球会纳什维尔，总成绩5比3晋8强，惟4月初复赛对手还有待揭晓。

第8分钟，阿根廷前锋梅西一脚穿透力极强的传球送出助攻，乌拉圭射脚苏亚雷斯穿裆破门，迈阿密国际领先，1比0。

第23分钟，梅西接到了巴拉圭中场迭戈-戈麦斯送出的助攻，然後在点球点附近起脚劲射建功，帮助迈阿密国际将领先优势扩大，2比0。

第45分钟，洛维茨不等皮球落地，直接起脚凌空抽射，皮球打在了横梁和立柱的交界处弹出！纳什维尔队错失良机。

第51分钟，有伤在身的梅西被替换下场，替补他登场的是芬兰中场罗伯特-泰勒。

第54分钟，迈阿密国际美国门将卡伦德立功，挡出了对方球员麦克诺顿近在咫尺的射门。

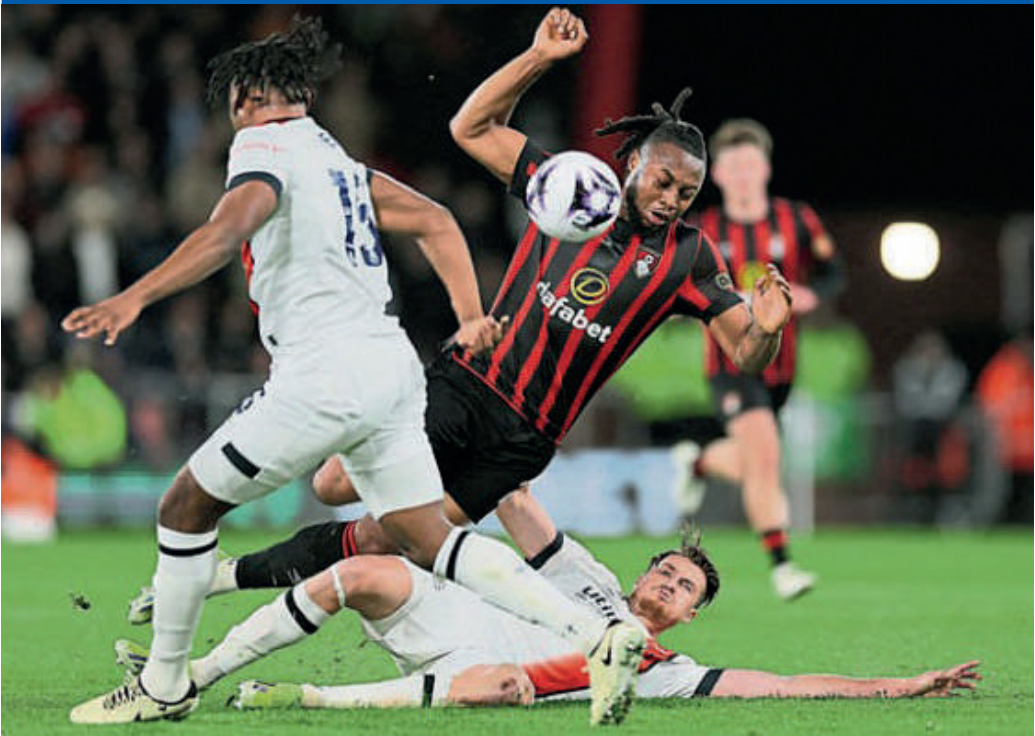
第63分钟，苏亚雷斯45度将球传到禁区内，泰勒甩头攻门得手，迈阿密国际将领先优势扩大，3比0。

第90+3分钟，苏里奇为纳什维尔攻入挽回一些颜面的进球，将场上比分定格在3比1。

随着迈阿密国际晋级，梅西也延续了加盟本队以来的杯赛不败纪录，包括杯赛10战不败，独造16球，接着将率队冲三冠王。

另外，据统计，梅西职业生涯进球数也已达到826球，在次席落後878球的C罗纳多，而苏亚雷斯则561球追平了瑞典传奇伊布拉欣莫维奇，并列第14位。（光明网）

从0比3再到4比3 时隔21年再现此“奇景”



正当大多球迷目光放在欧冠联赛时，周四凌晨踢完的一场英超联赛补赛，却出现一个惊天大逆转戏码。

赛前，在积分榜就已排名第13的伯恩茅斯，主场迎来了第17轮补赛，对手是第18位的卢顿，因此，主队也备受看好能至少赢1球。

想不到，上半场第9，第31，第45+1分钟，卢顿却先後由锺塔西、奥贝内、巴克利分别建功，比分一度是0比3。

令人更想不到的是，下半场，伯恩

茅斯发威，第50，第62，第64，第83分钟，先後由索兰克、扎巴尔尼、塞门约（最後2球）分别建功，上演惊天大逆转。

最终，伯恩茅斯重返胜轨，3轮不败，继续第13，而7轮不胜的卢顿则继续第18。

在英超联赛历史上，伯恩茅斯成为第5支能在先後0比3的情况下再惊天大逆转的队伍，也是继2003年狼队主场4比3列斯特後时隔21年再现此“奇景”。（光明网）

法比安对尼斯传射 巴黎4强战雷尼斯

凭借法比安-路易斯传射，赛会历史最多的14届冠军巴黎圣杰门，在大马时间周四凌晨於第107届法国杯最後一场8强赛主场3比1胜同为法甲联赛队的尼斯，杀入4月3日再踢的半决赛，将对另一法甲队雷尼斯，而4强另一场为法甲队里昂对法乙队瓦朗谢纳。

巴黎圣杰门出场阵容（4-3-3）为：多纳鲁马；埃梅里、卢卡斯-埃尔南德斯、贝拉尔多（83分钟达尼洛-佩雷拉）、努诺-门德斯；维蒂尼亚、法比安（83分钟乌加特）、李刚仁；姆巴佩、登贝莱、贡萨洛-拉莫斯（73分钟巴尔科拉）。可见，姆巴佩踢满全场。

尼斯（4-3-3）则有：布尔卡；梅尔文（86分钟罗曼-佩罗）、丹特、托迪博、兰托巴（87分钟安东尼）；齐夫伦-图拉姆、罗萨里奥、桑松（78分钟毛里斯）；博加、格桑德（78分钟阿里乔）、拉波德（66分钟特勒姆-墨菲）。

第14分钟，巴黎圣杰门率先破门。法国前锋姆巴佩中路分球，西班牙中场法比安得球後再次传给姆巴佩，後者跟进捅射得手，雷尼斯门将布尔卡一挡难阻皮球过线，1比0。第26分钟，巴黎圣杰门险些再破门。姆巴佩禁区左侧过掉对手防守球员後起脚射门，不过，皮球击中立柱弹出！

第33分钟，巴黎圣杰门扩大领先优势。法国边锋登贝莱抓住布尔卡在禁区的失误抢断後传球，法比安得球推射破门，2比0。

第37分钟，尼斯扳回一个。巴黎圣杰门法国後卫卢卡斯-埃尔南德斯解围失误，尼斯法国前锋拉波德禁区右侧得球後转身抽射射门得手，2比1。



第60分钟，巴黎圣杰门锁定最终比方。葡萄牙中场维蒂尼亚左侧禁区外挑传，尼斯的丹特中路头球解围失败，巴黎巴西後卫贝拉尔多跟进头球攻门顶进球网，裁判经过视频助理裁判确认进球有效，3比1。

第64分钟，巴黎圣杰门获得任意球机会，韩国边锋李刚仁直接选择射门，皮球再次被门将扑了一下後击中横梁！

赛后，巴黎圣杰门教练恩里克受访时称，这是本队本季踢得最好的比赛开局，而本队接着还有3个冠军要争取。

恩里克表示：“我们踢出了本季最好的开局。对阵一支在防守端非常强大的球队，我们表现得非常出色，创造了很多机会，我们确实占据了主导地位。”

“但是，足球有时很奇怪，我们曾有过一段犹豫时刻，我们甚至几乎以2比2比分回到更衣室。下半场，我们重新找回状态，比分反映了我们的比赛。”

“我们显然在进步。我认为，我们会继续前进。赛季的最後阶段是最重要的，我们还在3项比赛（法国杯，法甲联赛，欧冠联赛）中继续前进。”

上季总决赛重演 金块双杀热火西部登顶



去年总冠军对战组合丹佛金块和迈阿密热火迎来本赛季第二度对决，金块靠着末节坚强的团队防守，加上替补後卫杰克森爆发，客场以100比88击败热火，今季双杀热火後，战绩超越俄克拉荷马雷霆，独居西部第一。热火首节只得19分，陷入7分落後，不过三节打完追到1分差。末节战况持续拉锯，金块替补控卫杰克森爆发连得7分，取得双位数领先，最後4分半钟只让热火得4分，稳稳收下胜利。

金块球星约基奇本场只出手8次，得到12分14篮板6助攻，波特砍进25分7篮板，杰克森只得到9分，但其中7分都出现在关键时刻。

金块总教练马龙透露，“当时穆雷和波

普在技术台边跟我说：‘让杰克森打，这个阵容打得很好。’我们球队文化就是非常无私，摆脱个人主义。”

热火苦吞4连败，但仍保住东部第8。他们本场比赛外线失灵，全队21投5中，最终苦吞4连败。阿德巴约得17分13篮板，巴特勒只有15分。

金块对热火近13次交手，取得12胜1败，包括上季总冠军赛，金块已在热火主场7连胜。

在达拉斯，东契奇交出21分、欧文得23分，帮助独行侠主场以109比99击败缺少库里的丹佛金块，拿下4连胜。

欧文本仗还有8个篮板和10次助攻进账；东契奇21分和9次助攻，他在末节因腿酸痛离场。

莱弗利得到12分和8个篮板，华盛顿得到11分和7个篮板，格林得到11分和5个篮板，加福德得到10分和6个篮板。

勇士库明加得到27分4篮板，维金斯17分5篮板，波兹基斯基11分5篮板6助攻，戴维斯10分9篮板。

另外，德罗赞独得46分，包括常规赛追平的中距离，以及加时赛稳定战局的3分球，带领芝加哥公牛经过加时赛後以132比129击败印地安那溜马。（光明网）

林府哀謝啟事



夫君
家嚴

諱思明林府君
(Suriamin Halim)

於主曆二〇二四年三月十日在寓所蒙主恩召安息主懷，在世寄居九十八載，承蒙國內外遠近親友梓叔姑姐同鄉，各華社領導及代表、工商企業界好友、社會賢達等，駕臨慰唁，並厚賜賻儀、輓軸素花、函電慰唁刊登報章等，治喪期間又蒙諸親友鼎力協助一切事宜，出殯之日復蒙親臨告別禮拜送至火葬場，高誼隆情幽明均感，謹藉報端 統 申

謝 悃

妻 許素英 Johana Hirawan

男 林作虞 Utama Halim

林作衡 Hendra Halim

林作祥 Santosa Halim

林作範 Taufan Halim

林作力 Saliman Halim

媳婦 鄭菊桂 The Tji Kui

林好栗 Lily Salim

董思玉 Imelda Jusy Financio

丘淑婧 Rina Soegiri

李蓮娥 Ida Lie

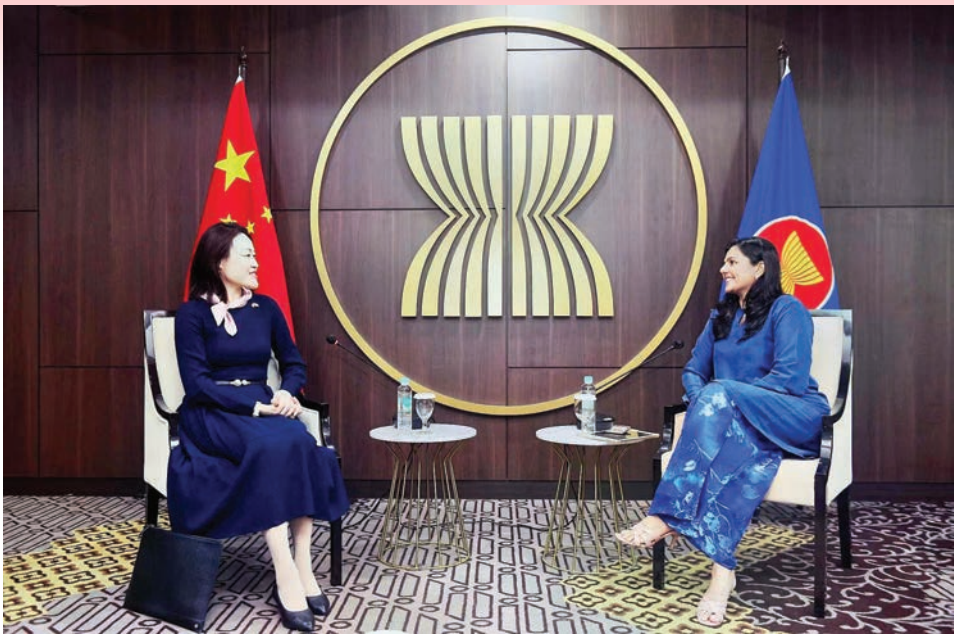
暨全體家屬
同 敬 謝

侯艳琪大使拜会 东盟新任副秘书长阿斯塔纳

2024年3月13日，侯艳琪大使拜会东盟新任主管政治安全共同体事务的副秘书长阿斯塔纳。双方就中国东盟关系和东亚合作等交换意见。

侯艳琪大使深入宣介中央外事工作会议精神和全国两会成果，表示中国外交将以习近平外交思想为根本遵循，以推动构建人类命运共同体为主线，继续倡导平等有序的世界多极化和普惠包容的经济全球化，积极落实全球发展倡议、全球安全倡议、全球文明倡议，高质量共建“一带一路”。去年中国克服多重困难挑战，实现国内生产总值增长5.2%，对全球经济增长贡献率超过30%，仍是全球增长最大引擎，充分彰显中国经济的韧性和活力。中国将牢牢把握高质量发展这一首要任务，积极培育新质生产力，继续扩大高水平对外开放，推动自身经济发展的同时做大全球经济发展蛋糕，为包括东盟在内的各国提供更多互利共赢的机遇。

侯艳琪大使介绍了中国东盟关系发展成就和中方推动东亚合作的设想，强调中国东盟是搬不走的邻居，拆不



散的伙伴，双方关系已发展成亚太区域合作中最为成功、最具活力的典范。中方将继续视东盟为周边外交优先方向，与东盟国家积极构建更为紧密的中国—东盟命运共同体，加快落实“三大全球倡议”，共建和平、安宁、繁荣、美丽、友好家园。中方愿

与东盟进一步增进政治互信，深化经贸投资合作，加快推进中国—东盟自贸区3.0版谈判，积极拓展数字经济、绿色经济、蓝色经济等新兴领域合作，办好“中国—东盟人文交流年”，增进人文相通和民间友好，夯实中国—东盟全面战略伙伴关系的基



础，更好维护地区和平稳定和发展繁荣。

阿斯塔纳高度评价中国发展成就，期待中国高质量发展继续为地区 and 世界共同繁荣注入动力。赞赏中国是东盟最为活跃、最具引领性的对话伙伴，双方30多年的务实

合作既惠及彼此发展，也造福地区各国。欢迎中国就东亚合作所提倡议，期待同中方保持密切沟通，深化各领域合作，共同推动双方关系不断取得新进展。会见结束后，侯大使向阿斯塔纳赠送了《习近平谈治国理政》英文版。

泰国华裔青少年雅安行活动 正式开营

由雅安职业技术学院、雅安市侨联共同筹办的泰国华裔青少年雅安行活动开营仪式在四川雅安举行，来自泰国暖武里府北革中学的70名华裔师生相聚雅安，开启为期1个月的研学活动。

据介绍，本次研学活动课程丰富多彩，有汉语听说专题、中华优秀传统文化专题、户外研学行程等，旨在为泰国学员提供一个汉语语言学习与实践相结合的平台，体验中国文化的博大精深，促进中国传统文化的传播与交流，为推动共建中泰命运共同体贡献力量。

雅安市侨联专职副主席蔡鹏希



开营仪式现场。

望，泰国华裔青少年在本次研学活动中用心感受雅安的风土人情，并将自己的所见、所得、所想分享给亲朋好友，当好中华优秀传统文化的传承者和传播者。

本次研学活动为营员们精心策划了汉语言、中医药、茶文化体

验、中国剪纸、中国画等传统文化课程，还将实地参观中国华侨国际文化交流基地雅安“藏茶世界”、荣经县黑砂博物馆、中国保护大熊猫研究中心雅安碧峰峡基地等，让来自泰国的华裔青少年充分感受雅安的文化底蕴。(中国侨网)



参加开营仪式人员合影。

香港弘扬中华文化办公室启动多项活动 将办中国通史展



香港特区政府署理文化体育及旅游局局长刘震(右二)、香港特区政府教育局副局长施俊辉(左二)、香港特区政府康乐及文化事务署署长刘明光(右一)、香港历史博物馆总馆长伍志和(左一)主持启动仪式。

香港特区政府14日举行弘扬中华文化办公室活动启动仪式，公布多项与弘扬中华文化有关的活动，其中包括自今年起在香港历史博物馆按时间顺序逐年举办的“中国通史系列”展览。

“弘扬中华文化办公室”(简称“弘扬办”)是香港特区政府行政长官李家超在2023年施政报告中提出的，由特区政府康乐及文化事务署(康文署)成立，专责策划及举办推广中华文化及历史的活动。据了解，该办公室将于今年4月份成立。

启动仪式上，香港特区政府署理文化体育及旅游

局局长刘震致辞表示，弘扬办将通过康文署内与中华文化和历史相关的丰富资源，策划多元化的节目，弘扬中华文化，加强社会各界对中华文化的认识和兴趣。同时它也会联同社会上不同持份者，共同宣扬中华文化、推广爱国主义教育，提升市民的国民身份认同和文化自信。当天的启动仪式上还公布了弘扬办的标志，是一个由红色立柱和绿色斗拱结构两种元素构成的“華”字。刘震表示，斗拱是中国传统建筑独有的结构，以此为设计元素，标志着特区政府弘扬中华文化的使命。

香港历史博物馆总馆长伍志和介绍，弘扬办成立后，每年将举办介绍国家发展和成就的专题展览，以及逾50项推广中华文化及历史的活动的，预计相关线上线下活动每年将有70万人次参加。

伍志和介绍，弘扬办将自今年起至2029年，在香港历史博物馆按时间顺序逐年举办“中国通史系列”展览，首场展览“天地之中——河南夏商周三代文明展”将于今年4月至7月与观众见面；将推出体验式培训的“博物馆馆藏与岭南文化”活动、“历史开箱”工作坊等，让学生近距离感受博物馆藏品，认识香港与岭南文化一脉相承；每年还将举办“中华文化节”等。(中新网)

徐永总领事会见 印尼央行东爪哇省分行新任行长

2024年3月14日，驻泗水总领事徐永会见印尼央行东爪哇省分行新任行长埃尔文。

徐永总领事祝贺埃尔文行长履新并介绍2024年中国全国两会情况及经济形势，表示2023年中国国内生产总值同比增长5.2%，对世界增长贡献率接近1/3。中国拥有完整的产业体系、庞大的市场规模、丰富的人才资源，经济发展韧性潜力大。中国将继续坚持高质量发展，加快发展新质生产力，扩大高水平对外开放。相信中国式现代化将为包括印尼在内的世界各国提供更多机遇。中国驻泗水总领馆愿与领区各界加强交流，积极助力双边各领域务实合作，共同推动中印尼命运共同体建设走深走实。

埃尔文行长赞赏中国经济对世界发展的重要贡献，欢迎更多中国企业前来印尼投资，实现互利共赢发展。



巴西圣保罗侨界启动 流感疫苗惠侨活动

巴西圣保罗侨界流感疫苗惠侨活动在圣保罗华商聚集区布拉斯(Bras)街区启动。巴西华人协会将保障老年侨胞免费接种流感，巴西瑞安商会等多家侨社支持协办，或免除接种费用，或予以补助。

此次活动由巴西华人协会和巴西华人工商联合会主办，巴西青田同乡总会、巴西华人华侨青年联合会、巴西瑞安商会、巴西洪门南美总会支持协办，华康医护承办。巴西华人协会会长叶周永、巴

西华人华侨青年联合会会长周伟、巴西青田同乡总会会长叶王永、代会长张海群、巴西瑞安商会会长娄建权，巴西洪门南美总会监事长林方耀，以及侨领代表出席启动仪式。巴西华人协会将承担60周岁以上长者接种费用，对于其他年龄段的侨胞，也予以疫苗费用一定补助，确保有需要的人能主动且有机会接种流感疫苗。巴西瑞安商会亦将投入资金，保障旅巴瑞安籍侨胞免费接种流感疫苗。

据了解，巴西正处于秋季流感高发期，近年流感病毒变异频繁，且致死率较高，需每年接种相应疫苗。目前，巴西全国正推进流感疫苗接种工作。

华康医疗机构负责接种的护士莫妮卡·德索萨告诉记者，此次接种不但在侨胞聚集的布拉斯街区、25街商业区和自由区分设三个接种点，还将专程赴华校服务师生。

叶周永表示，侨胞们平时开店忙，疏于关注身体健康，对巴西的公共接种点也不太熟悉，接种疫苗可有可无，但为保障侨胞身心健康，提供福祉，巴西华人协会愿积极投入鼓励侨胞接种疫苗树立起健康保障。(中新网)



巴西圣保罗侨界流感疫苗惠侨活动与会人员合影。

360集团创始人周鸿祎： AI时代更需要程序员

中国科技巨企360集团创办人周鸿祎认为，大模型的爆发将让人工智能（AI）的时代更需要程序员。

周鸿祎星期天（3月10日）在在微博以“大模型取代程序员？未来不用学变成了么？”发文，回应前一天百度创始人李彦宏在央视节目上的说法“程序员的职业以后不复存在”。

周鸿祎在贴文中写道，未来程序员

行业还是朝阳行业，是最有前途的行业，这个趋势未来五至10年不会减弱。

他指出，计算机和其他行业天生不同，未来这个世界将被软件重新定义，需要更多计算机专家和程序员来实现。数字经济加速发展，数字化技术的本质是软件、网络和数据。如果你是计算机专家，就能参与各行业，甚至主导数字化改造、智能化升级。

周鸿祎说，大模型的爆发，对程序员人才的需求会越来越大。所以AI时代的来临，意味着更多计算机人才、数学人才的缺口。

他提到，未来一定是跨学科、跨领域的跨人才带来更多想象力和冲击力，最佳组合是人工智能加生物学。人工智能未来的突破一定是生物学专家和计算机专家互相协作的结果。



消息称三星将在其智能手机中使用更多的索尼相机传感器



3月11日消息，相机传感器是智能手机最重要的组件之一，索尼是全球第一大相机传感器制造商。三星的System LSI部门也生产ISOCELL品牌的相机传感器，且位居全球第二。一直以来三星自家的Galaxy手机大多采用其自主研发的传感器，不过未来这一局面可能会发生改变。

据韩国科技媒体ETNews报道，三星未来可能在其智能手机中采用更多索尼的相机传感器。索尼半导体解决方案公司（Sony Semiconductor Solutions，索尼相机传感器的制造商）计划将部分相机传感器生产线从日本转移到韩国，据称是为了扩大和加强对三星的传感器供应。有消息称，索尼已经与其韩国后端代工合作伙伴商讨了封装和测试工序，这些合作伙伴包括LB Semicon、NGion、ALT和ASE Korea。

相机图像传感器芯片晶圆将从日本运往韩国进行封装，并切割成独立的芯片。索尼要求这些韩国公司为其后端工序提供

10级洁净室。10级洁净室是指每立方英尺空间中灰尘颗粒（大于0.5微米）少于10个的洁净环境，可最大限度减少灰尘对芯片造成的污染。这些韩国公司还将进行晶圆划片和重构等工序，挑选优质芯片并进行重新排列。

据一位熟悉内情的业内人士透露：“三星移动部门（MX division）正鼓励内部竞争，计划将System LSI部门生产的传感器与索尼的产品混合使用于其智能手机。而索尼为了更积极地响应客户需求，正在将后端工序扩展到韩国。据我了解，这项计划正在推进中。”

显然，三星移动部门此举旨在通过引入竞争，促使索尼半导体解决方案公司与其System LSI子公司之间展开良性竞争，从而加快新技术应用并降低自身成本。

据IT之家了解，目前索尼在全球移动相机传感器市场占据超过50%的份额，遥遥领先于排名第二的三星（10%）。（IT之家）

ChatGPT-4在创造力测试中表现不俗

3月3日电美国阿肯色大学科学家开展了一项最新研究，让151名人类参与者与人工智能（AI）工具ChatGPT-4在3项测试中进行对决，以评估二者的发散思维。结果显示，AI的表现优于人类。相关论文发表于最新一期《科学报告》杂志。

发散思维是创造性思维的衡量指标，其特点是能对没有预期解决方案的问题提出独特的答案。在最新研究中，GPT-4提供了比人类参与者更新颖、更精细的答案。

最新研究使用的3项测试分别是“替代用途任务”“结果任务”及“发散联想任务”。“替代用途任务”要求参与者针对绳索或叉子等日常物品，提出创造性用途；“结果任务”要求参与者想象假设情况的可能结果，如人类不再需要睡眠会怎么办；“发散联想任务”则要求参与者提供10个语义上尽可能遥远的名词。“狗”和“猫”之间的语义距离不大，而“猫”和“本体论”等词之间的语义距离很大。

研究团队对人类和AI工具回答问题的数量、长度和单词间的语义差异进行了评估。结果发现，在每一项发散性思维任务上，GPT-4提供的答案都比人类提供的答案更具独创性，且更精确。换言之，在一整套发散性思维任务中，GPT-4都表现出了更高的创造力。

研究负责人之一、阿肯色大学心理学博士生肯特·休伯特表示，最新研究也有一些需要注意的地方，如研究中使用的指标都是对创造潜力的衡量，但参与创造性活动或获得成就是衡量创造能力的另一个方面。此外，AI依赖人类用户的帮助，除非得到提示，否则AI的创造力一直处于停滞状态。

尽管如此，研究团队强调，大型语言模型正在迅速发展，并以前所未有的方式超越人类。它们能否取代人类的创造力还有待观

察。但不管怎样，让AI作为灵感工具，为人类的创造性活动提供帮助已是指日可待。（科技日报）



扎克伯格：Meta会推出比苹果Vision Pro更好的头显 不会出现运动模糊

3月10日消息，自苹果Vision Pro发布之后，Meta首席执行官马克·扎克伯格便多次发表自己对这款头显产品的看法。

扎克伯格近日在一份帖子中表示，苹果正在销售Meta希望在3-5年内达到的设备。不过，他不认为这些设备是一样的，Quest会更好。如果Meta的设备在3-5年内和Vision Pro一样重，或者像后者一样出现运动模糊、缺乏精确输入等，那么这意味着Meta将显著倒退。

不过，扎克伯格承认Vision Pro的分辨率更高，但苹果为此付出了许多其他权衡的代价，这些权衡使他们的设备在大多数方面变得更糟。这不是Meta所渴望的。

值得一提的是，这不是扎克伯格第一次猛击苹果的“痛点”。他曾在2月发布视频，罗列了9条因素，得出的结论是售价500美元（IT之家备注：当前约3600元人民币）的Quest 3头



显不仅比3500美元（当前约25200元人民币）的苹果Vision Pro更物有所值，而且产品体验更好。

IT之家基于视频内容汇总相关卖点如下：

Quest 3头显的售价仅为Vision Pro的七分之一

Quest 3头显可以像Vision Pro一样，实现大屏幕的高质量直通（passthrough）

Quest 3头显更轻佩戴更舒适，重量减少了120克。

用户佩戴Quest 3头显走动的时候，不会有电线碍事。

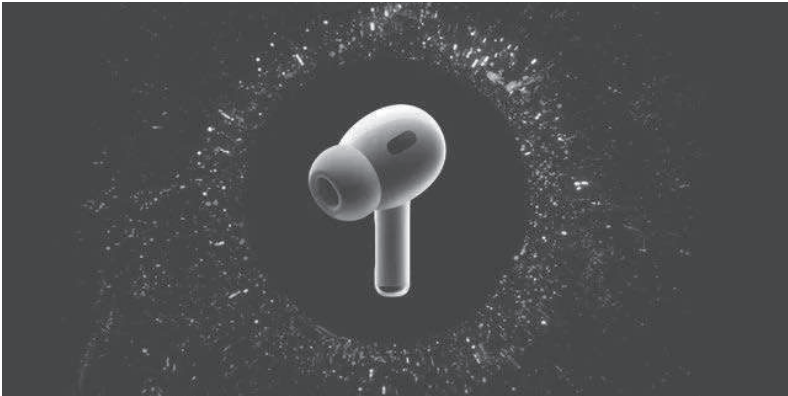
视野更开阔，屏幕更明亮。

佩戴者移动时，Vision Pro会出现运动模糊。Quest则要清晰得多。

可以使用精密控制器和手部跟踪，Quest的手部跟踪更为精确。

Quest的沉浸式内容库更加深入。你可以观看YouTube或玩Xbox游戏。（IT之家）

消息称苹果iOS 18将为AirPods Pro耳机提供“助听器模式”



3月11日消息，彭博社的马克·古尔曼（Mark Gurman）在最新一期的Power On时事通讯中写道，AirPods Pro在2024年不会出现任何硬件变化。软件方面，他表示“重大新闻将是与iOS 18一起推出的助听器模式”。

AirPods已经提供了一项名为Live Listen的功能，该功能于2018年作为iOS 12的一部分推出。该功能可将iPhone变成定向麦克风，将iPhone捕获的音频实时传输到AirPods。

苹果还在2021年为AirPods Pro引入了对话增

强功能，该功能可增强用户正前方的麦克风拾音能力，以便更好地听到对话声音。

另外值得注意的是，2022年，美国食品药品监督管理局（FDA）制定了新的指导方针，允许一类助听器可以在柜台购买。此类助听器可以在商店或网上直接出售给消费者，无需进行体检或听力学家验配。

据IT之家2022年11月报道，发表在《iScience》杂志上的一项研究发现，苹果AirPods Pro的声音放大功能可以帮助患有轻度至中度听力损失的成年人听到声音，其表现性能媲美两款专业的处方助听器。（IT之家）

“星舰”火箭三次试飞发射升空

【报道】据美国有线电视新闻网等媒体报道，当地时间14日，美国太空探索技术公司（SpaceX公司）的“星舰”重型火箭进行第三次试飞。

在火箭发射升空后，14日晚些时候，SpaceX公司创始人马斯克在社交平台上发帖称，“‘星舰’已达到环绕速度！祝贺SpaceX团队！”

据太空探索技术公司网站介绍，新一代重型运载火箭“星舰”是迄今全球体积最大、推力最强的运载火箭，总高度约120米，直径约9米。火箭由两部分组成，底部是“超级重型”助推器，高约69米，配备多台“猛禽”发动机；顶部是飞船，高约50米，可重复利用。

在火箭发射升空后，14日晚些时候，SpaceX公司创始人马斯克在社交平台上发

帖称，“‘星舰’已达到环绕速度！祝贺SpaceX团队！”

据太空探索技术公司网站介绍，新一代重型运载火箭“星舰”是迄今全球体积最大、推力最强的运载火箭，总高度约120米，直径约9米。火箭由两部分组成，底部是“超级重型”助推器，高约69米，配备多台“猛禽”发动机；顶部是飞船，高约50米，可重复利用。

综合美国有线电视新闻网等多家媒体此前报道，2023年4月20日，“星舰”火箭及飞船集成系统进行第一次试飞，但火箭升空不久后爆炸。依据法新社说法，火箭发动机出现故障，第一级助推器也没有与上面的飞船分离。同年11月18日，SpaceX公司进行“星舰”火箭第二次试飞，火箭升空不到3分钟后成功实现一二级分离，但此后任务控制中心与“星



舰”飞船失去联系，被迫启动自毁系统。美国有线电视新闻网形容说，“星舰”第二次试飞比2023年4月尝试时走得更远。（环球网）



二零二三年五十六家内地企业到港上市，累计募集资金总额近五十亿美元。

中国金融反击战两会

第十四届全国人民代表大会第二次会议在北京人民大会堂开幕（图：中新社）

部署建设金融强国

亚洲周刊：宋阳标

中国掀起金融反击战，面对美国制裁和外资做空，中国要整顿金融乱象，加强经济与金融体质。总理李强在北京两会工作报告中强调「人工智能+」、全国算力体系等经济升级，扎根新质生产力，告别过住房市泡沫楼花乱象，金融股市由虚转实，借力数字、绿色、科技、普惠、养老五大金融，结合民生与经济发展，提升中国制造实业根底，成为「中国智造」後发优势，建设金融中心、打造金融强国。



中国总理李强：强调清除形式主义，提高行政效能。

二零二四年中国两会召开，总理李强在工作报告中强调「人工智慧+」、全国算力体系等经济升级，扎根新质生产力，告别过住房市泡沫、楼花乱象，面对科技制裁、外资做空选择先补强既有基础，让金融股市由虚转实，借力数字金融、绿色金融、科技金融、普惠金融、养老金融，结合民生需要与经济发展，提升「中国制造」实业根底，成为「中国智造」後发优势，冲破对中国经济的悲观情绪，并在过程中建设金融中心、打造金融强国。

去年，中国与香港的股市一度下跌一至两成，加上房市爆雷，恒大、中植等企业的不良行为拖累经济，後有中国政府出手救市、港府在楼市「撒辣」，市场强烈反弹。中国A股也开始走出谷底，带来股民的新希望。

另一边厢，中国的「新三样」（电动车、锂电池、光伏）成为了全球瞩目的经济亮点。李强指出，「新三样」出口增长近三成，未来产业有序布局，创新成果达国际先进水准，包括国产大飞机C919、国产大型邮轮投入商业运营，电动车产销量占全球比重超过六成，汽车出口约五百万辆。让中国跃升为全球第一汽车出口大国。

去年中共中央总书记习近平在省部级主要领导干部推动金融高品质发展专题研讨班上强调：「金融强国应当基於强大的经济基础，具有领先世界的经济实力、科技实力和综合国力，同时具备一系列关键核心金融要素，即：拥有强大的货币、强大的中央银行、强大的金融机构、强大的国际金融中心、强大的金融监管、强大的金融人才队伍。」

中国商务部国际贸易经济合作研究院研究员梅新育认为：中国在二零零九年前後，制造业产出超过美国，成为世界第一制造业大国，现在每年中国制造业产出能占全世界百分之三十出头，是美国的两倍。但是，相比之下，中国金融体系的实力与美国相比差距显得还比较大，这样的话中国创建金融强国，缩小差距，应理所当然，应该是中国经济社会发展必然要完成的一个使命。

银科控股首席经济学家兼金融研究院院长夏春指出，中共二十大报告里面其实金融提的是不多的，後来中央经济工作会议再重新说金融强国，这样一个是补充，也是国家知道金融对经济的重要性很大。

应对攻击应有防卫

二零二三年十一月二十日，中国总理李强主持召开中央金融委员会会议，会议指出，要

全面加强金融监管，压紧压实金融风险处置责任，加强部门协同和上下联动，在持续加大存量风险化解力度的同时，强化源头管控，深化相关领域改革，完善风险防范、预警和处置机制，共同把防范化解风险任务抓实抓好。

金融强国的建设，化解风险是第一位的。在过往的历史上，抛售外国的国债、国际金融制裁、做空主权国家充斥证券市场。

上世纪九十年代，国际金融大鳄索罗斯相继对东南亚多国发动金融攻击，这个攻击导致泰国、菲律宾、马来西亚、印尼、新加坡等国遭受巨大损失。索罗斯等还对香港的股市、汇市、期市进行大肆做空。

从一九九八年八月的第一个星期三开始，在国际金融炒家的三次狙击下，香港股市连日下跌，五个交易日里，恒指股市市值失去两千五百亿港元（约三百二十亿美元）。而在一年前的前一天，恒生指数是以一万六千八百二十点的历史高点收市。

但在中国中央政府的支持下，香港金管局奋起反击，最後索罗斯等人铩羽而归。有消息认为，索罗斯在此次香港一役，就损失了八亿美元。

经济专家夏春认为：这些年中国金融出了很多问题，搞了那麼多大的动静，那麼多改革，实际上目标方向还是很清楚。看看美国的金融制裁，美国的金融地位，中国肯定也想把金融搞得很好，建立国家金融监管总局，肯定是对原来的金融工作很不满意；另外一方面是要解决被美国金融制裁的卡脖子的问题，（国家）也希望能够（有人）提供一些政策的内参，比如俄罗斯被制裁，中国的建行等原来能和俄罗斯做人民币贸易的支付，现在他们都不收了，所以这次讲这个金融强国有这么一个大背景。

中国自身庞大的金融资产既是财富，但同时也是一个超级大的不稳定因素，如果不能监管到位，这些资产随时可能造成灾难性的结果。

前中国财政部官员、经济学家卢麒元指出，中国银行业的资产是四百一十万亿元人民币（约五千七百亿美元），这些要不要国家监管？如果这四百一十万亿元人民币没有建立完整有效的国家资管，会不会出现股灾？楼灾、汇灾真的是一个庞大的东西，如果国家金融资管不到位，你能想像後果吗？四百一十万亿，银行业资产如被盗走其中的四分之一会出现什麼样的情况？

商务部国际贸易经济合作研究院研究员梅新育指出：中国的金融体系金融市场抗风险冲击的能力怎麼样？在遇到冲击的时候，对手往往先对中国发动金融战，这在历史上面对斗争或者说是大的战争，各个国家交锋的情况下，发动金融战的做法，是相当常见的。梅新育指出，从两次世界大战都出现这情况，这种做法一直到最近的以色列哈马斯战争都存在。

以色列被金融攻击的教训

在二零二三年十月七日，哈马斯袭击以色列之前五天，以色列股票和以色列公司有关的ETF交易遭到了有关势力的做空。这种情况向中国发出了警示，以後如果中国遭遇大的冲击之後的话，人家会不会先金融攻击。如果人家看到对中国的投机性金融攻击能够得手，能够让中国经济遭受重创，这会不会助长激励对手冒险的倾向？这是对应对重大风险的挑战。

梅新育指出，金融强国这个战略是中国经济和社发必然要提出的一个目标，也是现在的国际形势下面中国必须要做的一个事情。

二零二三年中国中央金融工作会议明确提出：「增强上海国际金融中心的竞争力和影响力，巩固提升香港国际金融中心地位。」今天的上海，已经基本建成与中国经济实力以及人民币国际地位相适应的国际金融中心。香港国际化程度高，是连接中国内地同世界各地的桥梁和视窗，再加上良好的法治环境、完善的金融生态、充足的人才资源，优势明显。回归祖国以来，香港金融业国际竞争力和全球影

响力日益展现出强大韧性与活力，国际金融中心地位更加稳固。

二零二三年上海持牌金融机构新增四十七家，总数达一千七百七十一家，截至二零二二年末，在沪银行理财、保险资管、信托、券商私募资管、公募基金及私募基金六大资管类别合计规模超过三十五点九万亿元人民币（未含基金专户和期货资管），占全国六大资管类别资产管理总规模的比例超过百分之二十八点四。截至二零二三年十月底，上海浦东新区金融从业人员超过三十五万人，占浦东总就业人口的比例达百分之八点九。香港则是众多国际知名银行、保险公司、证券公司等金融机构的亚洲总部所在地，也是全球重要的财富管理市场。截至二零二二年底，香港资产管理总额超过四万亿美元，且三分之二资金来自香港以外的市场。

夏春认为谈国际金融中心，主要是给上海。夏春认为：中央给香港的四大定位，肯定是要发展的，国务院港澳事务办公室主任夏宝龙最近到香港，也强调了这个问题。国内谈金融强国，顺带有国际金融中心这个提法，这个我想主要是给上海。现在上海、深圳、北京在全球的排名也高。上海还是作为核心的发展，前一阵国内好多城市、好多省都把自己列为国际金融中心，其实也挺搞笑的。国际金融中心建设肯定是加强已有的。

上海限制太大

但是夏春同时指出，过去专家也提议在上海怎麼建设一个离岸的市场，但是这几年他们觉得在国内搞一个离岸中心难度也很大。最本质是一个法律问题，虽然人民币在上海的离岸市场自由兑换，在这个问题之外的其他问题没法解决。

梅新育也认为，香港在新中国前期和改革开放的前一半的时期，充分发挥了视窗的作用，随着内地开放程度的增加，香港这个作用现在已经有了明显的削弱。在新的形势下面，香港应该给国家在金融等方面发挥更大的作用。在一个开放的中国的情况下，香港作为中国开放程度最高的金融市场，而且是国际级的金融市场，它应该是有很大的发展潜力，内地一时还实现不了的，只能香港是可以去做的。

梅新育指出，香港一方面跟内地加强一体化，另一方面要充分的保持跟外部市场的联系，在更高的层次上做好桥梁。香港不仅是为中国的发展做出更好的服务，同时也为全球的投资者全球的机构提供更广阔的天地。

保实体经济应对变局

近些年，中国经济在互联网等虚拟经济的加持下，培育了多家巨无霸互联网企业。虚拟经济的发展，确实为中国大众提供了很多便捷，但是与此同时带来了巨大的失业潮。众多实体店铺倒闭，原先繁华的众多商业体纷纷关闭，人潮汹涌的商业中心大幅减少，而苟延残喘的很多商场也主要是靠餐饮和娱乐产业支撑。

二零一一年至二零一五年，中国实体经济总量比重从百分之八十八点零九减少到百分之八十五点六。二零一六至二零二零年，中国实体经济占经济总量降至百分之八十四点三八。

卢麒元认为，金融产品与金融服务，必须为国家的生产和交易流转服务。

刚刚去世的原娃哈哈董事长宗庆後曾强烈表示，虚拟经济不能搞过头，否则会损害实体经济。

宗庆後认为，互联网不仅是重要的平台与工具，而且它的根本价值在於运用技术提升传统实体经济的管理与技术水平。他强调虚拟经济应当服务於实体经济，而实体经济，尤其是制造业的蓬勃发展，乃是国家立足之基、强盛之源与民富之磐石。实体经济是创造财富的根本动力，没有实体经济的财富创造，虚拟经济和金融将无土壤可生长，国家和民众的福祉也将难以保障。

十四届全国人大代表、中国建设银行党委

书记、董事长田国立认为，金融系统要坚决当好服务实体经济的主力军和维护金融稳定的压舱石。全国政协委员、中国人寿集团党委书记、董事长白涛也认为：「要做好数字金融这篇大文章，提升服务实体经济质效，推动我国金融高品质发展。」

中国人民银行资料显示，二零二三年末，获得贷款支援的科技型中小企业二十一点二万家，获贷率百分之四十六点八，比上年末高二点一个百分点。

中国人民银行发布的金融机构贷款投向统计报告显示，二零二三年贷款支援科创企业力度较大。二零二三年末，科技型中小企业外币贷款余额两点四五万亿元，同比百分之增长二十一点九，比同期各项贷款增速高十一一点八个百分点。二零二三年末，获得贷款支援的高新技术企业二十一点七五万家，获贷率为百分之五十四点二，比上年末高零点八个百分点；高新技术企业本外币贷款余额十三点六四万亿元，同比增长百分之十五点三，比同期各项贷款增速高五点二个百分点。

国家战略的倾斜，已经悄然发生作用，近些年众多新型实体门店企业发展迅速。一家致力於中小城市发展的「蜜雪冰城」，经过短短几年发展，全球门店发展超过三万六千家，仅海外门店就超过四千家。蜜雪冰城首轮融资即达到二十亿元人民币，全产业链带动了五十万人就业。目前，蜜雪冰城已成为全球第五大连锁速食店。

回归门市经济

在一些城市的社区内，一些快递柜正在被悄悄拆除。互联网购物平台的迅猛发展，确实给许多人带来了方便，但是同时导致大量小微商店的关门。全民带货，名牌大学硕士生当快递员，这些不良社会导向和现实给中国社会造成了巨大的冲击。

《二零二三年中国电子商务投融资资料报告》显示，二零二三年全国电子商务共发生一百四十八起融资事件，创近五年新低，较二零二二年同期二百七十三起下降百分之四十五点七九；融资金额二百九十一点七亿元，同比下降百分之九。

中国制造越发强大

比亚迪、华为手机等制造业优等生产规模日益扩大，中国制造的名牌拳头产品越来越多。

中国政府曾在二零一五年推出「中国制造二零二五」战略，这份战略由百餘名院士专家着手制定，为中国制造业十年时间内的设计顶层规划和路线图，通过努力实现中国制造向中国创造、中国速度向中国品质、中国产品向中国品牌三大转变，推动中国到二零二五年基本实现工业化，迈入制造强国行列。

没有实体经济的发展，一个国家的财富就不能落到实处，实体经济的发展，离不开政策的支持。

二零二四年政府工作报告中提出经济社会发展总体要求和政策取向：优化融资增信、风险分担、资讯共用等配套措施，更好满足中小微企业融资需求。而李强则把「提高民营企业贷款占比、扩大发债融资规模，加强对个体工商户分类帮扶支援」列为二零二四年政府工作任务。

李强表示，未来政府将深入推进数字经济创新发展。制定支援数位经济高品质发展政策，积极推进数字化、产业数位化，促进数位技术和实体经济深度融合。

金融与实体经济的深度融合，将成为未来中国政府工作的重点。但是，未来中国金融体系仍将可能遭遇国际事件的冲击。

梅新育指出，中国的金融市场金融体系，在面临外部冲击震荡的时候，抵抗力虽然比一、二十年前已经增强的不可同日而语，但相对于设定的警戒标准，仍然存在不容忽视的差距，这是中国必须警惕和预防的问题，而且要考虑到现在是百年未有之大变局，它未来可能还是会遇到更大的大风大浪。■



拒绝来路不明药品

4招看懂药品标示

您是否曾遇过家中长辈买回一些“超神奇”、“超有效”的药品？到底这些药品是否经核准且合法制造？应该如何服用呢？卫生福利部食品药物管理署（下称食药署）提醒，只要掌握4原则，包含认识药品分级制度、看清药品核准字号、遵循医嘱及详读外盒或仿单标示、注意保存期限及废弃药品处理法，就能轻松看懂用药说明。

认识药品分级制度

我国药品依其安全性分3级，为处方药、指示药与成药。“处方药”由医师诊断，开立处方笺，再由药师调剂给药、指导用药方法及注

意事项，且不得在大众媒体广告；“指示药”是民众可自行在药局购买，但须经医师、药师或药剂生指示，并依仿单（说明书）方法使用，常见综合感冒药等；“成药”则不需医药专业人员指示，可自行购买，但使用前应阅读外盒或仿单，如绿油精、白花油及一般止痒外用液剂等。

看清药品核准字号

凡经我国核准且合法制药厂所制造的药品，包装上都有“药品许可证字号”，例如：卫部（署）药输、卫部（署）药制等字样，民众可藉此检查药品是否合法？如对药

品有任何疑问，可上食药署“西药、医疗器械及化妆品许可证查询系统”，查询药品许可证。

遵循医嘱及详读外盒或仿单标示

服用药品前应详读外盒或药品仿单标示的用法、用量及服用时间，及用药後若发生副作用或不适症状应如何处理等，并确实依照医师、药师的指示用药，切勿擅自过量或减量。如有特殊服药方法，请向医师、药师确认清楚。服药後有不适症状或过敏反应（例如皮肤红疹、嘴唇或眼皮水肿、呼吸困难等），应立即停药并尽速就医。

注意保存期限及废弃药品处理法

请注意保存方法，一般建议保存於乾燥通风阴凉处，勿放在阳光下或浴室、厨房等湿热处。若有过期、变质变色或不再使用的药品，应以废弃药品处理流程处理。

食药署再次提醒民众，购买药品应向合法医疗机构、药局或药妆店取得，切勿任意购买及服用来路不明、标示不清、夸大疗效或未经核准的药品。若对于自身用药有任何疑问，可就近至社区药局向药师谘询，以确保您的用药安全及健康。（健康网）

酪梨可搭多食材！

4酪梨盅食谱虾肉都行

又到了酪梨盛产的季节，你喜欢打成酪梨牛奶尬布丁，还是切片沾酱油？对此，农粮署分享，因酪梨味道温和，可制作酪梨盅，建议搭配鸡蛋、鲜虾、肉类及水果，制作4种酪梨盅，可当早餐、中午轻食或下午茶都很棒。

农粮署在脸书“鲜享农YA－农粮署”发文指出，每年6月到翌年是酪梨的产期。其中，6至7月出产的黑美人，散发乳香味；7至9月的红心圆有回甘的滋味等。此外，酪梨味道温和，可制作酪梨盅，与任何食材一起搭配食用，将酪梨切半去籽在中央，放入食材淋上调味酱汁，即可美味上桌：

- 酪梨烤蛋盅（鸡蛋）：将鸡蛋打入酪梨盅，加入番茄丁及起司丝，接着洒入盐、胡椒等香料，用200度烤约10至12分钟。
- 酪梨海鲜盅（鲜虾）：平底锅融化奶

油，放蒜末炒香，放入虾仁炒熟下盐巴，最後填入酪梨盅。

●酪梨猪肉盅（肉类）：首先将肉类腌渍，再加入甜椒与调味料炒香，填入酪梨盅即可。

●酪梨水果盅（水果）：水果切丁、并加入优格及蜂蜜拌匀，填入酪梨盅即可完成。

农粮署表示，酪梨盅美观又方便，是欧洲常见的开胃菜、佐酒菜，不论是鸡蛋、水果、海鲜或肉类都很对味，当早餐、中午轻食或下午茶都很棒。

另，农业部补充，酪梨果肉中富含脂肪，约占果实8.3至22.8%，且其中饱和性脂肪只佔2%，其餘则为不饱和性脂肪。此外，更含11种以上有价值的维生素A、C、B6、叶酸及高量矿物质。（健康网）



白露重润肺清燥！ 调理滋阴保水解忧郁

本周五（8日）将迎来节气白露，天气也将逐渐转凉。上佑中医诊所院长黄上邦表示，此节气易使皮肤及呼吸道变得乾燥，因此养生应着重在润肺清燥、滋阴保水，以及调整体质。另，由於秋天使人感到忧郁，所以平时可使用安神舒压茶，以缓解生活中的压力，同时还可达到宁心安神之效。

黄上邦於脸书粉专“上佑中医诊所Best-blessing”发文指出，《历书》：“斗指癸为白露，阴气渐重，凌而为白，故名白露。”提醒秋季皮肤容易乾燥，依中医养生观点，应着重在滋阴保水，除外在要保水、活化肌肤，使表皮滋润也很重要，前者着重在补水、修复；後者则是重在润燥及清热。平时可用百合、玉竹、枸杞及红枣，依比例调配成润肤茶，以对抗秋燥。另外，白露依中医养生观点，应着重在润肺清燥、调整体质、情绪等。

白露养生遵守3原则

润肺清燥：秋属金，肺亦属金，依中医养生观点，此时应着重在养肺及呼吸道照护。平时除了要起居规律外，搭配打太极拳、慢跑等活动，还可以用西洋参、沙参、麦冬，依比例调配润

肺益气饮，如此将是最佳的养肺方法；又此时外在湿度大幅降低，因此皮肤及呼吸道容易变得乾燥，适度补充水分便格外重要，平时可以西洋参、百合、枸杞及麦门冬，依比例调配成养生补水茶，如此方能达到补水润肺之效。

调整体质：依中医养生观点，白露正是最适合青春期学童服用转骨方的时节，能使筋骨更好吸收，也正好为来年阳气升发之时做好准备。但因每个人体质不同，故仍应遵循医嘱，搭配充足睡眠、规律运动及适度营养，方可事半功倍；此外，转骨方不仅是促进生长，还能调节脏腑及改善体质，唯有经中医师视其体质对症下药，搭配规律作息等双管齐下，能使转骨方发挥最大效用，进而给青春期学童带来最好的帮助。

调整情绪：秋季常会使人感到忧郁，依中医养生观点，七情分於五脏，忧的情志为肺，两者相互影响，忧郁情绪将会导致免疫力降低，长期下来恐伤及肺脏，是以此时培养乐观心情、情绪的调适及规律作息将格外重要。平时可使用玫瑰、芳香万寿菊、合欢及枸杞，依比例调配成安神舒压茶，以缓解生活中的压力，同时还可达到宁心安神之效。

黄上邦提醒，白露除润肺清燥、调整体质、情绪外，日常也可按压合谷穴，有缓解肠胃不适、降低皮肤搔痒之效；耳神门穴有宁心安神之效；商丘穴有健脾化湿之功效。（健康网）

年过30总忘东忘西 6大初老症状教抗老

过了30岁之後，是否觉得记忆力大不如前？体力逐渐衰退中？营养师高敏敏盘点六大初老症状，包括记忆衰退、排便不顺、免疫下降、关节卡卡、腰酸背痛及代谢变差，并针对这些症状提供相对应的营养素和食物，要帮助民众“抗老”。

高敏敏在脸书粉专“高敏敏 营养师”发文指出，人体老化是很正常的，但我们可以早点注意摄取的营养，让老化症状减缓 让身体保持更好的状态。不过，如果长时间不适 还是要及时就医。

●记忆力衰退 经常忘东忘西：要补充卵磷脂、鱼油。

高敏敏说，脑部缺乏营养、老化，会让脑部活动力降低。多吃深海鱼类，补充Omega-3，其中的DHA可以活化脑部细胞；大豆类制品的卵磷脂是神经细胞膜的主要成分，多吃不

仅能提升记忆力，还能改善女性更年期症状。

●大便不顺 经常卡卡的：纤维、好油、水缺一不可。

卫福部膳食纤维建议摄取量为25-30克 / 天，每天5份以上蔬果，并适量添加优质脂肪，例如酪梨、坚果类，增加大便的润滑度，也要喝至少1500-2000c.c.的水，搭配运动，帮助肠胃蠕动。

●免疫下降 经常感冒：要补充蛋白质、锌、植化素。

高敏敏说，制造免疫细胞需要蛋白质参与，选择优质蛋白质，如：豆类、鱼肉。锌有助於生长发育、维持免疫系统。

不同颜色的蔬果，有不同的植化素功效，都能有效抗发炎、抗老化。

●关节卡卡 活动有异常声音或没那麽灵敏：要补充鱼油、葡萄糖胺，

高敏敏表示，关节的软骨会随着正常老化，出现磨损的情况，有时可能是生活姿势有误，导致关节承受过度压力，可以多进食甲壳类、山药、海藻等食物来摄取葡萄糖胺（软骨基质、关节液的主成份之一）。

鱼油则含有抗发炎效果，减少关节发炎的疼痛不适。

●腰酸背痛：要补充钙、维生素D、镁。

人因老化导致骨质流失是很正常的，但若是没有及时补充，老年後会提升骨折风险，可以透过多喝牛奶补充钙质。吃芝麻、多晒太阳增加维生素D 帮助钙质吸收。而绿色蔬菜也有帮助神经传导及肌肉运作的功效！

有足够的肌力才能支撑全身骨骼。



●代谢变差：要补充维生素B群、C、水。

高敏敏表示，维生素B在消化食物、制造能量、代谢扮演著重要的角色，可以有效将脂肪、碳水、蛋白质转变为能量。维生素C可减少

自由基的伤害，帮助胶原蛋白等组织合成。

而想维持良好的新陈代谢，必不可少的就是足够的饮水！调整良好的睡眠作息、充分的运动，也会对新陈代谢有所助益。（健康网）

三道护胆料理食谱

胆石急性期术前後这样吃



因此针对胆结石三个病程时期设计简易的食谱，在家就可以方便准备。就算家中不开伙，也可依照这样的概念做外食点选。

急性发作期—可以吃蔬菜蛋花粥

急性发作期必要会采取禁食，目的是不要再引发剧烈疼痛，医生会视状况给予静脉营养注射。待病况好转，会以流质无油饮食为主，食材上尽可能的以不含油为主，鸡蛋一天仅一颗。

步骤：
米、青菜、鸡蛋先洗净。

将青菜切一小段，鸡蛋打好放入碗中备用。

把水跟米到入锅中，以中火煮至米粒软後再倒入青菜，改小火煮约两分钟。再倒入蛋花，小火滚一分钟後关火。最後加入少许盐巴即完成。

营养厨房小技巧
煮好後不要盖上锅盖，否则青菜容易变黄。熬煮时要经常搅动一下，避免锅子黏锅。想要更快速的方式也可以用煮熟白饭或冷冻饭熬煮。

等待手术期—可以吃蔬菜蛤蜊汤面

当医师指示须要手术摘除胆，等待开刀期间为了避免再次发作疼痛难耐，可以采用“极低油饮食”。烹调主要以清蒸及水煮，若额外添加食用油，一天不超过两茶匙（一茶匙5公克=1/3免洗汤匙）。可以把一天用的油装在喷瓶中就不担心过量喔。

作法：
蛤蜊买回後可以用盐巴水让它吐沙一个小时，吐乾淨後清洗备用。
青菜、姜及葱洗净。
青菜切段，姜切丝，葱切碎。

病程三階段

急性期

手術期

恢復期

照顾病人不只辛苦，最让人不知所措的是“准备食物”。光在诊间听到医生告诉你这个不能吃，那个要注意，最後拿一张没有温度的卫教单给你，顿时脑袋空白，两眼放空，走出诊间更不知道该如何是好？心里又担心吃的不营养该怎麽办？

水滚後放入面，约滚5分钟，再加入青菜及蛤蜊，待蛤蜊开後关火。

放少许盐，撒上葱花即可食用。

营养厨房小技巧

蛤蜊煮太久容易老，因此可以最後与青菜一起放，开後即关火，口感最适合。若外食可以告诉老板都不加任何油。

术后恢复期—可以吃蒸蒜泥白肉

术後一两周内，建议先采无油饮食，直到没有腹泻、腹胀、恶心、疼痛後，再以低油饮食，每日饮食中的脂肪量低於50公克。虽然之後可以正常饮食，但高油高脂食物对身体仍会造成负担。

作法：
蒜头拍碎切成泥，葱切葱花，姜切末。
电锅外锅放半杯水，将肉片放於盘中，蒸至电锅跳起。

把蒜泥、姜末与酱油膏拌匀，淋在肉上。最後撒上葱花，完成。

营养厨房小技巧
火锅瘦肉片也可以用猪後腿瘦肉取代，买回来後须先将肉稍微川烫，去除杂质再蒸。若家中无电锅也可以川烫的方式。喜欢吃泰式口味的人可以把酱油膏换成柠檬就变成泰式凉拌肉片。（Heho健康）



洗澡後擦乳液最能含水

皮肤怎么降低发作



异位性皮肤炎虽然透过药物可以稳定控制，但往往只要一停药就容易复发，如果儿童能耐强烈的搔痒感，往往会把皮肤抓的鲜血淋漓。万芳医院小儿过敏免疫科林鼎智医师表示：“事实上异位性皮肤炎除了药物治疗之外，还有许多日常生活的因素，会影响治疗的成效。”

虽然药物對於控制异位性皮肤炎有很大的重要性，但更重要的是日常生活的调整，包含饮食、衣物、起居都会大大影响，林鼎智建议若能做到以下几点，能大幅提升疗效。

禁忌食物少食用 降低过敏可能性

轻度病人需避免加工食品，例如：罐头、零食等，原型食物则视过去病史决定，若曾经吃过後数小时内发生明确过敏，才需限制食用。中重度患者若经药物治疗仍有困扰的症状，像是严重搔痒感，除了加工食品外，需考虑避开“组织胺”含量高的食物如：

腌渍类食物：泡菜、酱瓜
烟熏类：火腿、香肠
发酵类：酒、醋、乳酪
带壳海鲜
坚果类
微波食品
小麦制品

积极保湿不乾燥 皮肤锁水量是关键

林鼎智解释：“异位性皮肤炎病人因皮肤保湿因子缺失，导致屏障受损，因此外来刺激物、过敏原、细菌、病毒、霉菌等容易入侵，造成皮肤发炎的机率大幅提高。”

研究显示，每天擦保湿剂像是乳液、乳霜或油膏两次以上，能显着提升皮

肤锁水量，加强皮肤屏障。尤其在洗澡之後五分钟之内擦上乳液，更能帮助皮肤维持最高含水量，有效预防异位性皮肤炎发作。不过即便皮肤情况已经好转，仍需勤擦保湿，预防复发。

搔痒感来袭怎么办？这些方式有效止痒

异位性皮肤炎皮肤屏障功能有缺陷，导致更严重的发炎，让“痒”的感觉更强烈，加深病人想“抓”的欲望，一抓之下，又导致皮肤完整性被破坏得更严重，形成恶性循环。

所以积极止痒對於病人尤其重要，应遵照医嘱擦药，医师也会视情况给予口服止痒药物。若突然觉得很痒、痒到受不了，可用乾淨湿毛巾冷敷止痒，取代搔抓，较小的孩子可使用防抓痒衣物、定时修剪指甲。

留意温、湿度！汗水也算是刺激物

过度乾冷与湿热都不好，對於异位性皮肤炎患者来说室内温度应维持在摄氏22-24度之间，湿度则维持在50-60%。

另外，衣服建议穿棉质，也要避免毛衣或合成衣物，塑化剂、清洁剂、香料、化学物品都要避免接触，包括像是游泳池的氯水也会刺激，每次游泳完必须马上用清水淋浴，冲去身上的氯水。汗水是最常见的刺激物，夏天外出时建议携带湿毛巾随时按乾汗水，禁用湿纸巾。

林鼎智坦言：“最常见治疗失败的原因，是病人或家长因担心药物的副作用而中断治疗，尤其是儿科病人。”

事实上因新一代类固醇药膏问世，药物只有极微量会透过皮肤进入血液循环，不容易造成副作用，且受过专业训练的医师對於病人会精准选药并调整剂量，用最少的暴露量来达到最大的疗效。

（Heho健康）



头痛腰痛脖子皱纹

拯救颈椎从3对策做起

低头角度对脖子带来的负担

0度：4-6kg
15度：12kg
30度：18kg
45度：22kg
60度：27kg

靠着墙自我检查有没有手机颈

郑信义表示，脚後跟、屁股、肩胛骨、头部等4个点贴於牆面站直。这时，若头部後方无法贴於牆面，即是手机颈了。若头部後方能贴於牆面，但觉得胸口难受、呼吸困难，维持姿势很难受的话，也怀疑是手机颈。

预防手机颈的方法

手机颈好困扰！除了使用3C产品以外，郑信义特别提醒，专注於烹饪与打扫等家事，抱小孩…等，也容易变成前倾的姿势，需要特别注意。而对常常感到颈部疼痛、怀疑自己罹患手机颈的民众，竹谷内康修提供了以下的预防对策给各位参考：

手机颈对策1：调整看手机、平板、笔电的高度

许多人没注意，使用手机、平板的时候，常常会将它们放在在胸口、腹部的位置，这样的话，就会造成驼背、对颈部带来负担。建议尽可能地放在视线之上的位置，从正面观看较好。

有桌子的时候，可以用手肘撑着手机使其位於视线高度。若是平板，使用支架也是个有效方式。笔电则可以架在箱子或支架上，若不易打字使用，则可以活用外接键盘。

手机颈对策2：尝试更换或调整椅子

要使用正确的坐姿，选择椅子是非常重要的。特别是长时间持续坐在椅子上的情况，最好挑选能椅子靠背有做到肩膀，能支撑整个背部的椅子最为合适。若是在公司等无法改变椅子的环境，则可以在腰部的位置放条毛巾或靠垫来调整。

手机颈对策3：调整睡觉枕头高度

枕头的高度不合的话，睡觉的时候也会对脖子带来负担。理想的情况，挑选的枕头要将颈部的形状与头部的位置维持得和站立时相同。颈部的部分隆起，使得头部後方下陷的枕头不要选。枕头的材质则随个人喜好，若是选择羽毛枕等容易下陷的枕头，则应选择下陷後仍能维持颈部高度的枕头。除了预防外，将手部放在左肩将锁骨往下压，固定胸大肌後，就可以抬抬头部、向上、左方、右方伸展颈部，放松胸锁乳突肌啦。（早安健康）

李龙基突现身广州拒合照

网民狂酸：不用监狱探老婆

73岁李龙基近日因未婚妻王青霞 (Chris) 涉逾期居留及学历造假等事件而成为全城焦点，目前王青霞还押于女惩教所，他早前风雨不改前往探监。不过日前有网友在广州偶遇李龙基，大爆对方拒绝合照，更揶揄“为什么你不用去监狱探老婆？”

根据上传的照片显示，李龙基和一男一女同行，男子手上拿著脚架，女子疑似是助手。

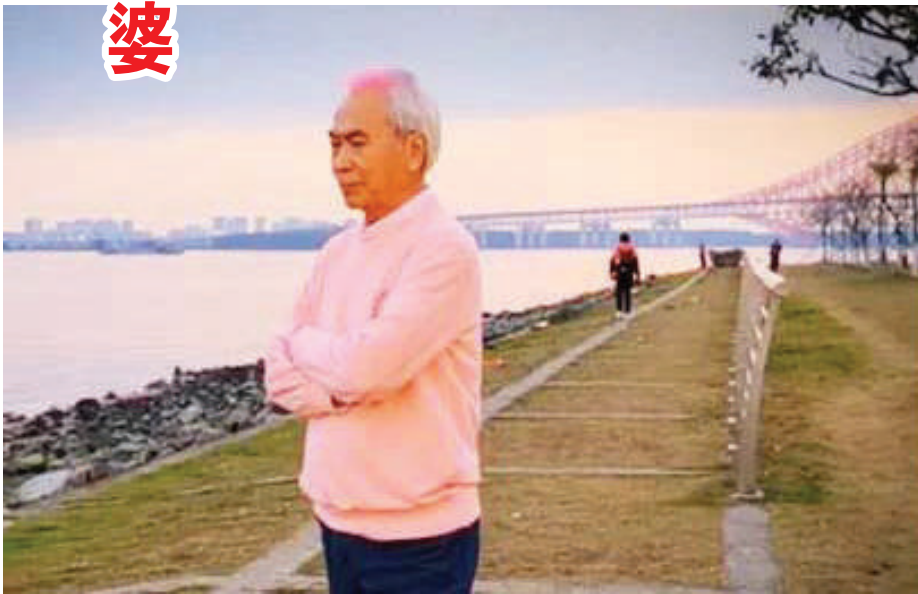
该网民揶揄，“为什么你不用去监狱探老婆？‘提款基’惊现南沙游艇会，他不是日日要去探霞姨咩？可能你都觉得看了也是救不到，倒不如回大陆拍片赚钱过好啦。”

他表示，有粉丝要求合照，但遭到李龙基拒绝，“基哥和我们一样，都有点薯条吃喔！但是他狠心拒绝和店里阿姨的合照，阿姨很失落她走开了！我心想：有人和你合照你执 (赚) 到

啦！”

结果不少网民都留言揶揄，“原来这么大规模的”、“一开始大家以为他是提款基，哪里知道他是计算基”。

其实李龙基早前曾宣布为未婚妻而封口，但近日他已陆续重投工作，除了将于本月底举行迷你音乐会之外，还将会在下周推出新歌，日前他就率先发布新歌《云淡风轻》MV预告片，从预告片中可见，他于日落时分在大草地拍摄，并独自吹口琴，歌词内容是他的心声，当中一句“原来最真最好，只需简约清淡”看来就是他自身的写照。不过原来李龙基在MV中的造型正正与被网民捕获当日的一样，同样是身穿粉红色卫衣衬粉红色恤衫，染了招牌粉红色头发，其实他曾透露上月到广州电视台工作时，原本计划顺便拍摄MV，但因未婚妻出事才押后。(东方网)



撑完2场演唱会 林俊杰演出中途 上救护车

金曲歌王林俊杰“JJ20世界巡回演唱会”，3月9日、10日从成都开跑，不过他却在开唱前夕不慎感冒发烧，为了不让歌迷失望，他硬撑上台，并在现场和粉丝道歉，他于昨日 (14日) 分享演唱会后台vlog，可看到他中场还到救护车上做喷雾治疗，来维持好状态。



林俊杰在巡演前严重感冒还发烧，事先便已透过网路向粉丝道歉，开唱后也坦承状态不是最好，对当日到场的观众表达歉意。

他14日分享演唱会后台“JJ20 VLOG 第20集”，原来早在演唱会前段时间就已感冒，本以为已经完全康复，但抵达成都后似乎又有点著凉，在体虚的情况下，9日起床后便开始发烧，下午彩排时甚至发不出声音，所幸吃了药之后略有好转，还算顺利地完成了第一天演唱会。

不过第2天他病情加重，打了点滴也没好转，身体相当虚弱，精神也相当疲惫，但他仍坚持开唱，并且为了维持状态，他在中场时到后台救护车进行喷雾治疗，并且补充糖分，结束时连自己都惊讶：“我竟然唱到现在还可以唱。”

他事后也发文，坦言上台前很恐慌，“身体里的每一个细胞都在警示我：不要上台，可是心里清楚知道，舞台是我的家，哪怕就剩下一口气，我也要把那口气用在舞台上”。

演唱会vlog公开后，粉丝都相当心疼和不舍，“我真的哭死，哪怕多休息一会也好啊”、“谁懂，看到后面全程哭到结束”、“谢谢你这么难受的情况下还坚持唱到底”。

他也表示“成都连两晚的经历绝对毕生难忘！是你们的热情和鼓励让我撑到了最后，我的家人、朋友、团队，还有我的JM，你们是支持我前进的动力”，感谢观众的热情、鼓励让他撑到最后。他本周也将在杭州继续开唱。(东方网)

五月天重返鸟巢开唱10场 相信音乐回应了



五月天演唱会全程直播，火速吸引6万粉丝上线抢看。

五月天本月底将迎来成军25周年，也将在高雄世运开唱。而近来微博有网友爆料指称他们5月中将在北京鸟巢开唱，且是一口气开10场。消息一出，让不少歌迷都期待不已，对此，相信音乐也回应了。

据《ETtoday星光云》报道，近来微博盛传五月天将在鸟巢开唱，时间将是5月18日到6月1日，而这也是五月天去年陷入风波后，再度回到中国开唱，让粉丝纷纷兴奋不已。

对此，相信音乐表示：“一切以官方消息为准。” (南洋网)



神隐8个月现身 传那英参加《歌手4》回归

56岁那英去年经历两大波争议，隐身8个月，最近爆出将参加《歌手2024》博复出！

那英早前深陷争议，除了跟男歌手刀郎的昔日恩怨，她亦被牵扯近《中国好声音》节目组霸凌李玟的风波。自去年7月13日后，她的个人社交媒体全面停更，至今已有8个月。

有网友指出，那英的短视频账号下在这期间出现了超过1000万条留言，其中90%都是差评，更传出诸多揣测，指她被中国娱乐圈封杀、携款

去国外发展、被调查等等，但她一直没有做出回应。

“消失”整整8个月后，有媒体人于周二 (12日) 拍到了那英和好友华晨宇挽手出门，很快冲上了热搜，引发网民猜测“2人是不是要一起参加活动了？”

另一方面，网上传出中国湖南卫视停播几年的经典节目《歌手》将推出2024年版本，嘉宾阵容据传也已经尘埃落定，那英的名字赫然出现在首发名单上，因此有指她打算借机复出。(东方网)



章子怡现身新戏煞青宴

感谢陈可辛 “给重生机会”

影后章子怡2023年无预警宣布与歌手汪峰结束8年婚姻，震惊外界。近日她出席主演电影《酱园弄》煞青宴，哽咽发言感谢导演陈可辛给予她重生的机会。

由陈可辛导演执导的《酱园弄》正式杀青，女主角章子怡参加煞青宴时更一度哽咽说：“感谢导演一直坚持在做《酱园弄》，感谢您一直认为我是唯一的选择，感谢您给了我重生的机会，我相信对我来说，这是人生的一个新的起点。”

此外，章子怡感慨表示陈可辛导演第一次在上海告诉她要拍这部电影时，自己还没有女儿醒醒和弟弟，这一路发生了很多变化，并感谢导演陈可辛“一直以来的坚持”。

《酱园弄》由陈可辛执导，章子怡、雷佳音和赵丽颖等主演，改编自民国四大奇案，讲述一起震惊全国的杀夫案，而章子怡在片中饰演詹周氏，也就是杀夫的女主角。(南洋网)

Office : +62 21- 63868348, +62 21-6338139, Fax: +62 21-6348232
Email : info@harian-indonesia.com - Website : www.harian-indonesia.com
訂閱請聯絡: +62 -81806085711 (Sicilia)

WWW.CIAKPO.COM

得了早期絕症还有救吗？

增強身体免疫力 抑制血管增生
克服壞细胞防止扩散

林永发

营养师

微信号: 二維碼

Pancoran Chinatown Point LG.03 免費諮詢 +62 811 56 9803

修理沙發

傢Servis Sofa
俚Kursi Putar
5663968 - 0878 9735 6299

專修上門修理雪櫃

Reparasi : Kulkas, Frezzer,
Showcase, Undercounter
A Wie 溫 (Wie Untariady)
0818 194 564, 0851 0211 2192

AHLI BOCOR RUMAH

專修漏房屋建築,擔保
聯系電話: 0812 1335 1401

MERLYNN PARK HOTEL
021-300.26.888, 021-631.9999

BIG SALE

Kunjungilah Pameran Kami
SINAR DJAKARTA
Grandfather Clock Collection

JAKARTA DESIGN CENTER
LOBBY LT 1
28 JAN - 08 FEB 24

HARGA MULAI Rp. 2.999.888,-
CICILAN 12X Rp. 249.990,-

DISCOUNT 50%+10%
CASH BACK 5%

BAWA PULANG LANGSUNG
JAM ANTIK BAYAR BELAKANGAN
0% mandiri kreditplus VISA

SEGALA JAM ANTIK KAMI ADALAH AHLINYA

SHOWROOM:
Jakarta Design Center, Slipi, Jakarta. Telp: 021 - 5720403

Hadirkan Grandfather Clock dirumah anda, utk memperindah diruang tamu anda dan selalu datangkan keberuntungan menurut nenek moyang kita, karena mesinnya bunyi tik tok tik tok, seperti alat hitung uang pada zaman dahulu kala.



刘洪波（右六）把中国-印尼新能源汽车现代工匠学院牌匾授予饶兴盛（左八）时与双方代表合影。



授牌仪式后合影。左起：饶顺伟、陈辉丽、李谦、郭爱珍、饶兴盛、刘洪波、覃京翎、刘汉源、罗紫馨。

柳州城市职业学院代表团拜访必利达一校 暨举行中国-印尼新能源汽车现代工匠学院授牌仪式

廖子建 报道/摄影

（雅加达讯）柳州城市职业学院副院长刘洪波率领的一行六人代表团，包括国际教育学院院长李谦、汽车与工程学院院长覃京翎、招生与就业管理处副处长刘汉源、国际教育学院外事干事罗紫馨及宣传部部长喻馨锐，2024年3月15日（星期五）上午10时莅临必利达一校，受到董事长饶兴盛、财政郭爱珍、饶顺伟、陈辉丽等学校领导的热烈欢迎。

饶兴盛董事长说，首先欢迎柳州城市职业学院代表团访问必利达一校，柳州城市职业学院代表团这次访问必利达一校，是向同学们提供全免奖学金，包括学费、教科书、住宿等。同时为面对时代的潮流，介绍新能源汽车现代工匠学院的一些科目，包括电动汽车、无人机。如果同学们有兴趣欢迎到广西城市职业学院就读。

刘洪波院长说，我与饶兴盛董事长的友谊已经超过20年的时间，这次再度拜访必利达学校，也希望同学们有机会到广西柳州城市学院参观、交流、学习、留学，我们将为各位同学提供最好的服务，欢迎大家到柳州旅游。

国际教育学院院长李谦介绍中国-东盟现代工匠学院。他说，这家学院旨在进一步做强广西职业教育特

色品牌，为中国企业走出去提供职业教育培训服务，该校自2015年率先设施伴随企业走出去国际化产教融合计划，支持上汽通用五菱汽车在印尼投资建设中国第一家汽车制造工厂，与企业以及印尼职业学院共同创建“中印尼汽车学院”印尼中上汽通用五菱汽车教育培训中心“印尼中上汽通用五菱汽车教育培训基地”等校企合作平台。为创新打造的“中国-印尼新能源汽车现代工匠学院”奠定的建设基础。



饶兴盛董事长致辞。



刘洪波副院长致辞。



李谦院长介绍国际教育学院。



罗紫馨致辞。



双方领导与必利达一校部分学生合影。

印尼华裔总会海南办事处揭牌成立

印尼华裔总会海南办事处14日在海口全球贸易之窗揭牌成立，将为双方经贸交流搭建更加高效的桥梁。

印尼是海南在东盟重要的经贸伙伴，近年来双方合作持续深化，人员往来日益频繁。目前，印尼已成为海南企业在东盟国家的主要投资目的地，印尼火船集团等企业也纷纷进入海南。

印尼华裔总会总主席黄德新表示，海南正在建设自由贸易港，对印尼企业是重要机遇，双方在贸

易、农业、医药、建材等领域的合作空间广阔，“希望充分依托海南的区域和政策优势，加强经贸合作，带动印尼的产业发展。”

全球贸易之窗是海南自贸港打造的全球招商引资和国际贸易孵化平台。全球贸易之窗管理有限公司董事长万明说，该平台密切与海外商协会合作，已与包括印尼华裔总会、英国中华总商会、马来西亚-中国总商会在内的11家海外商协会互设商务代表处。（中新社）



3月14日，印尼华裔总会海南办事处在海口全球贸易之窗揭牌成立。

中德医疗机构强化合作 促进中医药“出海”

德国专家在感受刮痧灸筒。



我想与广东的医院合作，这样可以学习针灸疗法的优秀经验，也许我们还可以一起做科学研究，那也是很棒的主意。”德国埃森米特医院整合医学部主任马克·沃纳14日在广州表示，当天签署的合作为双方共同开展草药治疗、科学研究、中西医结合等多方面的系统性合作搭建了桥梁，具有里程碑式意义。

广东省中医院(广州中医药大学第二附属医院)中德项目集中签约仪式当天在广

州举行。广东省中医院与德国富尔达大学附属医院、德国埃森米特医院(德国杜伊斯堡埃森大学教学医院)、德中健康管理协会签订合作协议与意向书，将在人才培养、科学研究、品牌传播、中西医融合等方面进行广泛合作，进一步促进中医药走上国际舞台。

广州中医药大学副校长、广东省中医院院长张忠德表示，在德国医院协会引荐下，医院已连续3年与德中健康管理协会合作，通过

共同举办中德中医药大会，开展海外宣传，吸引了众多德国医疗机构、中医药爱好者关注。广东省中医院将借助广州中医药大学优质的教育资源、一流的人才力量，培育优质的国际科研项目及优秀的国际型人才队伍。

德中健康管理协会会长米歇尔·德拉海姆表示，德国希望携手广东省中医院在中医药领域开展深度交流合作，特别是围绕中医药应对社会老龄化带来的挑战方面。接下来，合作方将通过各自在医疗健康领域的经验，共同推动德中中医药发展。

本次德方代表团由研究所、医院和诊所组成，自3月11日起在广东省中医院进行了为期3天的实地考察、交流，围绕中医药如何进行防病治病的实例和成效、中西医结合优势病种、中医药在两国医疗卫生合作中的优势作用等方面，走进多个专科进行深入了解。（中新网）

成都市成华区侨联走访调研 龙潭机器人产业园涉侨企业

为做好“蓉侨荟”服务进企业相关工作，近日，成都市成华区侨联党组书记张明波带队到龙潭机器人产业园涉侨企业四川千里倍益康医疗科技股份有限公司走访调研。

四川千里倍益康医疗科技股份有限公司副总经理蔡秋菊首先代表企业向张明波一行的到来表示热烈欢迎，陪同调研组一行参观了生产车间和产品展示，并在接下来的座谈中，就公司的历史、生产经营情

况、科技创新、市场拓展等方面作了详细介绍。

张明波重点就成都市成华区“蓉侨荟”整合区内侨界高层次人才资源优势和驻区高校、产业功能区等技术平台资源优势，深化校企地协同创新和项目合作等工作进行了介绍，并表示，成华区侨联将进一步加强与涉侨企业的联系沟通，希望企业通过“蓉侨荟”服务平台推动企业的科技



走访调研现场。

创新成果转化落地，实现又好又快发展，为成华高质量发展作出更大贡献。（中国侨网）



座谈会现场。