

中央网信办开展“清朗·未成年人网络保护”专项行动

新华社北京 7 月 20 日电 记者 20 日从中央网信办获悉，为进一步加强未成年人网络保护，营造风清气正的网络空间，中央网信办在全国范围内部署启动为期 4 个月的“清朗·未成年人网络保护”专项行动。

中央网信办有关负责同志表示，本次专项行动分两个阶段开展。第一阶段为“清朗·2026 年暑期未成年人网络环

境整治”专项行动，抓住暑期关键时间节点，聚焦信息内容生产传播全流程、全链条，集中力量整治网上涉未成年人乱象问题，防范化解各环节潜在风险隐患，为未成年人欢度假期营造健康安全的网络环境。第二阶段为“清朗·整治侵扰未成年人身心健康的网络信息”专项行动，从严从细排查可能影响未成年人身心健康的各类乱象问题和突出风

险，压实网站平台主体责任，规范网上信息内容呈现。

据悉，第一阶段将重点整治发布、互动、营销三个环节的突出问题。包括：编造毒动画，利用 AI 技术恶搞经典动画形象，刻意放大暴力恐怖元素；利用“预售享优惠”等话术诱导未成年人转账汇款，实施网络诈骗等。第二阶段将着力规范平台推荐行为、学习教育版

块和未成年人模式建设。

中央网信办有关负责同志表示，开展专项行动是保护未成年人网络合法权益、护航未成年人健康成长的重要举措。各地网信部门要持续跟踪把握涉未成年人网络乱象的具体表现和最新动向，压实网站平台主体责任，强化违规处置和警示震慑，有力净化未成年人上网环境。

国家文物局要求博物馆暑期实事求是开展预约工作

新华社北京 7 月 20 日电 记者 20 日从国家文物局获悉，国家文物局办公室近日印发关于做好 2026 年暑期博物馆开放服务工作的通知。通知要求，各博物馆应实事求是开展预约工作，对具备安全承载能力和错峰分流条件的场馆，原则上取消预约限制；确需保留预约的场馆，应简化预约操作流程，畅通预约渠道，缩短观

众排队等候时间。

通知提出了强化安全管理、优化便民举措、丰富服务供给、规范参观秩序、加强监督引导等五方面要求。

通知强调，各级文物行政部门应会同文化执法、公安、市场监管、网信等部门，建立健全常态化联合监管机制，持续开展打击“黄牛”囤票、倒票等违法违规行。完善预约履约

监督和信用管理制度，对恶意抢票、频繁爽约等行为依法依规采取限制措施，维护公共资源公平合理分配。

通知还要求结合正在开展的全国国有博物馆安全管理专项行动，严格落实藏品保管规章制度，加强对展厅、藏品库房和临时保存藏品区域的实时监控与防护，全面排查整治安全

促家政服务业发展

9 部门出台多项举措

新华社北京 7 月 20 日电(记者王聿昊 谢希瑶)记者 20 日从商务部获悉，商务部等 9 部门近日印发关于促进家政服务业高质量发展的若干政策措施，旨在破解当前家政服务业发展面临的堵点难点，推动行业高质量发展，促进家政服务消费。

在加大对家政企业的支持力度方面，若干政策措施明确鼓励保险公司开发适合家政服务业的保险产品，引导家政企业参与长期护理服务体系建设，健全灵活就业人员社保制度，提高灵活就业家政服务人员参保率。

鼓励制度创新实践是政策一大亮点。若干政策措施提出支持有条件的地方结合实际依法探索家庭直接雇佣的家政服务人员休息时间、隐私保护等权益保障的有效路径。支持有条件的地方探索制定家政企业用工指引，发布家政服务规范协议。

在强化职业技能培训方面，若干政策措施明确修订完善家政服务相关职业(工种)国家职业标准，优化职业技能等级认定方式。支持行业协会开展家政服务人员职业技能等级认定。

在健全信用信息平台体系方面，若干政策措施提出强化信用信息核查功能，加强信用信息共享。

为夯实行业发展基础，若干政策措施明确完善合同示范文本，强化标准研制与应用，推动开展服务质量评价，加强价格监管。

2026 世界人工智能大会闭幕

7 月 20 日，在世博展览馆心灵巧手展位，参观者观看机器人弹奏钢琴。

7 月 20 日，2026 世界人工智能大会暨人工智能全球治理高级别会议在上海闭幕。新华社记者王翔 摄



健康讲堂

母乳喂养：双向健康增益，构筑女性乳腺天然防护屏障

□陈飞(桂林医科大学第一附属医院乳腺甲状腺外科副主任医师)

引言

乳腺癌已成为全球女性发病率第一的恶性肿瘤。世卫组织 2022 年数据显示，当年全球乳腺癌新发病例约 230 万。高发地区女性终身患病概率可达 1/8，且发病呈年轻化趋势，中青年患者逐年增多。日常预防乳腺癌可通过规律运动、均衡膳食、戒烟、定期乳腺筛查实现，而母乳喂养这种无副作用的天然防护方式常被忽视。母乳可为婴儿提供营养与免疫保护，大量研究证实，哺乳还能降低母亲乳腺癌风险，实现母婴双向获益。本文结合权威研究，介绍哺乳保护乳腺的生理机制，并为普通女性、乳腺癌康复者提供科学喂养建议。

一、循证研究证实哺乳可降低乳腺癌风险

世卫组织汇总 50 余项大型研究发现，有哺乳经历的女性，乳腺癌发病风险比从未哺乳者低 20%。哺乳的防癌效果具备累积效应，累计哺乳每满 12 个月，患病风险再下降约 4%；累计哺乳 1 至 3 年，乳腺防护效果达到峰值。即便仅短期哺乳数月，也能形成基础保护，且该保护作用长期有效，女性进入更年

期这一乳腺癌高发阶段，患病风险依旧更低。不同乳腺癌分型的防护效果存在差异：临床最常见的激素依赖性乳腺癌，哺乳可降低 20%-25% 发病风险；恶性程度更高的三阴性乳腺癌风险可下降 10%-15%。

二、哺乳防癌四大生理机制

哺乳降低癌变风险依靠四重生理保护机制：第一，促进乳腺细胞完整分化。未孕哺乳女性乳腺上皮细胞尚未成熟，易发生基因突变。完整孕哺过程促使乳腺细胞稳定成熟，减少异常增生癌变的基础。第二，减少雌激素持续刺激。高雌激素长期刺激是乳腺病变核心诱因，哺乳期泌乳素升高抑制排卵，雌激素分泌减少，减轻乳腺细胞持续受损。第三，乳汁冲刷疏通乳腺导管。泌乳时导管通畅，代谢废物随乳汁排出，减少有害物质堆积，减轻慢性炎症损伤，该物理清洁无法依靠药物实现。第四，断奶后乳腺自我修复。停乳后乳腺进入复旧阶段，泌乳细胞有序凋亡，机体同步清除存在突变隐患的异常细胞，完成生理性修复清理。

三、科学哺乳建议，无需过度焦虑

世卫组织建议新生儿前 6 个月纯母乳喂养，6 个月添加辅食后持续哺乳至两岁或更久。单从防癌角度，累计哺乳满一年即可获得明显保护。但职场压力、乳汁不足、产后疾病等现实问题，让很多女性难以长期哺乳。母乳喂养是健康选择而非硬性责任，不必因此产生心理负担。无法哺乳的女性，可通过控制体重、规律运动、限酒、每年乳腺体检、保持情绪平稳等方式降低患病风险。

四、乳腺癌康复者哺乳个体化指导

有生育哺乳需求的康复患者，需结合治疗方案评估，遵从专科医生指导：仅保乳手术未放疗，大多可正常哺乳，术侧泌乳量偏少但乳汁安全；术后接受乳房放疗，患侧腺体纤维化基本失去泌乳能力，健侧可正常哺乳；完成化疗需等待 3-4 周以上，且经医生确认药物代谢完毕再哺乳；长期服用他莫昔芬等内分泌药，会干扰婴幼儿发育，不建议哺乳。有备孕计划者需提前和主治医生沟通制定方案，既不用恐惧哺乳加重病情，也不可擅自中断抗肿瘤治疗。

五、乳腺健康日常注意事项

条件允许尽量母乳喂养，短期初乳喂养也能兼顾母婴健康，不必强求喂养时长，以自身身心舒适为先。哺乳期间密切观察乳房，淤积硬块疏通后可消退，若出现长期肿块、乳头血性溢液、乳房凹陷、橘皮样皮肤，要及时就诊。哺乳仅能降低患病风险，无法完全避免乳腺癌。40 岁以上女性每年做乳腺超声或钼靶；有家族史、乳腺不典型增生等高危人群，需提前开展年度筛查。

结语

母乳喂养是天然抚育方式，兼顾母婴健康。哺乳通过稳定乳腺细胞、减少激素刺激、排出组织毒素，为女性建立乳腺保护屏障。乳腺疾病预防需要健康作息、定期筛查配合母乳喂养，多种方式协同，能最大程度减少患病风险。育龄女性可结合工作、身体、家庭情况理性选择，不必勉强，无需自责。

温馨提示：本文仅为科普参考，不能替代临床医师诊疗意见。若乳房疼痛、出现不明肿块、异常溢液，或有乳腺肿瘤家族史，请及时到正规医院乳腺专科检查。