

神二十一乘组“最长太空出差”归来后首次公开亮相

新华社北京8月5日电（刘艺 占康 黄一宸）创造单个乘组在轨驻留时长纪录的神舟二十一号航天员乘组，5日下午在北京航天城举行的记者见面会上分享了他们独特的太空经历。

这是张陆、武飞、张洪章3名航天员太空归来后的首次公开亮相。

从2025年10月31日奔赴星河到2026年5月29日返回地球，神二十一乘组在太空度过了210天，创下单个乘组在轨驻留时长新纪录。其间，他们圆满完成3次出舱任务，开展了大量空间科学实（试）验，亲身经历和见证了我国载人航天工程史上首次太空应急行动。

“驻留期间，我国载人航天工程的天地应急体系经历了实战考验。无论是飞船遭受空间碎片撞击的处置、驻留周期动态调整、乘组换船返回，还是应急发射组织实施，整套体系环环相扣、无缝衔接，为我们构建起有效的安全保障。”指令长张陆说，感受最深的就是中国航天的从容自信，严谨细实、精益求精的科研作风，攻坚克难、众志成城的大协作精神。

张陆先后执行神舟十五号、神舟二十一号两次飞行任务，累计完成7次舱外作业，是目前我国执行出舱活动次数最多的航天员。

曾参与天和核心舱、问天实验舱研制工作的武飞，在本次任务中在轨亲手操作当年反复调试检修的设备。他说：“地面工作积累的经验，都化作了我在轨精准操作、沉着判断的底气和信心。”

载荷专家张洪章分享了在太空做实验的难忘经历。本次任务，他见证了在轨实（试）验的多项突破：国内首次实现樱桃番茄和小麦在轨气雾培养，首次实现了小鼠的空间密闭在轨饲养，验证了光谱和水肥的高效利用等关键技术。

繁重科研任务之余，乘组还在轨栽种小麦、向日葵、番茄、红薯、薄荷等10余种作物，在中国人的太空家园耕耘

出一片“桃花源”，不仅验证和完善了在轨种植技术，也给高强度的太空生活增添了不少乐趣。

记者见面会由中国航天员科研训练中心举办。据介绍，在中心科研保障团队的精心照料下，神舟二十一号乘组身心状态良好，肌肉力量、耐力和运动心肺功能基本恢复至飞行前水平，目前转入恢复观察阶段。待完成任务返回后恢复期健康评估总结，他们将转入正常训练和工作。

神二十一乘组会上表示，将不忘初心，接续奋斗，以更饱满的状态迎接新任务，向着更深远的太空勇毅前行。

我国发起首例对外贸易国家安全调查

新华社北京8月5日电（记者谢希瑶 何晓）商务部5日发布公告，对相关进口打印复印办公设备发起了对外贸易国家安全调查。商务部新闻发言人当天表示，此次调查是中国首例对外贸易国家安全调查。

发言人说，根据《中华人民共和国对外贸易法》第四十一条规定，为维护对外贸易秩序，商务部可以自行或者会同国务院其他有关部门，就对外贸易中有关国家安全利益的事项进行调查。

发言人介绍，本次调查内容为评估相关装有外国系统软件的进口打印复印办公

设备对我国对外贸易国家安全利益的影响，调查事项包括但不限于：调查对象的进口情况，进口产品、技术或服务对国家安全利益影响，国内需求情况，进口对国内产业的影响，国内产业满足国家安全利益的能力和水平，相关外国政府政策和措施对我国国家安全利益的影响等。

发言人表示，下一步，调查机关将依法开展调查，充分保障各利害关系方权益，根据调查结果，客观公正作出裁决，坚决维护中国国内产业合法权益和国家安全利益。



我国成功发射东方慧眼高光谱01、02星

8月5日10时38分，我国太原卫星发射中心在山东海阳附近海域使用捷龙三号运载火箭，成功将东方慧眼高光谱01、02星发射升空，卫星顺利进入预定轨道，发射任务取得圆满成功。

新华社发

两部门紧急预拨3.3亿元中央自然灾害救灾资金

新华社北京8月5日电（记者申铨）当前，我国处于“七下八上”主汛期，东北、西南、西北等南北方多地反复遭遇持续性强降雨，引发洪涝、地质灾害，造成人员伤亡和房屋倒损。8月5日，财政部、应急管理部紧急预拨3.3亿元中央自然灾害救灾资

金，支持黑龙江、辽宁、吉林、重庆、四川、贵州、云南、陕西等8省（市）开展自然灾害应急抢险救灾工作，重点做好搜救转移安置受灾人员、排危除险等应急处置、次生灾害隐患排查整治、倒损民房修复等工作，最大限度减少灾害损失。

健康讲堂

巧克力囊肿，女性需要重视的“隐形囊肿” 健康科普

□黄玲艳（桂林市中医医院）

很多育龄女性在常规妇科超声体检时，会在报告单上看到“卵巢巧克力囊肿”这一诊断名称。大多数人看到“囊肿”二字，会产生紧张、焦虑的情绪，担心自己患上恶性肿瘤。其实，卵巢巧克力囊肿是良性妇科疾病，并不是癌症。但因其具有易复发、易粘连、易引发痛经及不孕的特点，被称为“难缠的良性囊肿”。

巧克力囊肿专业名称为卵巢子宫内膜异位囊肿，是子宫内膜异位症最常见的类型。正常情况下，子宫内膜生长在子宫腔内，跟随月经周期增厚、脱落，形成月经。但部分子宫内膜组织异位“跑到”卵巢上扎根生长。异位内膜同样会周期性出血，血液无法正常排出，积聚在卵巢囊腔内。血液不断浓缩，变成黏稠、棕褐色类似巧克力酱的液体，因此被形象叫做巧克力囊肿。

巧克力囊肿的症状因人而异，一部分女性没有任何不适，仅仅体检偶然发现。但更多人会出现典型表现，最具有代表性的是进行性加重的痛经，也就是痛经一年比一年严重，月经来潮前几天就开始下腹疼痛，经期持续疼痛，月经结束后疼痛慢慢缓解。其次还会出现慢性下腹部隐痛、同房时盆腔疼痛；月经紊乱，经期延长、

经血淋漓不尽。不孕也是巧克力囊肿常见临床表现。巧克力囊肿持续破坏卵巢正常组织，盆腔容易形成粘连，干扰排卵、输卵管拾卵功能，很多女性备孕困难，进一步检查后确诊巧克力囊肿。

巧克力囊肿存在两大危险并发症，需要格外警惕。第一是囊肿破裂，多发生在经期前后，囊内液体流入盆腔，强烈刺激腹膜，引发突发剧烈下腹疼痛，属于妇科急症。第二是囊肿扭转，同样会出现急性腹痛。虽然恶变概率很低，但囊肿短期内快速增大、直径过大时，需要严密随访排查风险。巧克力囊肿的治疗需要结合囊肿大小、年龄、有无生育需求、疼痛症状综合选择。常用术式是囊肿剥除，尽可能保留正常卵巢组织。如果年龄偏大、反复多次复发，可根据情况选择卵巢切除。

很多备孕女性十分关心巧克力囊肿能不能正常怀孕。怀孕本身对于巧克力囊肿是天然的“治疗方式”，孕期停经异位内膜病灶会慢慢萎缩。临床一般参考如下原则：小囊肿，可在医生指导下尝试自然受孕；大的囊肿，医生通常建议先手术再备孕，避免孕期囊肿破裂引发危险。巧克力囊肿术后复发率较高。有备孕计划的女

性，建议术后尽快尝试怀孕；暂无生育需求，需要长期药物管理，降低复发概率。

日常生活的自我管理，能够减少不适、降低急性风险。经期不要剧烈运动、避免负重、禁止同房，减少囊肿破裂风险；规律作息，不要长期熬夜，维持内分泌稳定；痛经持续加重不要硬扛，及时完善妇科彩超，早发现、早干预。

妇科经阴道彩超是筛查巧克力囊肿首选、最便捷、无辐射的检查方式，也是临床最常用的检查手段。典型超声影像表现为卵巢内囊性包块，囊内充满细密点状弱回声，这是巧囊标志性特征。需要注意和黄体血肿、卵巢畸胎瘤、盆腔脓肿区分。黄体血肿短期内复查会逐步吸收消退，而巧克力囊肿会长时间持续存在。很多女性疑惑：彩超提示巧克力囊肿，是不是百分百确诊？临床上确诊疾病需要层层递进，腹腔镜探查联合术后病理检查，是目前诊断巧克力囊肿的唯一临床金标准。腹腔镜为微创诊疗技术，通过腹壁微小切口置入高清内镜，可直观观察盆腔、卵巢、腹膜全貌，清晰识别特征性病灶，包括盆腔蓝紫色异位结节、卵巢巧克力样囊腔、陈旧性黏稠积血等，术中可初步明确诊断。同

时，术中取病灶组织行病理化验，病理结果为疾病最终确诊的权威依据。腹腔镜兼具检查与治疗双重作用，可在确诊的同时，完成囊肿剥除、盆腔粘连松解等微创手术，一次性解决诊疗问题。对于囊肿偏小、症状轻微、影像表现典型的患者，无需手术，定期彩超随访即可。

总而言之，巧克力囊肿是育龄女性高发妇科疾病。它看似良性，却会持续影响月经、生活质量与生育能力。定期妇科体检，出现长期痛经及时就诊，遵从医生方案随访或治疗，不盲目手术、不消极拖延，科学管理，才能更好保护卵巢健康。腹腔镜既是检查手段，也是治疗手段。在明确诊断的同时，可一次性完成囊肿剥除、粘连松解等微创手术，做到检查、治疗同步完成。巧克力囊肿是育龄女性可控、可治的良性疾病。因巧克力囊肿复发率较高，顾有备孕计划的女性，建议术后尽快备孕；暂无生育计划的女性，建议长期规范管理，降低复发概率。广大女性应提高健康意识，重视日常体检，了解疾病正规检查与确诊方式，正视疾病，科学管理，做到早发现、早干预、规范随访，守护自身卵巢健康与生殖健康。