



OPPO年度旗舰Find X9系列发布

10月16日,OPPO发布全新“旅拍神器”Find X9系列。作为OPPO30周年巨献之作,Find X9系列采用全新“绒砂工艺”设计,搭载全新哈苏超清四摄影像系统,全系支持全焦段哈苏8K超清照片、全球首发4K超清实况照片直出、全新升级丹霁色彩还原镜头,以及搭载行业进光量最大的哈苏2亿长焦镜头等众多领先移动影像科技,带来颠覆性的画质表现。全系标配天玑9500旗舰芯片与新一代OPPO潮汐引擎,配合7025mAh/7500mAh超大容量冰川电池、1nit明眸护眼屏及ColorOS16系统,实现从影像创作到续航、显示以及交互等全方位的极致体验升级。

作为OPPO年度影像旗舰,全新Find X9系列从光学到传感器,从算法到色彩还原,全链路开启画质革命。OPPO首席产品官刘作虎强调:“OPPO Find X9 Pro是万元以内最值得购买的‘相机’”。据了解,Find X9系列4399元起售。Find X9 Pro卫星通信版11月开售,并将率先支持eSIM。OPPO与哈苏联合打造的哈苏专业影像套装售价1699元。

同时,OPPO坚持做好AI手机的引领者与普及者。10月15日,2025OPPO开发者大会(ODC25)在深圳举行。



大会发布了全新ColorOS16,并聚焦OPPO AI的全新战略布局与技术成果,表达OPPO打造与用户共生的智慧系统,引领个性化AIOS的战略构想。另外,OPPO将全面赋能个人开发者,为生态发展注入创新动力。

文/图 顾立

2亿超夜神荣耀Magic8系列发布

10月15日,荣耀正式发布年度旗舰新品——荣耀Magic8系列,并发布了自进化AI智能体操作系统——全新MagicOS 10。新品系列通过“8大AI技术领先,8大AI体验领先,4大影像领先,8大性能领先”,以“8848巅峰旗舰”之姿,定义首款自进化AI原生手机,为行业树立开创性标杆。



此次新品系列搭载全新MagicOS10自进化AI智能体操作系统,智能体YOYO化身全能搭子,覆盖“衣食住行购”等3000+场景的便捷自动执行。荣耀Magic8 Pro在影像方面也有突破性升级,搭载2亿超夜神长焦。在性能配置上,全系搭载第五代骁龙8至尊版移动平台带来同代芯片的跨代领先性能体验。搭载新一代青海湖电池,全系容量突破7000mAh。新品系列在信号、安全、可靠性、音质等方面均带来巅峰旗舰体验。

未来性能旗舰iQOO15发布

10月20日,“跨代领先”iQOO15正式发布并开售,凭借第五代骁龙8至尊版、自研电竞芯片Q3、2K三星珠峰屏、超级潜望长焦等一系列顶级配置,带来领先的性能表现和游戏视效,更凭借“性能超长板,全面无短板”的表现一展未来性能旗舰之姿。

“跨代领先”iQOO15传承iQOO手机在实力和口碑的双重表现,搭载由第五代骁龙8至尊版领衔的“至尊性能组合”完全体,实现行业领先的性能表现。并在自研电竞芯片Q3和Monster超核引擎的支撑下,带来“全场景光线追踪+2K原画超分+144FPS无损超帧”,共筑行业领先游戏视效生态。更以全新演绎的国潮设计、超级潜望长焦以及更流畅智慧的OriginOS6等一系列强悍配置,打造一款“性能超长板,全面无短板”的未来性能旗舰。



华为正式发布HarmonyOS6

10月22日,华为正式发布新一代鸿蒙操作系统HarmonyOS6。HarmonyOS6系统全面进化,无论是流畅度、智能化程度,还是跨设备协同等,都能感受到无缝、便捷的交互体验。

截至10月22日,搭载HarmonyOS5的终端设备数量已突破2300万台。

iPhone Air机型正式发售

近日,Apple宣布采用突破设计的iPhone Air机型10月22日正式发售。据悉,iPhone Air采用极致纤薄的钛金属设计,优雅轻盈、坚固耐用,抗刮划能力提升至3倍,以创新内部架构实现最新iPhone体验。

真我GT8系列正式发布

10月21日,真我手机正式发布旗舰新品真我GT8系列。街拍神器真我GT8 Pro,凭借行业首发全链路深度定制的理光GR影像系统,打造前所未有的街拍体验。

红魔11 PRO首发手机水冷黑科技

10月17日,红魔发布红魔11 Pro系列游戏手机。该系列实现了多项行业里程碑式突破:首款水冷风冷双散热机型、行业首款水冷可视化设计、首发京东方X10屏幕新材料等,在散热、性能、触控和视觉体验上完成全方位进化。

宁德时代发布2025年三季度报

10月20日,宁德时代发布2025年三季度报。第三季度,宁德时代实现总营收1042亿元,同比增长12.9%;归属于上市公司股东的净利润185.5亿元。现金储备充裕,有力支持高强度研发投入和大规模产能建设。

联想集团以AI铸就“中国质造”

10月16日,“2025 ICT产业高质量发展论坛暨联想第十二届供应商质量论坛”在重庆隆重举行。联想集团携手逾500位供应商伙伴与业界专家汇聚山城,共同探讨在新型全球化与AI浪潮下,如何铸就“中国质造”,擘画一个更具韧性、可持续且共赢的产业新生态。

优必选亮相IROS 2025

10月19日至25日,全球机器人领域的顶级盛会IROS 2025在杭州举办。优必选携北京人形机器人创新中心联合展出具身天工、慧思开物、天工行者等重磅产品,全方位呈现全尺寸人形机器人前沿技术、创新成果及开发者生态。

康养堂

秋尽霜凝,防寒润燥养身心

“风卷清云尽,空天万里霜。”10月23日迎来秋天最后一个节气——霜降。天地渐归岑寂,在宁夏南部的六盘山深处,霜花悄然凝结于枝叶之上。寒霜浸染山林,为原本绚烂的秋色镀上银边。《月令七十二候集解》写道:“九月中,气肃而凝,露结为霜矣。”霜降时节,万物随寒气增长而萧瑟。此时气候呈现燥、寒等特征,“秋燥”余威仍在,而气温骤降,寒邪易侵袭人体。作为秋天最后一个节气,霜降也意味着冬天即将开始。

“霜降养生核心在于防寒以护阳,润燥以养阴,顺时而养‘收’。”宁夏医科大学中医学院教授郭斌说,霜降后应进一步调整作息,早卧晚起,使阳气得以潜藏,阴精充足,符合“秋冬养阴”原则。同时饮食以

滋阴润燥为主,可多食枸杞、百合、银耳、梨等食物。

枸杞滋肝明目、补肾益精,是我国传统药食同源的滋补佳品。在我国枸杞道地产区宁夏,最后一茬枸杞秋果正在紧张采摘中,食用枸杞亦融入当地人的养生日常。在银川市一家玺赞庄园枸杞专卖店,枸杞原浆、锁鲜枸杞等产品引来许多消费者选购。“现代人养生追求方便快捷,这种开袋即饮的枸杞原浆很受年轻人欢迎。”店内销售员李宁说。

霜降前后,朔风猎猎,宁夏街头巷尾的茶铺里,氤氲着不绝的热气。信手掀开盖碗,枸杞红润,红枣甘香,玫瑰在滚水中舒展……轻轻啜饮,茶汤入喉,润泽肺腑,一盏小小的八宝茶,凝结着宁夏人“应时

而食”的养生智慧。

而当枸杞落入咕嘟作响的羊肉汤锅,红白相映,温暖四溢,漫长寒冬“蓄藏精气”的序幕也进一步拉开。中医认为,霜降进补可为冬季“藏精”打下坚实基础。郭斌表示,霜降后,应以温补为主,可食用羊肉、牛肉等富含蛋白质的肉类,和山药、红薯等健脾益胃的根茎类食物。其中羊肉性温,能有效驱散寒气、补益气血,还可搭配白萝卜等性平食材,平衡温燥。

宁夏滩羊,以其肉质细嫩、鲜而不膻出名。手抓羊肉、碗蒸羊羔肉、涮羊肉……渐冷的秋日里,邀三五亲友享受美食,在肉的鲜美与汤的醇厚间,温暖肺腑。“但此时不宜过早进补肉桂等大热之

品,且须根据个人体质差异进行调整,否则可能出现‘虚不受补’或助湿生热的情况。”郭斌说。

寒凝则血瘀,深秋许多人容易手脚冰凉,睡眠不佳。宁夏医科大学总医院向市民推出了养生足浴包。“足浴包含有丹参、红花、菖蒲等中草药,有养血安神、活血通络的功效。”宁夏医科大学总医院中医科副主任医师金建宁介绍,人们还可以在泡脚后按摩涌泉穴,更好保健助眠。

霜降时节,万物收藏。在这片被黄河水滋养的土地上,一碗热气腾腾的羊肉汤驱散寒意,一把色泽红润的枸杞滋养身心,人们用传承千年的智慧安顿心神,深谙与自然和谐共处之道。

据新华社

守护心血管健康,从血脂管理做起

陆军军医大学第二附属医院全科 徐丽玲



每日科普

随着我国居民生活水平提升及膳食结构转变,血脂异常问题日益突出。作为心血管疾病防控的关键靶点,动脉粥样硬化性心血管疾病(ASCVD)的发生与低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)升高密切相关,也是科学管理血脂,预防冠心病、脑卒中等疾病的关键所在。

科学认识血脂

血液脂质主要包括胆固醇、甘油三酯和磷脂三大类。其中,低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)俗称“坏胆固醇”,易在血管壁沉积,是ASCVD的首要危险因素;而高密度脂蛋白胆固醇(HDL-C)有助于清除胆固醇,也称“好胆固醇”。

血脂检测是血脂管理的首要环节。根

据《中国血脂管理指南(基层版2024年)》,总胆固醇(TC)、甘油三酯(TG)、LDL-C、HDL-C等四项核心指标,是评估血脂风险、制定干预策略的基础。以下四类人群应列为血脂筛查重点对象:已确诊ASCVD者;同时存在高血压、2型糖尿病、肥胖、吸烟等≥2项ASCVD危险因素者;遗传高风险人群或家族性高脂血症患者;体表出现皮肤黄色瘤、跟腱增厚或角膜弓等脂质沉积征象者。建议40岁以下人群每2~5年查1次血脂,40岁及以上人群每年至少查1次。检测前2周保持日常饮食,前24小时避免剧烈运动,检测前8~12小时空腹。

如何作好分层干预

生活方式干预是基础,涵盖膳食、运

动、体重、戒烟、限酒五大核心。控制每日脂肪摄入量,优先选择不饱和脂肪酸,增加膳食纤维;坚持规律、适度运动;BMI控制在18~22kg/m²,腰围男性<90cm,女性<85cm;立即戒烟,吸烟会显著升高LDL-C及TG;严格限量酒精。

当上述干预手段不能使血脂水平达标时,需启动药物治疗。他汀类药物为首选,能有效降低LDL-C,并减少主要心血管事件风险。常用联合方案包括他汀与胆固醇吸收抑制剂联用,或他汀与PCSK9抑制剂联用(适用于部分高危患者)。

怎样进行降脂监测

药物治疗期间应定期监测血脂、肝功能和肌酶等与指标,警惕肌肉疼痛、肝功

能异常等他汀相关不良反应。初始治疗期(用药后4~6周)检测LDL-C、肝功能与肌酸激酶,调整用药方案;稳定达标后,每3~6个月随访,评估控制情况与用药依从性。

血脂管理是一项需要多方共同参与的长期系统性工程。通过科学的生活方式干预与必要的药物治疗,并坚持定期检测与规范随访,可有效控制血脂,显著降低心血管疾病发生风险。

专家点评

陆军军医大学第二附属医院全科曾得康

本文系统科普了从血脂筛查、分层干预到生活方式管理的全程知识,为公众和高危人群提供了实用指导。