

有声作品内容丰富、温暖人心

长音频来了，你会听吗？

●彭训文

早晨，智能音箱向你播报当天的天气情况和重点新闻；智能汽车自动续播昨天尚未听完的音乐；深夜，点开一本新的音频有声书，慢慢进入梦乡……随着移动互联网发展和智能终端普及，与声音相关的内容正进入许多人的日常生活。

前不久，腾讯音乐娱乐集团发布长音频战略，并推出长音频新产品“酷我畅听”。喜马拉雅、荔枝FM、蜻蜓FM等音频平台也在积极加码长音频。在视频产品大火的当下，长音频如何实现可持续发展？

“好东西值得付费”

每天睡前，在北京一家企业工作的黄女士都会打开一款音频APP，听一期解读庄子的节目，这逐渐成了习惯。黄女士说：“作家对庄子的解读很深刻，有助于在防疫期间安抚心灵焦虑，找寻属于自己的那份惬意。”她还花费80多元购买33期精华节目。在她看来，“好东西值得付费”。

培养出更多像黄女士这样的付费听众用户，是众多在线音频平台纷纷布局长音频的目的之一。

在今年世界读书日举行的一场线上发布会上，腾讯音乐娱乐集团发布长音频战略，同时推出长音频新产品——“酷我畅听”，推介内容包括满足用户情感需求的治愈系节目《程一电台》《蕊希电台》，大热网剧有声书《庆余年》等，自有节目《榜样阅读》《国宝的奇妙之旅》等。

“我们将通过在线音乐和社交娱乐服务的协同，助力长音频业务发展，并加速推动音乐与音频的融合发展，为用户提供更丰富和优质的视听内容与产品体验。”腾讯音乐娱乐集团首席执行官彭迦信说。

除了腾讯，在长音频市场布局的公司众多。喜马拉雅、荔枝FM、蜻蜓FM、考拉FM、网易云音乐等，通过语音直播、视频直播、有声书等形式，不断探索可持续发展路径。例如，喜马拉雅投入大量资金，开发科幻作品《三体》广播剧，请明星代言并制作有声互动悬



一位女士正在体验“有声图书馆”。

新华社记者唐奕摄

疑剧；荔枝FM和蜻蜓FM分别推出明星电台和明星直播间；抖音则试图通过语音直播交友搅局语音领域。

分析人士认为，随着腾讯等行业巨头进入长音频领域，在线音频内容渗透率将大幅提升，市场蛋糕将变大，用户教育和引导也会进一步加快。

用户规模有望超5亿

长音频广受关注，与在线音频市场近年来快速发展有关。荔枝FM首席执行官赖奕龙认为，每一种媒体介质都有自己的特点，声音充满感情，与视频应用的场景不一样，人需要声音陪伴，需要声音温暖内心。

在赖奕龙看来，声音有两个突出特点：一是互动性强，例如可通过“连麦”进行社交活动；二是有陪伴属性，使其在碎片化的移动场景里更有优势。因此，在线音频平台能够与用户建立牢固的情感联系和黏性。

那么，为什么长音频突然被看

好？业内人士分析认为，有声作品在知识产权全产业链布局中作用独特，变现周期短，效率高。

艾媒咨询一项研究显示，预计2020年在线音频行业用户规模将达到5.42亿。其中，有声作品将成为内容付费的重要方向，有超过七成受访用户愿意为其付费。

除了有声作品内容付费，在线音频平台还推进直播业务的增值服务、广告等变现形式。艾媒咨询分析师李松霖认为，音频的付费模式潜力较大，适合精品课等知识付费的传播，许多平台正在加强布局内容付费相关业务。

大力扶持内容创业者

近日，包括2家音频平台在内的11家音视频平台，先后向浙江省消保委递交整改回复函，就此前约谈中提到的会员消费体验问题进行整改落实。这些问题包括广告特权描述不清、开通容易取消难、信息收集授权形同虚设等。

随着长音频会员业务兴起，相

关问题逐渐显现。曾有媒体调查发现，一些音频平台有声节目中，存在大量疑似“打色情擦边球”的低俗内容。针对这些乱象，国家网信部门会同有关部门启动专项整治工作，分别对出现问题的多个音频平台采取了约谈、关停平台服务等处罚。

今年3月1日起，《网络信息内容生态治理规定》正式施行。《规定》明确要求，网络信息内容生产者和服务平台要切实履行责任和遵守法律法规，禁止传播和宣扬低俗、庸俗、媚俗等视听内容。这意味着，在内容管控方面，相关部门需督促音频平台进一步承担主体责任。

另一个问题在于，随着长音频越发受青睐，在后续盈利和商业模式尚未完善的情况下，在线音频平台如何规避风险、实现可持续发展？

有专家建议，用户培育完成后，音频平台应不断深耕内容资源，扩展更多消费场景，并从资金、流量和创业孵化等方面出发，全面扶持音频内容创业者，创造出更多高质量作品；同时建立全音频生态系统，强化平台品牌价值。

（据《人民日报·海外版》）

如何区分感冒和过敏性鼻炎

健康

鼻子不舒服,到底是感冒还是鼻炎呢?如果是鼻炎的话,是不是过敏性鼻炎呢?这是很多人遇到的困惑。

感冒又称急性鼻炎,通常由病毒感染引起,表现为鼻黏膜的急性炎症,分前驱期、卡他期和恢复期,患者会经历从鼻腔干燥、灼热、异物感并伴有畏寒等全身不适,到出现鼻塞、喷嚏、水样涕、鼻音等症状,同时伴有低热、倦怠,再到鼻涕转为黏稠、全身症状减轻,病程7—10天左右。轻重程度可因感染的病毒种类不同及患者年龄、身体状态不同而有所区别。因此,全身症状以及短期病程是感冒的重要特点。

而过敏性鼻炎作为慢性鼻炎的一种,患者会有持续数月或反复发作、间歇期亦不能恢复正常的长期病程特点。初期症状与感冒相似,但它们的出现是由于患者接触到环境中诸如尘螨、花粉、动物皮毛等刺激物。无明确致病微生物感染,也是有别于感冒的重要特点之一。这些过敏原可刺激身体产生一种名为IgE的免疫球蛋白,通过一系列的炎症反应,最终引发各种症状,成为鼻黏膜的慢性炎症。因此,IgE的检测在过敏性疾病的诊断中至关重要。当然,患者发作的前提是其躯体本身已致敏,才会有此类反应。先出现反复发作的鼻痒,接着突然或连续性打喷嚏。可于晨起或夜间睡前发作,也可能是接触过过敏原后立刻发作。同时伴有大量清涕,严重时鼻塞严重,嗅觉下降。还有的患者因长期张口呼吸导致咽痛、咽干,甚至出现哮喘、眼痒、流泪等症状。

如果疾病发作有非常明显的季节相关性,那么很有可能是季节性过敏性鼻炎,主要过敏原多为当季花粉,在花粉播散的时间区间内患者会有非常明显的症状,风和日丽或是大风天气愈加明显。眼部、咽部甚至气道症状都有可能同时伴发,待花粉期过去后症状则消失。

而常年无季节相关性的发作则考虑是尘螨、霉菌、蟑螂、动物皮毛等引发的常年性过敏性鼻炎。症状的轻重与所处环境中过敏原的浓度相关,也可能诱发过敏性鼻炎等的发生。还有一些患者甚至出现鼻息肉,需要反复手术,增加了身体和经济负担。

从全世界的统计数据来看,过敏性疾病患病率在逐年上升,成为威胁人类健康的慢性疾病之一。目前针对过敏性疾病发病机制的研究尚未有定论。对于小孩而言,如果父母中一方或双方有过敏性疾病,那么孩子发生过敏的机会大大增加,可见遗传也是一个重要因素。

过敏性鼻炎和感冒不同,拒绝用药并不能起到“增强免疫力”的作用。相反,在无法避免接触过敏原的前提下,若不用药物加以控制,很可能会加重病情,甚至由过敏性鼻炎向过敏性哮喘演变。针对伴有鼻炎的哮喘患者,不可忽视对鼻炎的治疗。上气道的过敏性鼻炎控制不好,下气道的哮喘是很难有效控制的。

（据《人民日报》）



5月12日9时16分,我国在酒泉卫星发射中心用快舟一号甲运载火箭,以“一箭双星”方式成功将行云二号01/02星发射升空,卫星进入预定轨道,发射取得圆满成功。

新华社发 单彪摄

当夏日遇上新冠病毒
请收好这份空调使用说明

●于紫月

5月5日,农历四月十三,立夏。对于过去不久的“五一”小长假,如果被问及最深感受,相信很多人的回答都是:热!北京“五一”长假前两天最高气温高达35℃和34℃,创近10年来同期历史气温新高。杭州、长沙等南方城市“五一”假期气温也维持在30℃左右。天气渐热,开空调、吃西瓜的日子似乎也到了。但如今疫情防控还不能松懈,那么,空调可以开吗?久在空调房,可能会面临哪些“空调病”的风险?今年夏天,如何健康科学地解暑降温?

掌握正确的开启“姿势”

商场、写字楼、医院、大型宾馆等场所往往使用中央空调,而在密闭的空间使用中央空调有可能导致新冠病毒传播。

这绝非危言耸听。非典时期,一家医院曾出现过因使用中央空调导致了群体感染。今年4月,一篇发表于《新发传染病》的文章也涉及了这一问题,在一家有中央空调的餐厅,A、B、C三个家庭共10人用餐,结果每个家庭都出现了感染。

2月12日,国家相关部门专门印发了《新冠肺炎流行期间办公场所和公共场所空调通风系统运行管理指南》,从而指导办公场所和公共场所安全合理使用空调通风系统,阻止疫情蔓延和扩散。

5月6日,在北京市新型冠状病毒肺炎疫情防控工作新闻发布会上,北京市疾控中心副主任刘峰给出了建议——对于中央空调,使用时最核心的一点就是保持全新风运行,并且要关闭回风系统。有些空调自带空气净化消毒装置,这种空调系统一定要严格地按照产品使用说明进行操作。

相比于中央空调,家用空调是否有风险?在刘峰看来,日常生活中最常见的空调是分体空调,也就是一室一机。这种空调使用时,空气通过空调器在单独的室内自行循环,不存在各居室的交叉污染,所以基本安全。

同济大学暖通空调研究所所长张旭教授也持有相似的观点,认为家用分体式空调是一个室内机,只要家里没有病毒,空气就只是在家中循环,然后通过室内外风的压

差,让室外空气进入屋内。除了紧邻医院等情况,一般来说我们周围室外的环境空气,就是洁净的空气。而洁净的空气不仅不会传播病毒,而且对健康有利。

家用空调相对安全,这让很多人松了一口气。“但值得注意的是,家用空调往往适逢夏季才使用,长时间的闲置导致空调内部滋生大量细菌,因此不论是否考虑到疫情,都应在重新使用空调之前对滤网和机芯等部件进行清洁和消毒。”首都医科大学附属北京康复医院中医康复中心副主任医师赵宏波告诉科技日报记者。

凉气侵体警惕“空调病”

打开空调享受凉爽,除了病毒、细菌等方面的顾虑,其实更需要注意的是久待空调房,容易引发多种“空调病”。

对于“空调病”的概念,赵宏波给出了解释。医学上并没有“空调病”这种疾病,这是一个社会学诊断的病名,更像是约定俗成的一种说法,通常是指与空调有关或空调引起的相关疾病。

“‘空调病’最常见的是感冒,室外气温高,一进入空调房,身体受寒,会出现打喷嚏、咳嗽,甚至是发热、头痛等症状。”赵宏波表示,还有一些人群易出现消化道不适症状,如肚子疼痛、腹泻,也有人可能出现恶心、呕吐,甚至是厌食等不良反应。

他指出,对于年龄较大、体质较虚弱的“阳虚”人

群,如果平时就伴有颈、腰、关节等基础病,吹空调受凉、受风之后,容易引起原有颈椎病等复发或加重,腰腿关节疼痛、肌肉酸痛等。

“免疫力低下的人群,如果经常熬夜、工作压力大,受凉风后则容易引起神经方面的疾病,如面神经炎,导致口眼歪斜等。”赵宏波说,对于女性来讲,腰腹部受凉后,易引起月经不调、痛经等不适症状;对于过敏体质的人群,吹空调冷风后可能会出现皮疹、过敏性鼻炎等皮肤疾病。

心脑血管疾病的人群和老年人更应重视空调引发的疾病。赵宏波表示,夏天的炎热天气会使人体内部血管处于相对舒张的状态,如果从高温环境进入空调室内的低温环境,体内血管会自然收缩。老年人及伴有高血糖、高血压等心脑血管疾病的人血管质量本就不高,血管弹性也不如正常人,收缩后容易引起血管狭窄加重甚至闭塞,从而可能出现心梗、脑梗、脑出血等疾病,严重时或将危及生命。

夏天还是应该多出出汗

很多学者指出,“空调病”最好的避免方法是预防,即合理使用空调。

“防疫期间,空调不建议昼夜连续使用,要适时开窗通风。把安全放在第一位。”中日友好医院中医肺病一部主任张纾难告诉科技日报记者,即使在平时,也不主张长时间使用空调。原因在于,人若想保持健康的体魄,应顺应自然的四时规律,以期天人相应。

“比如,夏天就应该出出汗。”张纾难表示,出汗是人体正常的生理功能,是人体保持健康的一种需求和体现,而空调的大范围推广导致很多人出汗功能减退,对身体造成不良影响。

赵宏波也持有相同的观点,可通过适当增加户外活动、开窗通风等方式,降低空调的使用频率。“开窗换气每天应不低于1次,每次最好不低于半小时。尤其在防疫期间,开窗通风尤为重要。”赵宏波说。

而复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏教授则提醒公众,虽然空调导致的感染发生概率是极低的,但因为中央空调的一个特点就是密闭式,万一有个别的病人感染了,在一个密闭的空间里面就会对大家造成较大风险。因此,不建议学校使用中央空调。

千万别用酒精清洗消毒

当然,空调的诞生是为了让人们更加舒适地生活。如何科学使用空调,尽量减少其对人体健康的危害?

赵宏波建议,家用空调温度不应过低,考虑到应使人体更容易适应室内外的温差,一般主张空调的设定温度不低于26℃。由于工作等原因长期在空调室内者,要保证每天有一定的室外活动时间。夏天天气热,活动出汗后,应及时补充水、钠、钾等元素,可以适当饮用淡盐水或香蕉、橘子等水果,维持体内电解质平衡及必需生命元素的摄入。

还有专家建议,不要让通风口的冷风直接吹在身上,大汗淋漓时最好不要直接吹冷风,注意颈椎、膝关节等部位的保暖。如果出现局部不适,可以在受凉的部位进行热敷,从而减轻不适症状。

“还应注意对空调定期消毒和清洗,尤其是在当下的特殊时期。”赵宏波表示,若想“空调病”不找上门,最重要的是少用空调,还要合理设置空调参数和清洗消毒。

专家特别强调,夏天别用酒精清洗空调内部。医用酒精可以消毒杀菌,但挥发较快,用酒精清洗空调,因空调内部空气流通不畅,容易形成易燃易爆气体,产生安全风险。

（据《科技日报》）