

# AI技术如何深刻改变全球“快递”产业

随着人工智能(AI)浪潮兴起,万国邮政联盟(简称万国邮联)和日本、新加坡及欧洲多国的邮政公司在智能分拣、物流优化、客户服务等核心环节广泛部署AI技术。AI技术正深刻重塑多国邮政业运营模式,推动这一传统行业从人力密集型向智能驱动型全面升级,迈入智能化、数字化和自动化新阶段。

## 整合数据 优化流程

作为联合国专门机构,万国邮联近日宣布推出首个用于分析邮政网络发展数据的AI试点智能体。该智能体在万国邮联的统一数据平台运行,整合所有相关大数据和其他数据源,用于分析邮政发展,能为政策、监管和运营方面的变革提供建议,从而在国家层面提升邮政覆盖范围和可靠性等,同时还可用于测试潜在解决方案。

荷兰邮政在2024年推出基于大语言模型的生成式AI追踪助手,这个名为“SuperTracy”的系统可用于追踪包裹从发货到投递的整个流程,识别物流环节的中断情况,提高包裹追踪透明度及客户沟通效率。

新加坡邮政利用谷歌云的AI基础工具开发了生成式AI解决方案,可自动提取贸易文件中的信息(包括手写内容),利用这些非结构化数据生成可搜索数据库,从而加快物流调度与包裹投递效率。

## 人“少跑路” AI“多干活”

德国敦豪公司(DHL)在全球范围广泛部署AI技术,以提升仓储与分拣效率。该公司研发的IDEA软件分析历史数据,优化仓库拣货路线和聚类分析,合理分配仓库人力,显著提升订单处理速度与准确性。该软件能帮助仓库员工减少约50%的行走距离,单个仓库劳动生产率提升约30%,且能与大多数传统仓储管理系统无缝整合。

## 一招教你判断 烹调油摄入是否过量

“油多,菜香”,中国传统饮食历来讲究“色香味俱全”,尤其追求“味”。美味的食物虽能刺激食欲,但油(脂肪的一种存在形式)过多摄入会增加心血管疾病、代谢综合征等慢性病的发病风险。日常用油,需要注意以下几个事项。

### 如何判断烹调油摄入是否过量?

25-30克烹调油,相当于普通的白瓷勺2-3勺,超则过量。按照健康摄油标准,一人一天建议摄入25-30克油。以一个三口之家消耗一桶5升食用油为例估算,全家一天的适宜摄油量约为80克,一桶5升的食用油大约重5000克,适宜摄入天数约为 $5000 \div 80 \approx 62$ 天(考虑到损耗)。如果这家人的食用油消耗速度明显短于62天,则可能意味着每日油脂摄入量偏高,存在过量风险。

### 植物油与动物油,谁更有利于健康?

烹调油主要分为动物油和植物油,首先认识二者的特点。

根据以上两种油的特点,不同人群可以选用不同种类的烹调油。对于中老年人以及有心血管病的人来说,要以吃植物油为主,少吃动物油,这样更有利于身体健康。对于正在生长发育的儿童

在位于布鲁塞尔的分拣中心,比利时邮政实施了由美国科瓦里安特公司开发的AI分拣系统。该系统通过摄像头、扫描,可识别以往难以处理的重叠包裹和软塑料袋包装的包裹,将其分流至专用滑道,减少人工分拣工作量。该系统每小时可处理约2.5万件包裹,提升效率和准确性,此外,该系统还能捕捉包裹特征和损坏等数据,为企业客户提供包装改进建议。

## 破解配送“最后一公里”难题

面对劳动力短缺和交通不便等挑战,日本邮政积极探索利用AI和自动化技术做好“最后一公里”的配送,已重点布局无人机和配送机器人等方向。日本邮政携手日本无人机制造商“自主控制系统实验室(ACSL)”开展试点,利用具备自动驾驶能力的无人机执行超视距飞行,载重可达5公斤,实现包裹跨越山地快速投递。

欧洲多国邮政企业也在积极探索机器人投递。例如,挪威邮政与自动化公司Buddy Mobility合作,启用轮式机器人承担部分人工投递任务。该机器人能通过智能手机与客户联系,并自主驶向客户,客户可在收到通知后取件或寄件。

一家法国企业为德国联邦邮政定制了名为PostBot的送货机器人,用于跟随和协助邮递员完成投递任务。该机器人载重可达150公斤,并能在遇到障碍物时自动绕行或停下,不仅显著减轻邮递员的体力消耗,还能让他们腾出双手,更高效地完成信件和包裹的分发工作。据新华社

来说,则不必过度限制动物油。植物油虽富含不饱和脂肪,但若摄入过量,在人体内容易被氧化成过氧化脂。过氧化脂积聚在体内,会增加引发脑血栓、心肌梗塞等疾病的风险。

## 科学食用油

食用油多样化。应经常更换烹饪油的种类,食用多种植物油,如橄榄油、大豆油、菜籽油、葵花籽油、玉米油等。

改变烹饪方式。日常烹饪多采用凉拌、蒸、炖等用油少的烹饪方法,避免采用煎、炸等用油多的烹饪方法。

控油温。食用油和食物在高温下会发生裂解,产生大量的有害油烟。这不仅会导致食物中的维生素大量损失,而且油烟也被公认为是肺癌的高危因素。判断适宜油温有一个实用方法:当油面微微泛起波纹,或放入的葱花开始轻微发黄时,即为适合烹调的油温。

少放油。改变过去做菜放油多的不良饮食习惯,清淡饮食。例如,调制饺子馅时可少放或不放油,避免“一咬一口油”;主食也应以清淡为主,尽量少吃油条、油饼、炒面等。日常烹饪可使用带刻度的油壶来精准控制用量。

铁锅换成不粘锅。不粘锅和普通铁锅的用油量差别很大。利用不粘锅不粘的特点,在炒菜时减少烹调油的用量,且不影响菜品质量。

据人民网

## 京通铁路最大规模换梁施工顺利完成



9月28日,由中铁二十二局集团承建的京通铁路(北京-通辽)电气化改造北京昌平至河北朝阳地区间(沈阳局管段)换梁工程顺利完成。该工程对既有线的7座桥梁进行拆除更换,是京通铁路最大规模的换梁工程,为京通铁路列车实现全面提速奠定坚实基础。

新华社记者 邢广利 摄

## 可防不可治,病死率几乎100% 狂犬病可怕在哪儿?

今年9月28日是第19个“世界狂犬病日”,今年的主题是“你我共同行动,共筑狂犬病防控防线”。

“狂犬病是由狂犬病病毒引起的一种人兽共患急性传染病,主要经携带病毒的犬、猫等动物咬伤、抓伤后通过唾液传播。”湖北省武汉市疾病预防控制中心主任医师朱政纲提醒,“十一”假期临近,大家在外出游过程中,应注意与犬、猫及野生动物保持距离,避免感染狂犬病毒。

狂犬病可怕在哪儿?朱政纲介绍,狂犬病病毒进入人体后一般不会立刻出现症状,它会沿着周围神经向中枢神经迁移,直至侵袭人体中枢神经系统,破坏神经元并引发不可逆的神经损伤。一旦出现恐水、怕风、吞咽困难等临床症状,死亡率接近100%。

“随着宠物保有量增加,生态环境改善,动物种群数量增加,以及人们与野生动物接触机会增多,狂犬病防控不容忽视。”朱政纲提示,“十一”假期临近,外出游玩时应注意与犬、猫及野生动物保持距离,若不慎被动物抓咬伤,建议参

考“三步法”应急处置。

第一步:立即用大量清水冲洗伤口约15分钟,肥皂水更佳。

第二步:用干净的敷料包扎伤口,避免二次伤害,若存在组织脱离,用清洁容器妥善保管。

第三步:及时赶往狂犬病预防处置门诊,由医务人员根据伤口暴露情况做进一步处理,根据需要注射狂犬疫苗,必要时注射免疫球蛋白。

狂犬病暴露后进行规范的处置是预防狂犬病最后一道防线。朱政纲强调,狂犬病疫苗是用于控制和预防狂犬病最重要的手段。

根据《狂犬病暴露预防处置工作规范(2023版)》,狂犬病疫苗有“5针法”和“4针法”两类接种程序。其中,“5针法”需要在暴露当天、暴露后第3、7、14、28天各接种1剂狂犬病疫苗;“4针法”即“2-1-1”接种程序,需要在暴露当天接种2剂狂犬病疫苗,暴露后第7天和第21天各接种1剂疫苗。“患者一定要遵医嘱,按规定时间,及时、足量、足程接种。”朱政纲强调。据央广网

## 五花八门的盐怎么挑

如今,盐的种类越来越多:井盐、湖盐、海盐、岩盐、加碘盐、低钠盐、竹盐、玫瑰盐……其宣称的“功效”更是五花八门。对于家长来说,应该给孩子选择什么盐呢?

西安交通大学第一附属医院营养科营养师宋戈表示,选盐别盯着品种看,关键在“量”。“不管是普通盐还是低钠盐,主要成分都是氯化钠。给孩子选盐,建议优先选加碘盐(高碘地区家庭除外);1-7岁孩子每天要摄入90微克碘,11-13岁是110微克,14-18岁是120微克,缺碘会影

响孩子的智力发育和生长。”

我国多数地区环境碘含量偏低,加碘盐刚好能帮孩子补充碘。不过,如果有甲亢等特殊状况,需要结合个人身体状况,制定专属的用盐方案。

宋戈建议,给孩子加盐,越少越好,但不是越晚越好。1岁内宝宝不用额外加盐,靠食材和母乳里的钠就够;1岁后可以少量增加盐,帮孩子养成清淡饮食的习惯。“别纠结晚几天还是晚一年,重点是全家都少吃盐、选健康食材,这才真有用。”据《科普时报》