

假转账、雇“托”，专坑中老年人 直播“高价回收老物件”藏猫腻



AI制图

近日，山东淄博高青县警方摧毁一个电信网络诈骗团伙。该团伙在近一年内，通过编排老物件回收直播，设置层层陷阱，骗取全国多省份270余名中老年人钱财200余万元。

今年3月，高青居民黄女士被一个号称上门高价回收老物件的直播间吸引。主播声称，观众需下单付款“押金”才能建立信用关系，下单越多上门越早。黄女士为家中四十年前的缝纫机下单，花费一万多元，苦等半月无果后报警。另有受害人花费五万余元，仅换回几块廉价玉石。

警方迅速展开侦查，在河北某宾馆抓获两名团伙头目，并在城乡接合部一处出租房内查获直播场地，发现大量道具——假现金、假金条银条、假金碗等。经查，所谓玉石均产自冀鲁交界处一小作坊。

调查显示，该团伙目标明确针对中老年人，利用其信息渠道窄、防范意识弱、贪小便宜心理，

以高收益为诱饵设局。直播间内，主播与雇来的“托”演双簧，虚构高价回收场景，甚至当场演示虚假转账三千六百万万元的画面。团伙头目刘某还在直播间散布虚假信息，制造加急抢单的紧张氛围。为煽动情绪，团伙安排群众演员冒充外国人，声称要收购所有老物件，以此激发观众的爱国情怀，促使他们积极下单。

一旦有受害者揭穿骗局，团伙便安排专人私下安抚，寄送廉价玉石并附带假鉴定证书，让部分老年人觉得“物有所值”，从而放弃报警。

据嫌疑人供述，转账画面通过虚假小程序制作，配合演戏的托儿每天报酬仅二百元。目前，11名犯罪嫌疑人已被采取刑事强制措施，案件正在进一步侦办中。警方提醒，网络直播中涉及提前付款的“回收”多为骗局，中老年人尤其需提高警惕，切勿轻信高回报承诺。

据央视网

收到“补税提醒”尽快办理 7月起将付滞纳金

2025年度综合所得税汇算于6月30日结束，部分纳税人将会收到税务部门发送的提示，提醒其可能存在未申报或少申报收入、需要补缴税款的情况。纳税人收到提醒后应尽快处理，否则从7月1日起将按日加收滞纳金。

收到提醒的纳税人可以登录自然人电子税务局或者个税App，逐笔核实各项收入是否完整，重点关注多处工资薪金、劳务报酬等。其次，检查专项附加扣除（子女教育、房贷利息、赡养老人等）是否填报准确，填报会直接影响税款。若发现遗漏，立即办理更正申报并补缴税款；如有疑问，可拨打12366咨询。

按照《中华人民共和国税收

征收管理法》第三十二条规定，从7月1日当天起，按日加收滞纳金万分之五的滞纳金。比如您需要补1万块钱的税，拖一个月就要多交150块滞纳金。若长期拒不补正，还将面临税务立案稽查和行政处罚，影响个人信用，后果远不止金钱损失。

特别提醒，滞纳金从7月1日自动起算，与何时收到提醒无关。无论是否收到通知，都应对照自身收入主动自查，及时更正。切勿相信网上“代为免补缴”“不用理会”等谣言，法律责任最终由纳税人自己承担。依法如实汇算，是每个公民的义务，也是避免风险的最佳选择。请务必在6月30日前完成申报缴纳。

据央视新闻客户端

夏季食物中毒高发 专家支招安全饮食

高温、高湿的夏季，是食源性疾病的高发季节。专家提醒，随着气温不断升高，公众在品尝夏日美食的同时，需重点警惕食物中毒风险，把好“入口关”，守住“舌尖上的安全”。

“夏天不少人喜欢吃凉皮、河粉，但这些食物如果储存不当，容易发生变质，诱发食物中毒。”宁夏医科大学总医院营养科副主任夏羽菡说，在高温潮湿环境中，凉皮、河粉等湿米粉类食品一旦被椰毒假单胞菌污染，会滋生毒性极强的米酵菌酸。这种毒素致病性极高，中毒后对人体造成的损伤往往不可逆，严重时可致命，是我国微生物性食源性疾病致死的主要病因之一。

专家建议，选购凉皮、河粉等湿米粉类食品，务必选择资质齐全的正规商户，认真查看产品生产日期、保质期及储存条件。散装现做凉皮建议当天吃完，切勿在室温环境下久放，更不要隔夜食用。若发现凉皮、河粉等出现发酸、发黏、异味、色泽异常等变质现象，需立即丢弃，切勿侥幸食用。

泡发方式不当的干木耳，也存在被椰毒假单胞菌污染并产生米酵菌酸的风险。夏羽菡表示，食用木耳需遵循现泡现吃原则，避免常温长时间浸泡、隔夜泡发；若需提前泡发，应放置在冰箱冷藏环境中，利用低温抑制细菌繁殖。

除米酵菌酸毒素污染，普通致病菌污染的危害也不可忽视。

凉拌皮蛋是不少家庭餐桌上的

“消暑菜”，但皮蛋在加工、运输和储存过程中易被沙门氏菌污染，凉拌时通常不经过高温加热，很容易将病菌直接吃进肚子里。感染后，患者常出现腹痛、吐泻等症状，严重者还可能发生脱水、电解质紊乱等情况。

“沙门氏菌耐热性差，高温可彻底杀灭。”夏羽菡说，皮蛋食用前最好蒸煮5至10分钟，尽量不要直接生吃，老人、小孩等肠胃虚弱人群，更应煮熟后食用。

冰镇果切也是不少人的夏日“消暑伴侣”，但瓜果切开后存在极高的细菌滋生风险。专家表示，未吃完的鲜切水果，应及时用干净保鲜膜或保鲜盒密封后冷藏，并尽快食用完毕。再次食用前，可切除表面1至2厘米厚的果肉后再食用，降低细菌摄入风险。

“冰箱并非‘保险箱’。”夏羽菡强调，低温环境仅能减缓细菌繁殖速度，无法杜绝食物变质。无论是凉菜、熟食还是鲜切水果，都应尽快食用，避免长时间储存。

专家提醒，夏季如果出现腹泻、呕吐等症状，且近期食用过凉皮、河粉、泡发木耳等高风险食品，应高度警惕米酵菌酸中毒，第一时间前往医院就诊。若没有相关饮食史，可先口服补液盐补充水分和电解质，预防脱水。

“一旦出现持续高热、脓血便、意识模糊或无法正常进食等情况，应立即就医。”夏羽菡说，切忌自行盲目服用抗生素，以免因用药不当扰乱肠道菌群，延误治疗。

据新华社

家庭自测血压全指南： 避开4个误区，掌握正确姿势

测血压看似简单，实则有很多讲究。有些患者刚刚活动完立刻就测量血压，也有些人在测量时会与家人聊天，实际上，这些做法都不正确。

根据不同的测量环境，血压可以分为诊室血压、家庭血压和动态血压。很多患者认为，在医院测量的血压更准。事实并非如此，大多数人在医院时情绪会更加紧张，加上环境比较嘈杂，在这种情况下测得的血压往往比平时更高。从高血压的长期管理来说，我们推荐患者做好家庭自测血压。

1. 保持房间安静，温度适宜。测量血压前30分钟应避免吸烟、摄入咖啡因或运动。可放松3~5分钟后再进行测量，避免憋尿。

2. 测量血压时，患者可坐在椅子上，双脚平放于地面，背部有支撑为好。应使用经过认证的上臂袖带式电子血压计，手臂裸露并静置于桌面，血压计袖带的中心与心脏平齐。尽量脱掉较厚的衣服，注意不能将衣袖挽到袖带上。测量血压时应保持安静，避免与他人交谈。

3. 第一次测血压时，最好测量双上肢血压，如果两侧血压差在20/10

毫米汞柱以上，那么，之后测量血压时应以测量值相对较高的那只手为主。如果两者差异不大，则两只手都可进行血压监测。

4. 在初诊或进行药物调整时，患者可以每天测血压，最好在不同时间点（如清晨服药前、晚上睡觉前、午餐后1~2小时等）测量2~3次血压，取平均值，以了解自己的血压情况。如果血压状态平稳，没有不适症状或药物调整，患者也应做好监测，每周至少测量1次血压。

相关链接

夏季血压“正常”了，可以暂停降压药吗？

夏季天气炎热，气温较高，人体的血管扩张，外周血管阻力下降，从而导致血压下降；而高温下人体出汗较多，饮水相对减少，血容量减少，心输出量下降，导致血压下降。因此，高血压患者的血压看起来“正常”了。患者切记不能擅自停用降压药，需在医生的指导下规范用药，以免被假象误导。如需进行药物调整，应咨询医生。

据科普中国微信公众号