

2026年4月15日 星期三 编辑 张海 版式 吕燕 校对 汪智博

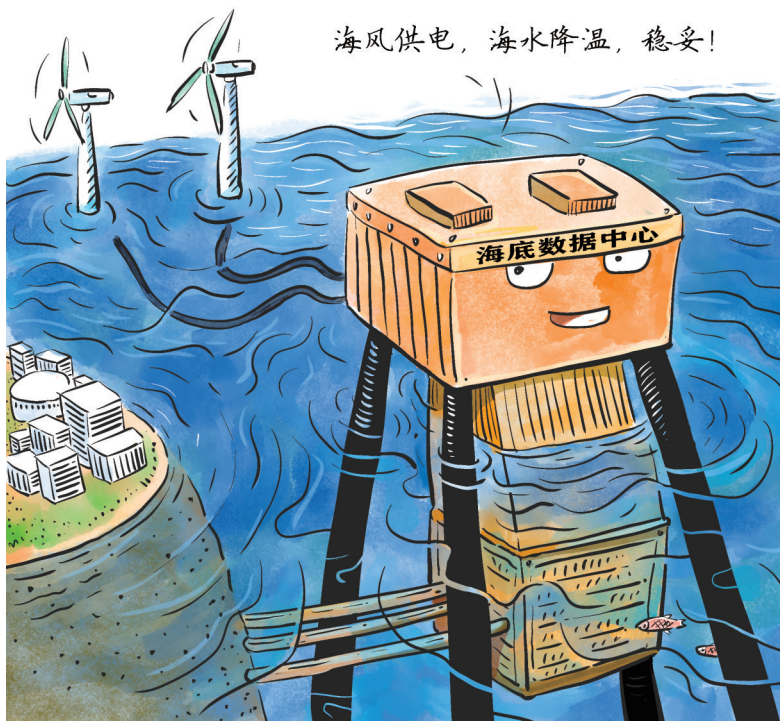
# 把数据中心搬进大海 节能省地又增效

日常生活越智能,数据产生就越多。这些数据的储存和处理必须经过数据中心,而这颗“数字心脏”的跳动又需耗费大量电能。目前,这道难题正在寻找更多绿色答案。不久前,一个全新的海风直连海底数据中心在上海临港正式投入运营。

临港海底数据中心海面以上高度有32米,总重1950吨,这座海上庞然大物十分壮观。在同等算力规模下,传统陆上数据中心的占地面积是它的近10倍。

海平面以下10米至15米深处,是海底数据中心的核——数据仓,它依靠圆桶立式结构稳稳扎在海床上。传统陆上数据中心必须靠大量淡水和复杂制冷设备来给服务器降温,是一只巨大的“电老虎”。而在这里,年平均温度15℃的海水就是天然散热器。临港海底数据中心完全不消耗淡水,也就不需要庞大的制冷设备。

传统陆上数据中心用的



海风供电,海水降温,稳妥!

电,大多需要经过长距离线路输送,导致成本增加和更大的电力损耗。而临港海底数据中心用的电来自海上风电场,相

当于把饭桌直接支在了灶台边上。海风直连技术为数据中心提供了又稳、又多、又绿的电力。

文/央视新闻

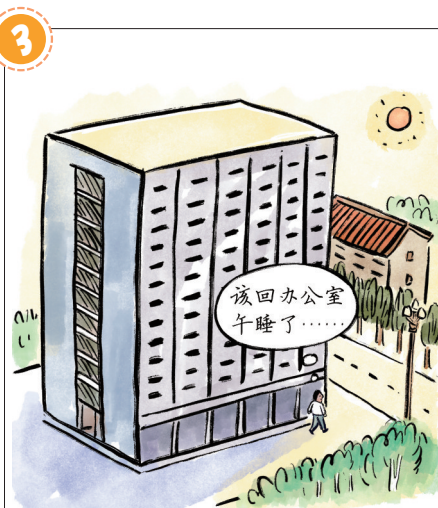
## 如何睡个神清气爽的午觉?



你有没有发现,午睡就像薛定谔的猫:睡多了头疼,睡少了更困,趴着睡头昏脑涨,仰着睡脖疼打鼾……那么,怎样午睡效果更好呢?



首先应控制时长:15至20分钟最佳。白天睡太久会消耗身体积攒的腺苷,晚上不容易睡着。缺觉的人哪怕只小睡10分钟,也能有效缓解疲劳。



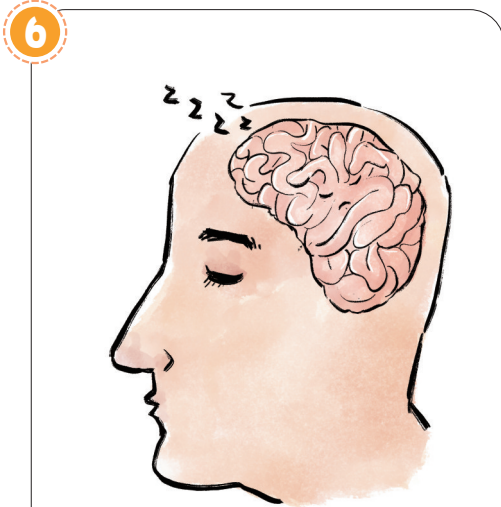
其次瞅准时机:饭后别立刻睡。吃完饭先溜达溜达,过半小时再睡;也不能睡得太晚,否则会影响夜间睡眠,导致晚上失眠。



还需摆好姿势:不要趴着睡。尽量靠椅+U型枕垫着脖子,避免头侧偏,注意保护好颈椎和呼吸道。有条件的话平躺休息是最好选择。



优化环境:遮光+静音。拉上窗帘、戴上眼罩遮光,用耳塞或白噪音隔绝杂音,能更快进入放松状态,提升午睡质量。



然而,午间休息≠必须睡着。如果睡不着也没关系,关键是想办法让身体和大脑短暂休息。



完美午睡公式:20至30分钟时长+饭后先消化20至30分钟+舒适姿势+遮光静音环境,就能告别“越睡越累”,真正实现午睡的好处,降低心脑血管疾病发病风险、提升工作效率。

◎文/新华社客户端 漫画/杨仕成