



匈牙利“放行”瑞典 波罗的海成“北约湖”？

专家分析：俄罗斯有反制能力



北约举行年度反潜演习。图据视觉中国

国际观察

匈牙利国会2月

26日批准瑞典加入北大西洋公约组织，瑞典将成为北约第

32个成员国。有分析认为，随着瑞典加入，北约完成在波罗的海围堵俄罗斯的最后一块拼图，波罗的海将成为“北约湖”。但是，俄罗斯在此区域有重要前哨——加里宁格勒，仍然具备反制能力。

匈国会“放行”，只等总统签字

匈牙利国会2月26日以188票赞成、6票反对的表决结果，批准了瑞典加入北大西洋公约组织议定书的议案。

按规定，北约吸收新成员需所有成员国批准。土耳其今年1月最终同意瑞典加入北约后，匈牙利成为瑞典加入这一军事组织的最后一关。美国及北约盟友此前一直向匈牙利施压，敦促后者尽快“放行”。

北约秘书长延斯·斯托尔滕贝格在社交平台“X”上发文说，瑞典将成为北约第32个成员国，瑞典的加入将让北约更为强大、安全。

瑞典加入北约后，波罗的海沿岸国家除俄罗斯外，均为北约成员国。

2022年2月乌克兰危机升级后，瑞典和芬兰放弃长期奉行的不结盟政策，同年5月同时申请加入北约。芬兰已于去年4月正式获准加入北约。俄方当时表示，随着芬兰加入北约，北欧地区局势发生根本变化，北约扩张是对俄罗斯安全和利益的破坏，俄方将采取反制措施，在战略和

相关新闻

对付北约 俄重建两大军区

当地时间26日，俄罗斯总统普京签署总统令，设立列宁格勒军区 and 莫斯科军区。专家指出，重建两大军区是必要举措：列宁格勒军区将抵御来自芬兰、爱沙尼亚的威胁，莫斯科军区则面向乌克兰方向。

据俄罗斯《消息报》网站报道，军事专家维克托·穆拉霍夫斯基表示，重建两大军区是必要的决定。

他解释说：“芬兰加入了北约集团。这是绵

延1300多公里的国界。因此，陆军兵团要转变成以在芬兰方向行动为目标的诸兵种合成集团军。在这种情况下，列宁格勒军区具有特殊意义，因为它的任务是抵御芬兰和另一个北约国家爱沙尼亚的行动。从这个角度来看，部队的战斗力、机动力和装备水平都将增强。”

北约加紧挤压俄活动空间

法新社报道，继芬兰去年加入北约之后，瑞典“入约”意味着除俄罗斯以外的波罗的海周边国家都将纳入北约版图，波罗的海将变为“北约湖”。一旦与俄罗斯爆发军事冲突，北约有足够优势扼住俄方在波罗的海关键航道周旋的空间。

北约加紧挤压俄罗斯在波罗的海活动空间，但俄罗斯在这一区域有一处重要“前哨”——加里宁格勒。这块“飞地”位于北约成员国波兰和立陶宛之间。俄方近年来加强在加里宁格勒的军力部署，包括可以搭载核弹头的导弹。

美国陆军军事学院教授约翰·德尼告诉法新社记者，俄罗斯在加里宁格勒的驻军规模不及苏联时期，但一直保持对水下军力的投入，并仍有能力发起小规模登陆战或威胁北约补给线。

有分析认为，随着北极冰层的融化和北极附近航运的增加，近年来该地区的空中和海上活动也在增加。俄罗斯船只到达大西洋的最短路线——波罗的海的绝大部分将被北约盟国控制。一旦波罗的海变成“北约海”，势必导致北约与俄罗斯“硬碰硬”，最后的结果可能是核大战。

一旦爆发战争，俄罗斯可能经由白俄罗斯，打通65公里长的苏瓦乌基走廊，从陆地上包围波罗的海三国。苏瓦乌基走廊是波兰与白俄罗斯边界以及波兰与立陶宛交界的狭长战略地带，可通往加里宁格勒。

(据新华网、火星方阵)

墨西哥城街头 蓝花楹提前2个月开花

专家：气候变化是主因

在墨西哥首都墨西哥城，每到春天，成千上万棵蓝花楹盛开时，整座城市的街道被绚丽的紫色覆盖。这一亮丽的风景不仅吸引了大量的居民和游客，也为不少鸟类、蜜蜂和蝴蝶提供了食物和庇护所。然而，今年出现了一些异常现象——这些通常春天3月份才开花的蓝花楹树，在今年1月初就已经绽放。

墨西哥国立自治大学大气科学与气候变化研究所研究员康斯坦蒂诺·冈萨雷斯解释说，气温上升导致今年墨西哥首都的冬天提前在1月中旬结束，而不是在往常的3月下旬，由此引发了蓝花楹树的早绽。

(据红星新闻)

帮助老年人防电诈

日本ATM机 安装AI识别系统

日本人口老龄化日趋严重，老年人成为电信诈骗主要受害群体之一。为此，日本警方在部分自动柜员机(ATM)安装人工智能(AI)识别系统，向潜在受害者发出警示。

据日本“天空新闻24小时”网站报道，近年来针对老年人的电信诈骗活动日益猖獗，骗子假扮老人亲属，以遇到麻烦为由诱骗对方。骗子本人不露面，通过电话指挥老人用ATM机完成转账过程。为打击这类犯罪，日本警察厅宣布将人工智能识别系统引入ATM机。

(据央视网)

在以色列使馆前 自焚的美国军人已死亡

美国空军现役军人阿伦·布什内尔2月25日在位于首都华盛顿的以色列驻美大使馆前自焚，抗议以色列在加沙地带军事行动导致大量巴勒斯坦平民伤亡。布什内尔26日经抢救无效死亡，年仅25岁。华盛顿警方发言人证实这一消息。

美国国防部发言人帕特里克·赖德说，这是一起“悲剧性事件”，国防部长劳埃德·奥斯汀也在关注此事。

据美国媒体报道，该名自焚男子伤势严重，被送入当地医院救治。这名男子事发时高喊数声：“解放巴勒斯坦！”

美国是以色列的最主要盟友。本轮巴以冲突以来，美国不仅向以色列提供大量军事援助，把航空母舰编队派到地中海和红海为以色列“站台”，还在联合国多次否决要求加沙地带停火的决议草案，引发全球不满。

加沙地带卫生部门最新数据显示，以方军事行动在加沙地带已造成巴方近3万人死亡，约7万人受伤。

(据央视新闻)

世界首例克隆藏羊在青海诞生

近日，由西北农林科技大学团队联合青海省西宁市动物疫病预防控制中心培育的“克隆藏羊”在青海顺利出生。这是国内首次采用体细胞克隆技术对现存藏羊群体中的优良个体进行种质复原保存，并用于良种藏羊高效繁育。

初生的克隆藏羊重3.4千克，临床检查健康。目前，基地已经陆续出生了2只克隆藏羊。

藏羊养殖业是青藏高原农牧民收入的主要来源之一，但藏羊的繁育效率不高，优秀种公羊利用率低，对产业发展产生较大影响。本次克隆胚胎移植的43只受体羊初检妊娠率达到58.1%，120天怀孕率达到了37.2%，一批小羊将陆续出生。

(文图据央视新闻)

“咳个不停”是肺癌吗？ 身体这几种表现千万别忽视

2月25日，娃哈哈发布布告，创始人、董事长宗庆后因病去世，享年79岁。此前，有媒体披露，79岁的宗庆后春节前因肺癌病重，住进重症监护室。

今年2月2日，国家癌症中心发布的癌症报告显示，我国的肺癌发病率和死亡率均排在首位。肺癌的病因至今尚未完全明确，致病因素包括吸烟、大气污染、职业接触、电离辐射、既往肺部慢性感染、遗传、基因突变等。

9种常见表现一定要知道

说到肺癌，很多人首先想到不停地咳嗽。出现以下九种情况，要高度警惕肺癌的发生。

咳嗽：咳嗽是最常见的症状，多为刺激性呛咳/干咳。

痰中带血或咯血：多为血丝或血块样痰，严重可出现大咯血。

“瓮气”样的胸痛：为肿瘤侵犯胸壁或阻塞性肺炎所致。

近期出现不明原因的疲乏无力、体重减轻、隐约胸痛不适、胸闷/气促：多见于中央型肺癌，常因肿瘤阻塞气管或胸腔积液引起。

声音嘶哑：以声嘶为第一主诉，常伴随有咳嗽，是提示肺癌的一个信号，预示癌症已偏晚期(喉返神经受压或侵犯)。

发热：多为38℃左右，多发生在下午和晚间。

无任何症状：往往通过体检发现病灶。**转移症状**：脑、骨、肝、肾上腺是最常见的转移部位，头痛、抽搐、骨痛及肝区疼痛等。

副肿瘤综合征：肌无力综合征、皮炎炎、副肿瘤边缘叶脑炎以及低钠血症等。

6类人是肺癌的高危人群

肺癌的存活率与发现时的分期有很大关系。早期肺癌大多没有明显症状，很难被及时发现。《居民常见恶性肿瘤筛查和预防推荐》(2022版)建议，

肺癌高危人群可进行低剂量螺旋CT筛查。

肺癌高危人群是指年龄>40岁，至少合并以下1种或多种危险因素者：吸烟≥20年包(年包指每天吸烟多少包乘以持续多少年，例如20年包指每天1包持续20年或每天2包持续10年)，包括戒烟时间不足15年；被动吸烟；有职业暴露史(石棉、铍、铀、钍等接触者)；有恶性肿瘤病史(淋巴瘤、头颈部癌症或与吸烟有关的癌症)；有家族史：一级亲属罹患肺癌；有慢性阻塞性肺疾病或弥漫性肺纤维化病史。

预防肺癌做好5件事

戒烟、远离二手烟：香烟作为一类致癌物，与肺癌的发生有直接相关性。不吸烟者要避免被动吸烟，远离吸烟环境。

远离有害物质：在有有害环境下工作时，应做好防护措施，比如戴防尘口罩，医护人员穿铅衣隔离放射线，减小职业危害；避免室内烟尘和装修污染，比如甲醛和氡气，家庭装修使用更环保的材料，尽可能不在刚装修的公共空间逗留；家里减少煎、油炸、烧烤等烹饪方式，并注意厨房的良好排风；雾霾天减少外出，戴防霾口罩。

科学健康饮食：饮食与肺癌也有很大关系。多吃水果蔬菜，蔬菜水果中富含胡萝卜素、维生素C、维生素E、叶酸等营养元素，有利肺部健康；大蒜、海产品、谷物、蘑菇、芝麻、豆类等富含硒元素，有防癌抗癌功效。避免吃辛辣刺激的食物，少放调料，不吃烧烤、油炸类食物。要低盐低脂优质蛋白饮食，做到营养均衡。

良好的心态：不良心理因素是肺癌发病的重要致病危险因素之一。人的情绪一旦低落，身体的免疫力就会下降，让疾病有机可乘。保持好心情，一定程度上可以预防肺癌发生。

规律健康生活：熬夜会增加癌症发病率，所以尽可能保持正常作息。倡导健康生活方式，坚持锻炼身体，劳逸结合，保持愉快心情，警惕“心霾”。

(据《老年生活报》)

这些营养素 能赶走抑郁

n-3多不饱和脂肪酸。多不饱和脂肪酸是人体的必需脂肪酸，其中n-3多不饱和脂肪酸可改善海马体功能，维持正常认知，并能调节情绪、抑郁症状和行为。抑郁患者大都存在n-3多不饱和脂肪酸的缺乏，但人体无法自身合成，因此只能从食物中获取。

推荐食物：各种深海鱼，如三文鱼、金枪鱼、沙丁鱼和白鱼。植物油、坚果、亚麻籽也是不错的选择。

B族维生素。大量研究证实，抑郁症与B族维生素缺乏相关。维生素B12可参与核酸合成，维持神经系统的功能，使脑神经介质维持在正常状

态。叶酸也是B族维生素之一，被认为与情绪和心境障碍有关，叶酸缺乏与抑郁症的发生甚为密切。

推荐食物：动物内脏、瘦肉、豆类、坚果、全谷物、蔬菜水果等。

锌。中枢神经系统中富含锌，锌与神经递质的合成密切相关，锌浓度改变会引起神经递质如五羟色胺、去甲肾上腺素及多巴胺等的传递。临床研究发现，大多数抑郁患者血清锌水平降低。

推荐食物：锌含量高的食物来源于贝壳类的海产品，比如牡蛎、扇贝、鲍鱼。

(据《健康报》)

常年头晕要定期筛查颈动脉

有些头晕是由于颈动脉重度狭窄引起的，通过颈动脉彩超、CT血管造影术、磁共振血管造影、数字减影血管造影这四种方法，可以有效地检查出颈动脉内的斑块性质和狭窄程度，其中最经济适用的检查手段是颈动脉彩超。

人的血液在血管里不停流动，血液里的一些脂质成分就会缓慢地沉积在血管壁上，使管腔变小，就好像水壶一样，里面沉积了大量的水垢，倒水就不方便了。血管也一样，那些逐渐沉积到血管壁上的“水垢”就是“血管斑块”。当斑块堆积到一定程度时会阻碍血液的正常流动，引起颈动脉狭窄甚至闭塞，出现头晕、耳鸣、失眠、记忆力减退等情况，严重的会导致大脑供血不足，可能引发中风，甚至危及生命。

(据《燕赵老年报》)

颈动脉狭窄早期可无任何症状，但患有颈动脉疾病的患者可在无任何征兆的情况下突然发生脑中风，表现为偏瘫、失语等。一部分患者在此之前可能会发生一些先兆性症状，称之为短暂性脑缺血发作，症状持续几分钟到几小时，可以逐渐自行缓解，这些短暂性的先兆症状主要包括：1. 肢体无力、麻木，或一侧肢体有震颤的感觉；2. 肢体活动不灵；3. 单眼视物不清(很多人描述这种感觉像是眼前有黑影遮挡)；4. 说话言语不清。

超过45岁，有高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、长期吸烟喝酒、有心血管疾病家族史、不稳定性心绞痛的人，特别容易长斑块，建议去医院做个简单的检查。

四种症状提示 血液黏稠度高

晨起时头晕，饭后清醒。临床观察显示，血液黏稠度高的人，早上起床之后，会感觉到脑袋晕乎乎，也没有什么力气，并没有睡醒后神清气爽、精力充沛的感觉。等到吃完晚饭后，精神状态反而达到最好，有的人甚至到了半夜都没有什么困意。

午饭后犯困，须立即睡觉。正常人午饭后都会困倦，但可以忍受。而血液黏稠度高的人在午饭后马上犯困，睁不开眼，要立即睡觉，否则整个下午都无精打采。如果睡上一会儿，精神状态明显好转。因为午饭后血液循环加速，血液黏稠度高的人，脑供血不足的症状更加明显。

下蹲时气短，肥胖者居多。血液黏稠度高的人群中，肥胖者居多，这些人下蹲比较困难，甚至因为过度肥胖而无法蹲着干活，一蹲下就感到胸闷气短，呼吸不畅。人体下蹲时，回到心脏的血液减少，加之血液过于黏稠，会导致血液循环不足，氧气与二氧化碳不能完成交换，从而引起呼吸困难、憋气等机体缺氧现象。

视力突然模糊，看不清东西。有些人平时视力还行，但常出现短暂性模糊，严重时甚至突然看不清东西，该情况普遍发生在65岁以上老年人身上。随着年龄增长，大多数老年人血液黏稠度偏高，血液流通不顺畅，营养物质和氧气不能及时供给视神经，导致视神经和视网膜暂时性缺血缺氧，医学上称阵发性视力模糊。

(据《老年报》)

警惕手上出现的 癌症信号

指甲的变化

1. **泡沫状或者凹陷的指甲**。当指甲出现凹陷或者泡沫状的形态时，可能暗示着某些癌症的存在，或者是体内有肿瘤的表现，比如肺癌、胃癌等，需要进一步到医院进行检查和评估。

2. **黑线或者黑斑**。指甲上的黑线或者黑斑可能是患有黑色素瘤的信号。黑色素瘤是一种常见的皮肤癌，如果能够早期发现并积极接受治疗，可显著提高治愈率。

3. **无色指甲或者白色指甲**。无色或者白色指甲可能与肝癌相关。肝癌是一种严重的癌症，早期发现可以拥有更多的治疗选择和康复机会。

手指关节的变化

手指关节的异常情况也可能与癌症存在一定的联系：

1. **末端指关节肿胀和疼痛**。关节肿胀和疼痛可能是骨癌的信号之一。骨癌是一种罕见但严重的癌症类型，早期发现可以避免并发症和骨损伤的发生。

2. **肌无力和手指麻木**。肌无力和手指麻木可能表明存在神经内分泌肿瘤。这类肿瘤会对神经系统产生影响，造成身体各部位感觉和运动障碍。

手掌的变化

手掌也可能出现一些异常变化，和癌症之间存在一定的关联：

1. **手掌起皱、蜡样变白**。手掌起皱并且呈现蜡样变白可能是一种叫做恶性乳头状瘤的疾病信号。这种类型的癌症通常发生在手指或者脚趾的皮肤上，早期诊断可以提高康复机会。

2. **手掌红斑**。手掌的红斑可能与一种罕见但严重的癌症类型——朗格汉斯细胞组织细胞增多症有关。这种疾病主要影响淋巴系统，往往伴随着其他症状如发热、浮肿等。

尽管手部信号并非癌症的确诊标准，但它们的出现可以作为潜在的早期征兆，提醒人们进行更加细致地医学检查和评估。

(据《健康报》)