

# 眼睛突然睁不开

# 当心颅内动脉瘤

颅内动脉瘤是颅内动脉管壁  
的异常扩张,是引起自发性蛛网膜  
下腔出血的最常见原因,约占自发  
性蛛网膜下腔出血的85%左右。它  
是常见的脑血管性疾病之一,危害  
极大,情况严重时直接危及生命。

目前没有能够预防颅内动脉  
瘤发生的办法,对于存在高危因素  
的人群,建议定期进行脑血管的影  
像学检查,以便能够在颅内动脉瘤  
破裂出血前发现病变,给予恰当的  
治疗,对危险因素加以控制,从而  
降低颅内动脉瘤破裂出血的发生  
率。

颅内动脉瘤的临床表现可分

为以下几点:

**颅内出血** 多数患者是单纯  
性蛛网膜下腔出血,表现为突发头  
痛、呕吐、意识障碍、癫痫样发作及  
脑膜刺激征。

**局灶症状** 大颅内动脉瘤常  
产生压迫症状、偏瘫、动眼神经麻  
痹及梗阻性脑积水。

**脑缺血及脑动脉痉挛** 患者  
可出现不同程度的神经功能障碍、  
偏瘫、失语、深浅感觉减退、失明、  
精神症状等。

大部分情况下,医生需要结合  
各种诊断依据综合分析,其目标是  
确定患者“颅内动脉瘤”是这一类

疾病中的哪一种。这些主要的诊断  
依据包括:问诊、查体;辅助检查如  
血常规、超声、血管成像(数字减影  
血管造影、CT血管造影及磁共振  
血管造影)等均可帮助医生做出诊  
断,从而选择合适的治疗方案。

颅内动脉瘤瘤体情况不同,可  
选择的治疗方式也不同。

无症状、未破裂颅内动脉瘤。  
颅内动脉瘤直径较大者,医生会建  
议积极治疗、干预;其余患者要动  
态随访,密切观察,如果发现颅内  
动脉瘤进行性增大、形态改变,则  
需及时进行治疗、干预。

有症状、未破裂颅内动脉瘤。

应尽早治疗,避免症状继续加重,  
危及生命。

发生破裂出血的颅内动脉瘤。  
均应尽早进行病因治疗,以降低颅  
内动脉瘤再次破裂出血风险。其治  
疗手段主要是外科手术夹闭或介入  
治疗,需依据患者个人情况和颅内  
动脉瘤的特点等多因素考虑后制  
定。

预防颅内动脉瘤出现,可以通  
过锻炼身体加快血液流通速度,不  
但能增强体质,还能减少颅内动脉  
瘤出现的概率。颅内动脉瘤的出  
现跟创伤有很大关系,要尽可能减  
少创伤感染的机会,从而减少颅内  
动脉瘤的发生风险。(据《健康时报》)

## 科学饮食

### 家里包饺子 需注意原料及储存等

冬至吃饺子是我国的一种习俗。家庭自制饺子时,中国食品科学技术学会提醒,需要注意以下3点:

**饺子原料:**饺子由皮和馅组成,面粉是饺子皮的主要原料,直接影响着饺子的外观和口感。在自制饺子时宜选用优质、面筋度较高的特制精白粉或特制饺子专用粉。在馅的制备上,应选择肥瘦适当的肉类和新鲜蔬菜。

**制作工具:**在制作饺子过程中,使用器皿应清洗干净,并做到原料生熟分开操作。

**储存方式:**尽可能按食量制作,现包现食,风味更佳。如一次制作很多,应把剩余生饺子放在冰箱冻藏保存,餐后剩下的熟饺子,建议在室温下凉透后再放入冰箱冷藏。(据《新京报》)

### 5类人 慎补维C



以下几类人不建议短期大量补充维生素C。

1. 消化道溃疡患者。此类患者短期内补充大量维生素C,严重时可导致消化道出血。
2. 贫血患者。维生素C可促进铁剂吸收和影响肠道内维生素B<sub>12</sub>的吸收,血色病、巨幼红细胞贫血等患者慎用。
3. 痛风患者。额外过量补充维生素C,会增加草酸盐以及尿酸盐从肾脏排出,使尿酸盐结石的生成率进一步增加,对肾脏产生一定损害。
4. 儿童。儿童大量服维生素C,可能影响骨质对钙的吸收。
5. 孕妇。孕妇过量服用维生素C可能造成新生儿坏血病,如果必要使用,请在医生指导下服用。

(据《快乐老人报》)

## 策马扬鞭立北疆 建设能源新高地

——中电工程华北院内蒙古分公司挂牌成立

2022年12月22日,中国电力工程顾问集团华北电力设计院有限公司(以下简称“华北院”)内蒙古分公司成立大会在呼和浩特市召开。

华北院是由成立于1953年的原电力工业部华北电力设计院改制成立的大型国有企业,与新中国第一个五年计划相伴而生,现隶属于一级央企中国能源建设集团有限公司。七十载峥嵘岁月,华北院砥砺前行,在改革开放中顺势创新转型,在市场竞争中因势革新求变,实现了一次次华丽蜕变和质的飞跃,已从单一电力行业勘察设计企业发展成为集高端咨询、勘察设计、投融资、施工、监理、运维等工程项目全生命周期、全过程整体服务为一体的国际工程公司。华北院连年位居全国勘察设计企业综合实力百强排名前50强,多次被国际权威杂志ENR评入世界总承包商225强及中国承包商80强、工程设计企业60强、取得“2021年度践行双碳目标最佳设计院”荣誉称号。组建内蒙古分公司是华北院全面学

贯彻党的二十大精神、深入践行中国能建《若干意见》和“1466”战略,立足公司新发展定位、适应战略发展要求,加快实现深耕重要区域市场战略目标的重大举措,对于华北院进一步整合区位优势和资源布局、深入推进适应性组织、增强跨区域发展能力、加速优化占点布线、拓展发展空间具有重要促进作用。

党的二十大报告提出,积极稳妥推进碳达峰碳中和;立足我国能源资源禀赋,坚持先立后破,有计划分步骤实施碳达峰行动;深入推进能源革命,加强煤炭清洁高效利用,加快规划建设新型能源体系,确保能源安全;提升生态系统碳汇能力。积极参与应对气候变化全球治理。

内蒙古地理区位独特、能源资源优势显著,是我国北方重要生态安全屏障。按照国家新能源基地战略布局,内蒙古是国家风光大基地建设的重点地区。内蒙古正坚定不移走以生态优先、绿色发展为导向的高质量发展新路子,“十四五”期间,将大力发展风电、光伏、储能与绿色氢能

四大产业集群,新能源及能源新业态业务市场前景非常广阔;另外,基于风光大基地的消纳需求,该地区外送华北、华中地区为主的特高压通道建设具有很大的市场空间。

华北院始终重视技术创新对企业发展的支撑和引领作用,在“碳达峰 碳中和”解决方案、能源新业态、大型综合能源基地整体规划、全生命周期的信息数字化管理应用技术、新一代大中型煤电机组整体升级、在役煤电机组升级延寿、特高压输变电等方面积极开展技术攻关,并获得了一定的技术优势。站在新的历史起点,华北院识势变局、领势布局、聚势破局,正在打造以能源类业务、城市建设类业务、生态环保及其他新业态业务为主体的国际型工程公司,锚定能源投建营一体化方案解决商和综合开发商目标奋进。

内蒙古地区发展战略规划与华北院优势业务和转型需要高度契合。内蒙古市场一直是华北院市场重点深耕区域,华北院多年来积极参与内蒙古地区能源电

力工程项目建设,建成投产了多个优质项目工程,在当地树立了良好的企业和品牌形象,与当地政府建立了良好的政企合作关系。作为华北院区域布局的重要前哨,内蒙古分公司将充分发挥京外分公司区位优势,提升市场响应速度,进一步强化华北院与内蒙古当地政府和客户的深度沟通和常态化联系,增强客户粘性;作为华北院深耕华北地区、全面融入西部大开发等国家区域发展战略的平台窗口和重要基地,内蒙古分公司的设立,将进一步促进华北院在内蒙古地区的投资建设力度。华北院将充分发挥自身规划咨询、勘测设计、工程建设、全产业链优势,坚持“能源+”和“绿色+”理念,聚焦能源网、交通网、数字网、水网、生态网、产业网、文化网“七网”深度融合,为内蒙古提供纵向一体化、横向融合化的发展方案,将内蒙古优势资源做成产业、输出产品,将华北院优势业务与内蒙古“十四五”期间新能源基地建设有效结合,助力内蒙古高质量发展。