

发热咽痛皮疹!小心猩红热

猩红热是由A族β型溶血性链球菌感染引起的急性呼吸道传染病,可引起儿童扁桃体炎、咽峡炎等上呼吸道感染性疾病,其并发症——风湿热和急性肾小球肾炎严重危害青少年身体健康。猩红热是我国法定的乙类传染病,目前尚无疫苗可预防。

流行特征

猩红热一年四季均可发生,

春、冬季为发病高峰。

传播途径

主要通过呼吸道飞沫传播和接触被病原菌污染的物品、手、食物等传播,还可通过受损的皮肤感染。

临床表现

猩红热的临床表现分为普通型、脓毒型、中毒型和外科型。临床以普通型多见,主要表现为:急性

起病,可表现为高热伴咽痛,发病后次日出现皮疹。

皮疹始于耳后、颈及上胸部,1天内蔓延全身,典型的皮疹如“鸡皮疙瘩”,多在1周内消退,躯干常呈糠样脱屑。部分患者可出现“草莓舌”“杨梅舌”。

如不及时治疗,感染可蔓延至邻近组织器官,引起鼻窦炎、中耳炎、扁

桃体周围脓肿、支气管炎、肺炎等,还可能出现肾小球肾炎、风湿热等。

如何预防?

在呼吸道感染高发期,倡导勤洗手、加强通风、咳嗽礼仪、清洁消毒等卫生习惯。家长一旦发觉儿童出现发热、咳嗽或皮疹等症状,应及时送往医院进行诊断和治疗,不带病上学。(据《学习强国》)

上交叉综合征的自我康复锻炼

上交叉综合征是指由于长时间低头伏案或过度锻炼胸部肌肉造成相应部位肌肉不平衡,形成头部前倾、含胸(圆肩)、驼背、肩胛骨耸起等一系列形体的变化,进而导致颈肩部肌肉紧张酸痛、头痛头晕、手臂麻木、呼吸不畅、心慌胸闷甚至便秘等各种症状。现介绍一些自我康复锻炼的方法,帮助读者放松和锻炼肌肉。

运动牵拉训练

1. 牵拉放松胸大肌、胸小肌:肩部外展90度,肘屈曲90度,掌心朝前,固定前臂。弓步,腰背挺直,身体前倾,直到胸大肌有牵拉感为止,维持30秒,换另外一侧,重复三组。

2. 牵拉放松斜方肌上束、斜角肌:头向右侧屈,脸向左侧旋转45度。右手放于左耳上方。维持30秒后换另一侧,重复三组。

3. 牵拉放松胸锁乳突肌:双手固定于锁骨处。头向右侧屈,面部转向左侧,维持30秒后换另一侧,重复三组。

4. 牵拉放松肩胛提肌:低头,头前屈,手放于耳上方。感受颈部牵拉感。维持30秒后换另一侧,重复三组。

肌肉激活加强训练

1. 加强激活斜方肌中下束、菱形肌、小圆肌和冈下肌:

“Y”型动作 手臂前举,拇指朝

上,肩胛保持用力,与身体呈Y字形,尽可能举至耳朵高度或略高于耳朵,该动作可以强化下斜方肌和菱形肌。

“T”型动作 手臂平举,拇指朝上,肩胛保持用力,与身体呈T字形,高度尽可能超过身体,这个动作可强化斜方肌中束和菱形肌。

“W”型动作 手肘弯曲、肘部张开平举至身体的高度,接着将前臂向前方抬起直到与身体平行,肩胛向下后方收缩,使手臂与身体呈W字形,这个动作可强化斜方肌中束、菱形肌和斜方

肌下束。

“L”型动作 手肘弯曲、肘部打开平举至身体的高度,拇指朝上,手臂与身体呈L字形,肩胛保持收缩,该动作强化小圆肌和冈下肌。

2. 深层颈屈肌强化:下巴微收,尽量使后侧保持在同一直线上,维持30秒,重复三组。

(内蒙古自治区中医医院康复科主治医师 乌 峰)



分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)
郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗!否则后果自负。

拍卖公告
受某单位委托,我公司于2024年05月30日(星期四)上午10时在内蒙古呼和浩特市赛罕区鄂尔多斯东街天和公寓三楼会议室对以下标的举行公开拍卖:
一、标的物名称:新城区东库街24号家俱装饰展厅A座3层De147。
二、标的展示:本公司自公告发布之日起展示标的,接受咨询。2024年05月29日16:30时截止展示。
三、竞买须知:1. 竞价时间:2024年05月30日上午10时。2. 有意竞买者请于2024年05月30日10时前,携带竞买保证金及相关证件到我公司办理竞买登记手续,具体要求详见拍卖会《竞买须知》。
电话:13337100226,地址:呼市赛罕区鄂尔多斯东街天和公寓3楼办公室

内蒙古广义拍卖有限责任公司 2024年05月27日
丰镇市玉林化工有限公司100万吨/年高等级重交沥青技术改造项目新增污水处理、废溶剂蒸馏、废包装热裂解、辅料池等设施项目环境影响报告书征求意见稿公示
【丰镇市玉林化工有限公司100万吨/年高等级重交沥青技术改造项目新增污水处理、废溶剂蒸馏、废包装热裂解、辅料池等设施项目环境影响报告书】征求意见稿已编制完成,现征求公众意见。
一、环境影响报告书征求意见稿和公众意见表网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/14nVCERC2nVXk0EEcU49DHA?pwd=148w(提取码:148w)
二、公众可到建设单位或环评单位查阅纸质报告书
三、征求意见的公众范围:项目周边5km范围内的相关受影响公众
四、公众提出意见的方式和途径:公示后10个工作日内可通过以下方式向建设单位反馈意见。
建设单位:丰镇市玉林化工有限公司,通讯地址:内蒙古自治区乌兰察布市丰镇循环经济开发东区,联系方式:高磊,13864444144,邮箱:1144284416@qq.com

公告
兹有鄂尔多斯市东胜区祥和家园项目部于2019年至2022年出具的房屋认购协议,因项目涉及及的合同义务没有得到实际履行,现我项目部公告,前述房屋认购协议全部作废,我项目部不予认可,如有异议,在此公告发布之日起7个工作日内到我项目部咨询特此告知。
附:作废房屋认购手续明细:
一、19号楼1单元403、503、603、703、803、903、1003、1103、1203、1303,为吴玉斌相关。
二、8号楼1单元302、602,为李杰所相关。
三、7号楼1单元101、201、301、203、17号楼1单元804、901、6号楼2单元105,为王勤相关。
四、4号楼2单元301、303、19号楼1单元1601,为王利军相关。
五、4号楼1单元601、602、603、604、605、606、1101、1102、1103、1106,为马润军、重庆巨扬建筑劳务有限公司相关。
六、8号楼1单元202、8号楼2单元105、204、6号楼2单元506、15号楼1单元301、302、701,为赵政军相关。
七、19号楼1单元1703,为王志清相关。
八、6号楼1单元601、602、603、604、605、606、1101、1102、1103、1106,为马润军、重庆巨扬建筑劳务有限公司相关。
九、13号楼1单元801,为王军相关。
内蒙古嘉泽房地产开发有限公司东胜区祥和家园项目部
2024年5月28日

通知
呼和浩特市加晨科技有限公司定于2024年6月11日上午10点在呼和浩特市新城区如意大街兴安泰东河湾一期18号楼2单元3楼东户302-1会议室召开全体股东大会,审议公司注销事宜,请各位股东准时到场,不到场视为放弃自己的表决权并承担相应的责任,特此通知。

声明
我于2019年12月20日与上海商汤智能科技有限公司单方签署了《产品购销合同》,因上海商汤智能科技有限公司未将原件交回我公司且双方均未履行该合同主要义务,我公司特此声明上述合同予以解除,特此声明。
内蒙古航天信息有限公司

通知
内蒙古索易泽源商贸有限公司依据公司章程召开股东会会议,通知股东出席2024年6月11日9点在呼和浩特市如意开发区东区远经一路东远五纬路北侧乾坤工业园公辅楼一层116房间会议室股东会议,审议公司注销公告已于2024年3月28日在国家企业信用信息公示系统(内蒙古)网刊登,一般注销事宜,请各位股东准时到场,没有到场的股东视为自动放弃,我公司将按公司法规定,符合三分之二表决权执行注销事宜,特此通知。

减资公告
经股东会会议决定,鄂尔多斯市裕森建设工程有限公司(统一社会信用代码91150624MACFYGYX8P)拟减少注册资本,注册资本由人民币240万元整减少至30万元整,请债权人及债务人自本公告见报之日起45日内与该公司联系,特此公告。
鄂尔多斯市裕森建设工程有限公司 2024年5月27日

通知
武钢宏信置业发展有限公司大南湖煤矿工程项目部(签约无效)项目章遗失,声明作废。
2024年5月27日

拍卖公告
接受委托,我公司将于2024年6月4日上午10点30分在中拍平台(https://paipai.caa123.org/)对呼和浩特市新城区北二环南毓秀国际公馆8016所在8层、1011所在10层、11016所在11层、11层。赛罕区昭乌达路利百佳国际公寓1号楼A、11016所在11层、512室、6楼601室、611室、7楼711室、B座4楼401室、6楼611室,共10处房产公开拍卖,起拍价格:表附元。标的的具体详情可登录“内蒙古地领拍卖官方”公众号查询。
一、展示、报名时间及报名方式:自公告发布之日起至拍卖会开始前一天2024年6月3日下午16时止,预约看房及办理报名手续。
二、竞买保证金:有意竞买者需缴纳竞买保证金,将标的金额的20%汇入我公司账户,方可办理报名手续,领取竞买账号,竞买不成功者保证金不计息退还(3个工作日内)。
三、保证资金:个人账户信息:户名:内蒙古地领拍卖有限公司,开户行:中国建设银行股份有限公司呼和浩特滨河北路万豪美墅城支行,账号:15050110956700000081
三、展示地点:标的所在地。 四、咨询电话:13789486089
内蒙古地领拍卖有限公司 2024年5月27日

苏德尔特油田田14区块兴安岭油层补充加密产能建设工程环境影响报告书征求意见稿公示
(一)环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径:(1)网络链接地址:https://pan.baidu.com/s/1nTaqn618rvxVFcwibuE_Sw?pwd=vtpp,(2)查阅纸质报告书的方式和途径:山东省青岛市市南区山东路33号,山东海纳环境工程有限公司,联系人孙工,电话(0532) 85831589。
(二)征求意见稿的公众范围:本次征求意见的公众范围为项目周边的公民、法人和其他组织等。
(三)公众意见表的网络链接:网络链接地址:https://pan.baidu.com/s/1N6Nm_P1eh0CbQh-XOa3ScA?pwd=zp1
(四)公众提交公众意见表的主要方式和途径:公众可以通过电话、电子邮件等方式提出与环境影响评价相关的意见。
建设单位联系人蔡主任,地址内蒙古自治区呼伦贝尔市新巴尔虎右旗,电话0459-5973859,邮箱416109894@qq.com,环评单位联系人孙工,电话0532-85831589,邮箱414510678@qq.com。
(五)公众提出意见的截止时间:2024年6月3日

广告刊登电话

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

遗失声明
武汉钢铁集团宏信置业发展有限公司利民项目部专用章(签约无效)遗失,声明作废。
2024年5月27日

遗失声明
武汉钢铁集团宏信置业发展有限公司神华锦能黑岱沟项目部(签约无效)项目章遗失,声明作废。
2024年5月27日

减资公告
经股东会会议决定,鄂尔多斯市裕森建设工程有限公司(统一社会信用代码91150624MACFYGYX8P)拟减少注册资本,注册资本由人民币240万元整减少至30万元整,请债权人及债务人自本公告见报之日起45日内与该公司联系,特此公告。
鄂尔多斯市裕森建设工程有限公司 2024年5月27日

注销公告
经公司股东会会议决定,申请注销鄂尔多斯市金来汽车租赁有限公司(统一社会信用代码91150602MA0QJ041M,请债权人及债务人自本公告见报之日起45日内到公司清理债权债务,特此公告。
鄂尔多斯市金来汽车租赁有限公司2024年5月28日

遗失声明
●内蒙古百分信百物流信息服务有限公司(统一社会信用代码91150203MA13PYLD0F)遗失任鹿里法人章,旧章号1502030068412,声明作废。
●赵毅、冯翠敏将购买内蒙古满都拉电力房地产开发有限公司开具的电力家园G3号楼2单元501室的契税收据,印花税、登记费、手续费收据和维修基金收据丢失,收据编号0010183,金额13640.20元;收据编号0010184,金额562.1元;收据编号0002204,金额6228.1元,声明作废。

●王健强于2024年5月26日不慎遗失身份证,证号150202197412043014,本人已申领新证,此证已失效,特此声明。
●内蒙古锐航商贸有限公司(统一社会信用代码91150104MA0MW5MPXW)遗失财务章一枚,声明作废。
●王宁遗失蒙A Y898挂(黄色)道路运输经营许可证正本,蒙A84857道路运输证正本,声明作废。
●成都车游天下网络科技有限公司呼和浩特分公司(统一社会信用代码91150103MAD-CLW898N)遗失公章、财务章及侯帅法人章各一枚,声明作废。
●云美莲丢失中国人寿保险股份有限公司抵押金收据一份,收据号0001199,金额1000元,声明作废。
●云南雨道遗失蒙AY0506(黄色)道路运输证正本,证号150104000506;遗失道路运输经营许可证正本,许可证号:150104002790,声明作废。
●内蒙古盛昕隆运输有限公司不慎将蒙A79494(证号150108001805)、蒙A76440(证号150108001764)、蒙A79928(证号150108001798)、蒙A79966(证号150108001795)的营运证丢失,声明作废。
●达拉特旗睿晟种养殖专业合作社(统一社会信用代码93150621MA0QBNCX3B)的公章、财务章遗失,声明作废。
●本人宋军胜(身份证号码41052719760106425X),持有的由内蒙古巨东房地产开发有限公司为宋军胜出具的购买蓝山蓝山小区26号楼3单元1601室房屋的购房款票据原件1份(票据金额351554元)、办房本费用票据一份(票据金额15652元)、红字收据一份(票据金额747元)、网签合同原件一份、网签合同号2017-8011148、商品房买卖合同原件一份,不慎遗失,现声明作废,今后产生的任何纠纷与内蒙古巨东房地产开发有限公司无关。
●内蒙古开强商贸有限公司(统一社会信用代码91150102MAC0KWLWU4M)遗失公章一枚,声明作废。

●中共呼和浩特经济技术开发区工委党群工作部筹备处(现变更为:中共呼和浩特经济技术开发区工委党群工作部)遗失法人证书正本,统一社会信用代码81150102MCA4715765)遗失财务章一枚,声明作废。
●高晓宇不慎将铁路工作证遗失,证号20162004109292,特此声明作废。
●本人不慎将海勃湾区爱绿母婴用品生活馆食品经营许可证正本遗失,许可证编号JY11503020056809,特此声明作废。
●赵宽不慎遗失呼和浩特市和阳光出租汽车服务有限公司签订的蒙ADY6869租赁合同一份,编号MH-064号;押金收据一份,金额2000元,声明作废。
●赛罕区冠峰副面馆遗失营业执照正本,注册号150105600431779,声明作废。
●内蒙古安凯龙消防器材有限公司(统一社会信用代码91150100353094866U)丢失公章、财务章、合同章及刘峻峰法人章各一枚,声明作废。
●内蒙古盛峰建筑工程有限公司(统一社会信用代码91150104MACYLMITL0K)遗失公章一枚,声明作废。
●田培志(身份证号码15030319811026001X)、王芳(身份证号码152824198410062323)不慎将永泰房地产集团(呼和浩特)有限公司开具的购房永泰城32号楼2单元601号房的首付款收据丢失,日期2020年12月6日,收据号0033033,金额396510元,声明作废。
●内蒙古国际跳棋协会遗失社会团体法人登记证书副本,编号:社证字第F1417号,统一社会信用代码51150000MJY363240U,声明作废。
●内蒙古金胡芦御园酒店管理有限公司(统一社会信用代码91150103MA0RRPAN96)遗失财务专用章一枚,声明作废。