

世界多发性硬化日：早诊早治是关键

多发性硬化症是一种免疫介导的中枢神经系统慢性炎性脱髓性疾病。5月29日是世界多发性硬化日。专家提示,早诊早治对于多发性硬化症患者十分关键,早期的综合治疗能最大程度保持患者脑健康,延缓疾病进展。同时,多发性硬化症患者在居家生活中要注意科学管理。

视力减退、肢体无力、言语障碍……这些症状都可能是罕见病多发性硬化症的症状。北京协和医

院神经内科主任医师徐雁介绍,该疾病常累及患者脑室周围、视神经、脊髓、脑干、小脑等,目前被认为可能由多种因素共同作用,在遗传与环境因素影响下,通过自身免疫反应发病。感染、外伤、妊娠、手术和中毒等可能是该疾病的诱因。

近年来,多发性硬化症患者的认知功能障碍越来越被关注,信息处理速度下降、记忆力和注意力减退等是其主要表现。徐雁介绍,研究表明,如果不给予有效治疗,多

发性硬化症患者脑容量每年丢失大于0.7%,明显高于健康人因衰老所致的脑萎缩速度,而患者病理性的脑萎缩与患者残疾进展、认知功能障碍均密切相关。

“多发性硬化症尚无有效根治疗法,临床上仍旧以疾病修正治疗为主。”徐雁表示,多发性硬化症的治疗目标是全面控制疾病炎症活动、延缓残疾进展、改善临床症状,促进神经修复,提高患者生活质量。

如何对多发性硬化症患者进行居家管理?专家表示,在治疗多发性硬化症时应积极控制体重,戒烟限酒,合理运动。同时,通过一些益智活动如阅读等增强患者的认知储备。

专家提示,多发性硬化症患者的症状忽好忽坏,可以使用症状记录表及时记录患者日常症状,便于专科医生或护士准确了解患者疾病进展。

(据新华社报道)

“增豆”避开这几个误区



近日,国民营养健康指导委员会办公室印发《“减油、增豆、加奶”核心信息》。在“增豆”方面,《核心信息》明确,大豆及其制品可提供优质蛋白质、不饱和脂肪酸、钙、钾、维生素E等,适合所有人群食用。

常吃大豆及其制品对儿童生长发育有益。但是,一些家长对于大豆及其制品有着不少误解,影响孩子对于大豆及其制品的日常摄入。

杂豆类和大豆是两类不同的食物。大豆包含黄大豆、黑大豆、青大豆,含较高的蛋白质(蛋白质含量为35%~40%),必需氨基酸配比较为理想且吸收利用率高,属于优质植物蛋白质。此外,大豆富含不饱和脂肪酸,和坚果相近。因此,在中国居民平衡膳食宝塔中,大豆与坚果类处于同一层。

杂豆包括豌豆、蚕豆、红豆、绿豆、芸豆、鹰嘴豆等,蛋白质供能占比为10%~20%,碳水化合物供能占比为55%~65%,其所提供的淀粉、膳食纤维、B族维生素和全谷物相近。所以,杂豆是谷类食物中的重要一员。

需要注意的是,对大豆过敏的孩子,在食用杂豆类食物时也需谨慎,最好在专业医生的指导下添加。家长也要密切关注孩子的反应。

豆制品主要指大豆制品,包含发酵豆制品和非发酵豆制品两类。

发酵豆制品是通过微生物发酵技术处理过的豆制品,如豆腐乳、豆豉、纳豆、豆瓣酱、酱油等,其蛋白质经部分分解,较易消化吸收。但部分发酵豆制品含钠量较高,不可多吃。非发酵豆制品包括豆浆、豆腐脑、嫩豆腐、豆皮、豆腐干、素鸡、腐竹、千张、油豆腐等。

此外,还有一些食物虽然名字中有“豆腐”二字,但其中大豆“缺席”,是豆制品的“伪装者”,如鱼豆腐、日本豆腐、杏仁豆腐等。鱼豆腐的成分主要是鱼浆、淀粉等,日本豆腐的成分以鸡蛋为主,杏仁豆腐则是糖、杏仁、牛奶、琼脂等制成的

一款甜品。家长们要擦亮眼睛,别被豆制品的“伪装者”欺骗。

虽然豆制品普遍含有一定量的蛋白质和钙,但含量并不相同。例如,由大豆制成的香干的蛋白质含量(7.8克/100克)就远低于千张(16.0克/100克)。在选择豆制品时,应根据个人需求进行个性化选择。

对于食量偏少、能量和蛋白质摄入不足同时缺钙的孩子来讲,千张是非常不错的选择;对于想控制体重同时机体钙水平正常的孩子而言,豆浆和内酯豆腐(通常在超市以盒装形式售卖的豆腐)更适合;香干和泡发腐竹的能量和蛋白质含量无明显差异,但矿物质(如钙、钾)含量差异明显,需要补钙的孩子可以考虑香干。

(据《健康中国》)

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。

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

关于内蒙古自治区行政执法证遗失作废的公告

依据《内蒙古自治区行政执法证件管理办法》规定,兹有我单位5名执法人员行政执法证件不慎遗失,现公告作废。持证人信息如下:
姓名:陈云霄 执法证号:05010017588 有效期:2028年12月31日
姓名:薄启蒙 执法证号:05010017648 有效期:2028年12月31日
姓名:王 振 执法证号:05010017414 有效期:2028年12月31日
姓名:李志强 执法证号:05010017617 有效期:2028年12月31日
姓名:李志华 执法证号:05010017042 有效期:2028年12月31日

自本公告公布之日起,凡持上述实体证件进行行政执法活动或进行其他公务活动的,均为冒充的行政执法人员。公民、法人和其他组织可拒绝检查并向我单位举报(举报电话:0471-2212063)。特此公告。

呼和浩特市交通运输综合行政执法支队 2024年5月29日

苏尼特右旗珑辉矿业宝石选矿厂技术改造项目(变更)环境影响报告书信息公示

一、公众索取补充信息的方式和期限:公众通过以下网址下载本项目环境影响报告书征求意见稿全文附件,如需查阅纸质版报告书,可与建设单位或环评单位联系索取。本项目公示期限为公告发布之日起10个工作日。环境影响报告书(征求意见稿)全文的网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1mHuHqYkWJ5tISe-17texTw;提取码:wanr

二、征求意见的公众范围:项目建设范围内可能受到项目环境影响的有关单位、专家和公众。

三、公众意见表的网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1XBjYy266g7hwYkbZaFu9A;提取码:6jgg

四、联系方式:1.建设单位及联系方式:建设单位名称:苏尼特右旗珑辉矿业有限责任公司;联系人:刘晓明;联系方式:15148665123;邮箱:184397954@qq.com;2.环评单位及联系方式:单位名称:内蒙古和合生态环保技术咨询有限公司;通讯地址:内蒙古自治区呼和浩特市新城区大学生创业园1号楼5层;联系人:李彪;联系方式:18686068544;邮箱:22564898@qq.com

苏尼特右旗珑辉矿业有限责任公司

解除劳动合同公告

徐伟恒先生:

因您严重违反本单位规章制度,根据《中华人民共和国劳动合同法》第三十九条规定,本单位于2024年5月17日与您解除劳动合同,自本公告刊发之日起30日内到单位人力资源部办理相关手续,逾期未办理的,后果自行承担,特此公告。

国能铁路装备有限责任公司
准格尔车辆维修分公司
2024年5月22日

减资公告

经股东会决议,乌兰察布市金微轩二手车有限责任公司(统一社会信用代码:91150926MA0NMHNM2G)拟将注册资本从人民币50万元减资至3万元,现予以公告,请债权人于本公告发布之日起45日内,要求本公司清偿债务或提供担保。

2024年5月30日

注销公告

经研究决定,申请注销达拉特旗悦途户外运动俱乐部,社会团体法人登记证书号社证字第内蒙古鄂尔多斯市达拉特旗020059号,代码52150621MJ2490049C,与该单位有债权债务关系的,请速到该单位清理债权债务,特此公告。

达拉特旗悦途户外运动俱乐部
2024年5月30日

减资公告

经股东会决议,乌兰察布市益鑫二手车有限责任公司(统一社会信用代码:91150926MA0Q91Q675)拟将注册资本从人民币50万元减资至3万元,现予以公告,请债权人于本公告发布之日起45日内,要求本公司清偿债务或提供担保。

2024年5月30日

遗失声明

●母亲:赵玉凤;父亲:孙立辉,儿子:孙浩轩于2012年06月28日15时40分出生,现其《出生医学证明》(编号M150053571)丢失,特声明作废。●李万和(现用名:李在钢)遗失草原承包经营权证,证号01178,证内面积1701.5亩,声明作废。●李昊坤,性别:男,遗失出生医学证明,编号W150088762,声明作废。

●李向阳不慎将呼和浩特市大通众鑫房地产开发有限公司开发的青城美墅·时代天骄4号楼2单元701号房的购房款收据第二联丢失,收据编号0112933,金额604560元,现声明作废。●本人白砚梅因不慎将内蒙古通达实业股份有限公司的股权证丢失,股权证号:000304,特此声明。●弘丰建筑工程(内蒙古)有限公司(统一社会信用代码91150204MACD8AX790)遗失公章,旧公章号15020410044698,声明作废。●呼和浩特市新城区娅楠佛陶瓷经销部(统一社会信用代码92150102MA0P9C2C2N)遗失公章一枚,声明作废。●内蒙古云波运输有限公司(统一社会信用代码91150928MAC41Y625U)的公章、财务专用章、合同专用章、发票专用章和法人章遗失,法人:周晓波,声明作废。●岳冉将内蒙古悦博房地产开发有限公司开具的御湖尚品锦园-1#-2单元-101房的收款专用收据丢失,收据编号NO:21011571,收据金额242763元,开具日期2023年4月29日,面积85.08平米,声明作废。

●土默特左旗同富种植农民专业合作社社遗失开户许可证,核准号:J1910008950301,开户行:土默特左旗陶思浩农村信用合作社,账号:0305002000000003693,声明作废。●不慎将敖汉旗玛尼罕镇世诚五金店在内蒙古敖汉农村商业银行股份有限公司玛尼罕支行(账号510450122000000009190)预留的法人章壹枚丢失,现声明作废。●青山区潮福串烧店《食品经营许可证》正本丢失,编号JY2150204013652,声明作废。●东胜区未来星第二幼儿园遗失财务专用章,声明作废。核准号:J2050007429301,账号7502201220000000142185,开户银行:鄂尔多斯农村商业银行股份有限公司羊场壕支行,及公章、财务专用章、法人(徐凤造)章各一枚遗失,声明作废。●不慎将内蒙古额尔和图商贸有限公司的《中华人民共和国道路运输经营许可证》正本、副本丢失,经营许可证字号150624010351,现声明作废。●内蒙古尚远建筑劳务有限公司(代码91150104MAC5GPMY76)遗失公章一枚,声明作废。

●呼和浩特市集邮协会遗失登记证正本,统一社会信用代码51150100MJ22301083,声明作废。●察右中旗鼎盛烟花爆竹有限责任公司遗失烟花爆竹经营许可证(批发)许可证副本,编号:(内蒙古)PF(2022)00211,声明作废。●玉泉区新濠电玩城(统一社会信用代码92150104MA0R66X94J)遗失公章一枚,声明作废。●呼和浩特市小戈汽车销售有限公司因不慎将内蒙古自治区非税收一般缴款书丢失,编号140023190-140023191,共2份;编号146992801-146993200,共400份,未使用未缴款,声明作废。●内蒙古华通瑞盛能源有限公司工会委员会的财务专用章(编码1506210001788),法人章(李东法)丢失,声明作废。●佟若楠,性别:男,不慎遗失出生医学证明,编号Q1501185350,声明作废。●达拉特旗宏顺供暖有限责任公司工会委员会的法人章遗失,法人:李志军,编号15062110003852,声明作废。

●中共呼和浩特经济技术开发区工作委员会党群工作部筹备处(现变更为:中共呼和浩特经济技术开发区工作委员会党群工作部)遗失法人证书正本,统一社会信用代码1150100MB0Q68228X,声明作废。●内蒙古医科大学王姝涵(学号2023041308)周禹廷(学号2022041556)遗失学生证,声明作废。●呼和浩特市博光商贸有限公司遗失开户许可证,核准号:J1910012059701,开户行:中国银行呼和浩特市市长兴支行,账号:150842599763,声明作废。●托克托县鑫华汽车贸易有限公司遗失A68412(黄色)道路运输证,证号150122018533,声明作废。●不慎将准格尔旗晨霞娱乐公馆的《公共场所卫生许可证》副本丢失,许可证编号:准卫公证字(2019)第1506222020190186号,法定代表人:刘培录,办证日期2019年11月4日,有效期至2019年11月4日至2023年11月3日,现声明作废。