

# 警惕儿童中暑 从几方面做好预防

国家疾控局提醒,儿童中暑非小事,家长们要了解预防儿童中暑、识别中暑症状以及怎样照顾中暑孩子的知识。

北京儿童医院主任医师王荃表示,儿童、孕产妇、老年人、慢性基础性疾病患者以及户外作业人员等人群,更容易发生中暑,需格外加强自身健康防护。尤其是儿童的身体和成人有所不同,他们新陈代谢快、汗腺发育尚不成熟、体温调节中枢还在发育中,因此更容易中暑。

如何预防儿童中暑?根据健康提示,要关注六大方面,包括合理安排户外活动时间和地点,高温、高湿天气时,应在凉爽室内活动;穿着轻薄、宽松、浅色、透气的衣服,及时更换被汗浸湿的衣物;保证孩子喝足够的水,以水或电解质饮料为适宜饮品;多吃清淡易消化的食物;保证孩子有充足的休息时间;目前医学上没有公认的药物可预防中暑,家长们不要给孩子服用“防暑药”。

专家介绍,中暑分为先兆中

暑、轻症中暑和重症中暑等阶段。在高温、高湿环境暴露后,孩子们一旦出现疲乏无力、头晕头痛、口渴多汗、恶心呕吐、面色苍白、心率增快、脱水等症状时,提示可能要发生中暑。

怎样照顾中暑的孩子?健康提示明确,如果发现儿童有中暑症状,应采取“一搬、二降、三补、四转”的原则进行处置:

搬运即迅速让孩子脱离高温、高湿、封闭及阳光烈晒的环境,将

孩子转移至阴凉通风的地方;降温是中暑急救时最重要的措施,在发现中暑30分钟内应尽快将体温降至40摄氏度以下,降温方法包括脱掉衣物、温水擦浴全身、用风扇或空调增加散热等;儿童中暑常伴有脱水及电解质紊乱,应少量、多次地给孩子喝一些常温水或电解质饮料;对于重型中暑者,尤其是伴有高热、意识不清、抽搐等神经系统症状的儿童,应立即送到就近医院就诊。

(据新华社报道)

夏季气候炎热,人体心火亦旺,适当食用清暑热、补心气的药膳,有利于预防疾病的发生。以下几则消暑方,不妨一试。

## 百合银花粥

材料:取百合干品50克,金银花10克,粳米100克,白糖适量。

做法:百合与金银花加水煎半小时,去金银花,然后放入粳米,用小火煮成粥,加入白糖搅匀即可服食。

## 山药百合炖猪蹄

功效:养阴清热,生津止渴。

### 乌梅党参汤

材料:取带核乌梅35克,党参10克。

做法:把乌梅、党参放入砂锅中,加适量水,加盖,小火煎汤,取汤液当茶饮服。

功效:消暑,生津,补气。

### 山药百合炖猪蹄

材料:取山药150克,鲜百合100克,猪蹄1只,姜片、食盐各适量。

做法:猪蹄洗净,斩成小块,入沸水除去血污;山药去外皮洗净,切块;百合掰小块,洗净。砂锅中加适量水,放入猪蹄、姜片炖约25分钟,放入山药块、百合,调入食盐,用小火炖至猪蹄熟烂即可食用。

功效:补中益气,清火,润肤。

### 冬瓜炖全鸭

材料:取冬瓜1000克,白条鸭1500克,芡实、薏苡仁各50克,荷叶1张,葱段、姜片、料酒、精盐各

适量。

做法:把冬瓜洗净,去瓢,不去皮切块;白条鸭去净残毛、内脏,洗净,入沸水中去除血污,切块;荷叶用温水泡软,洗净;芡实洗净。把白条鸭、芡实、薏苡仁、荷叶一同入锅,加适量清水,炖至鸭熟时放入冬瓜、葱段、姜片,继续炖至鸭肉熟烂,放入食盐,稍炖片刻即可。

功效:滋阴健脾,清暑热。

(据《中国中医药报》)

# 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:本栏各类信息,如要求支付押金或预付款时,务必小心,敬请广大客户注意甄别假冒行为,谨防受骗,负责后果自负。

**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**

内蒙古国环环境工程有限公司红树梁煤矿矸石综合利用协同治理

蒙古工矿沉陷区项目环境影响评价征求意见稿公示

《内蒙古国环环境工程有限公司红树梁煤矿矸石综合利用协同治理工矿沉陷区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/1rSHNAb4spKrfEld4DByNg> 提取码:phz7

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:内蒙古国环环境工程有限公司,通讯地址:内蒙古自治区呼和浩特市新城区爱民街东段一家村社区综合楼A座,联系方式:李栋,15947315642,邮箱:825151558@qq.com

巴彦油田临华区块临河组能建项目环境影响评价公众参与第二次公示(征求意见稿)

《巴彦油田临华区块临河组能建项目环境影响报告书》征求意见稿已编制完成,根据《中华人民共和国环境影响评价法》及《环境影响评价公众参与办法》(部令第4号)等有关规定,现向公众征求意见。

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、网络下载,环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接:

<https://pan.baidu.com/s/1H24hPQcgVdOpulB535QsBw> 提取码:flfr

2、公众可通过信函、电子邮件或电话向建设单位或环评单位索取环境影响评价文件征求意见稿质版。

三、征求意见的公众范围及主要事项:环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织以及关注项目建设的单位和个人;征求公众对本项目环境保护措施有关的建议和意见,接受公众的监督,以便完善环保治理措施。

四、公众提出意见的主要方式和途径:公众可通过打电话、写信、发邮件、填写公众意见表的方式向建设单位或环评单位提出意见。公众意见表网络链接:链接:[http://www.mee.gov.cn/xxgk/2018/xxgk/01/201810/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xxgk/2018/xxgk/01/201810/20181024_665329.html)

五、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:张工;QQ邮箱:zxy900115@163.com;地址:内蒙古自治区乌海市海勃湾区林荫大街南,车站路口,联系电话:0473-6130011内蒙古华强环境科技有限公司:(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场C座,联系电话:18548104750)

六、征求公众意见的公众范围:公众为公民的,为500KV变电站周边及500KV输电线路线塔的居民,公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众提出意见的联系方式:公众意见表填写完成后,通过电子邮件或信函方式发送至联系人:李工 1803286267,邮箱:731025791@qq.com,六、公众提出意见的起止时间:自本公示发布之日起10个工作日。

中国石油天然气股份有限公司华北油田巴彦勘探开发分公司

2025年7月11日

### 声 明

本公司郑重声明:

近期社会上流传的关于鄂尔多斯市奇财旅游有限公司【关于伴生资源政府的申报文件及相关煤炭文件等】,其内容与本公司无任何关联,并非本公司制作、发布或授权他人发布。该文件的流传及所引发的一切法律后果,均由相关责任方自行承担,本公司不承担责任。

请广大公众提高警惕,切勿轻信非官方渠道流传的文件内容,避免造成不必要的损失。如因该文件产生任何疑问或发现侵权行为,请及时与本公司联系(联系电话:15327587777),或向公安机关报案。

特此声明!

公司法人:奇文海

鄂尔多斯市奇财旅游有限公司

2025年7月10日

阿拉腾敖包·恩格(阿光二)第三回线路工程环境影响评价报告书征求意见稿形成后征求意见的公开信息

为保障公众环境保护知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求与该建设项目环境影响有关的意见。

一、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:网络链接:阿拉腾敖包·恩格(阿光二)第三回线路工程,链接:

<https://pan.baidu.com/s/1H24hPQcgVdOpulB535QsBw> 提取码:flfr

二、征求意见的公众范围及主要事项:环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织以及关注项目建设的单位和个人;征求公众对本项目环境保护措施有关的建议和意见,接受公众的监督,以便完善环保治理措施。

三、公众提出意见的主要方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:张工;QQ邮箱:zxy900115@163.com;地址:内蒙古自治区乌海市海勃湾区林荫大街南,车站路口,联系电话:0473-6130011内蒙古华强环境科技有限公司:(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场C座,联系电话:18548104750)

四、征求公众意见的公众范围:公众为公民的,为500KV变电站周边及500KV输电线路线塔的居民,公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众提出意见的联系方式:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:张工;QQ邮箱:zxy900115@163.com;地址:内蒙古自治区乌海市海勃湾区林荫大街南,车站路口,联系电话:15248763199

五、公众提出意见的起止时间:公众可在本公告发布后10个工作日内,通过邮件、电话、传真等形式向环评单位或建设单位反映意见和建议。本次公示,公众提出意见的起止时间为2025年7月10日至2025年7月23日(10个工作日)。

六、环境影响报告书征求意见稿的方式:公示期间可到建设单位或环评单位查阅环境影响报告书征求意见稿,或发送电子邮件至3561363@qq.com索要。

七、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

八、公众提出意见的主要方式和公示时间:您可以通过电话、信件、电子邮件等形式向建设单位或环评单位提出意见,同时尽量提供详细的联系方式,公众提出意见的起止时间为公告起十个工作日。

九、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十一、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十二、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十三、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十四、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十五、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十六、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十七、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十八、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

十九、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十一、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十二、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十三、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十四、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十五、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十六、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十七、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十八、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

二十九、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十一、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十二、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十三、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十四、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十五、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十六、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十七、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十八、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

三十九、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

四十、报告书及公众意见表的网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A>,提取码:ivxa

四十一、报告书及公众意见表的网络链接:链接: [https://](https://pan.baidu.com/s/1NnozYHdIKDeLV1HVFIL-A)