传染病高发期如何守护好我们的呼吸道?

咳嗽、流涕、发热……秋冬时节,不少人遭遇呼吸道系统疾病的侵袭。时值流感等急性呼吸道传染病高发期,如何守护好我们的呼吸道?

中国疾控中心最新监测数据显示,当前全国流感总体处于中流行水平,甲型H3N2亚型占比超过95%,有少量甲型H1N1和乙型流感病毒同期流行。“当前,全国流感活动水平总体呈现南方高于北方态势。”中国疾控中心病毒病所研究员王大燕说,随着各地陆续换季,急性呼吸道疾病更易高发,流感病毒预计是今冬明春我国急性呼吸道传染病主要病原体。

感冒了,如何分辨是流感还是普通感冒?中日友好医院主任医师杨汀介绍,流感主要由甲型和乙型流感病毒引起,临床表现包括38摄氏度以上的发热、头疼、肌肉酸痛、乏力等比较重的全身症状。而普通感冒主要表现是38摄氏度以下的发热,可伴有鼻塞、流涕、咽痛等上呼吸道感染症状,全身症状比较轻,一般不会引起重症,给予对症治疗就能改善症状。

杨汀介绍,可通过采集咽拭子检测流感病毒抗原或核酸来诊断,一般15分钟到1小时即可检测完成。老年人、5岁以下婴幼儿、慢性基础疾病人群、孕产妇等,需重点关注病情变化,及时就医。

天津市疾控中心主任医师张颖介绍,近年来鼻病毒“曝光度”提高。“鼻病毒不是新病毒,而是常见病原体,全球约30%至50%的普通感冒与鼻病毒感染相关。”是因为检测技术进步让我们更容易看到以前“看不见的敌人”。

北京大学人民医院呼吸与危重症医学科副主任医师公丕花介绍,鼻病毒专门攻击鼻子、喉咙等上呼吸道系统,且传染性较强,但基本不发烧或只发低烧,且病程短,一般5天至7天可以自愈,很少会发展成肺炎,对健康人来说威胁不大。

鼻子堵得难受怎么办?公丕花介绍,鼻黏膜喜欢湿润,可以倒杯温水,把鼻子凑近杯口,吸5至10分钟蒸汽,也可以用生理盐水喷鼻或使用通气鼻贴,缓解鼻塞。

专家提示,鼻病毒导致的感冒是病毒感染,不要随意使用抗生素,相比药物,更推荐通过多休息、多饮水、清淡饮食、保持室内通风等非药物方法缓解症状。如出现症状持续超过10天没有缓解、高热不退,儿童出现精神萎靡、哭闹不止、拒食、脱水等情况,要及时就医。

“接种疫苗是预防传染病最经济、最有效的手段。”张颖说,流感病毒活动时间持续非常长,流行过程中也会出现多个波峰,在整个流感流行季之内接种流感疫苗都是有益的,也是推荐的。

流感疫苗为何每年都要接种?王大燕介绍,这是因为流感病毒易发生变异,世界卫生组织每年依据全球范围内监测到的流感毒株,分别为南半球、北半球推荐流感疫苗株,用于流感疫苗生产。世界卫生组织每年根据全球监测数据推荐新一年流感疫苗组分,今年的流感疫苗已经更新了H3N2亚型流感疫苗株。

针对鼻病毒,目前尚无疫苗,但只要做好防护,同样可防可控。专家提示,要科学佩戴口罩、勤洗手、常通风,增强体质,保持健康生活方式,日常饮食保持营养均衡,适当做运动,保持规律作息。 (据新华社报道)

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,如遇要求交付押金或预付款时,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

声 明

位于呼和浩特新城区幸福小区南区办公楼已不在使用,合同已经在2022年结束,请房东见报速与我联系,特此声明。电话:15304718826

遗失声明

内蒙古科捷物流运输有限公司遗失以下车辆《道路运输证》,车牌号:蒙B85908,蒙B8E20挂,特此声明

遗失声明

不慎将内蒙古启航运输有限公司以下车牌号:蒙BAH41挂,蒙BA9707,蒙BA3831,蒙B1H90挂,蒙B2H26挂,蒙B6H24挂,蒙B2H31挂,蒙BA4092,蒙BA1545,蒙BA3143,蒙BB3722,蒙BA5134,蒙BA3742,蒙BA4047,蒙B2J02挂,蒙BA6179,蒙BA1107,蒙BA3413车的道路运输证遗失,现声明作废

遗失声明

内蒙古裕路通物流有限公司遗失以下两台普通货物车辆《道路运输证》,车牌号:蒙B7P15挂,蒙BA6025,声明作废。

遗失声明

内蒙古蒙际通物流有限公司遗失以下两台普通货物车辆《道路运输证》,车牌号:蒙BA0259,蒙BB1558,声明作废。

声 明

包头市标润汽车贸易有限公司因下列4台车辆车主不来年审、年检,并且联系不到车主,现公司解除挂靠关系,将下列普通货物车辆《道路运输证》注销,车牌号:蒙BB6670,蒙BB6325,蒙BB3183,蒙BA3554,由此产生的一切后果由本公司承担,特此声明。

公 告

内蒙古畅德运输有限公司将以下47台货运车辆的营运证注销(车牌号及营运证证号如下):

蒙B99472,证号150203174886;蒙B86563,证号150203174883;蒙B86812,证号150203174194;蒙B86081,证号150203174876;蒙B86873,证号150203174877;蒙B8F46挂,证号150203173913;蒙B7F72挂,证号150203173968;蒙B8G57挂,证号150203173969;蒙B4G75挂,证号150203174090;蒙B93881,证号150203174343;蒙B94681,证号150203174677;蒙B94031,证号150203174859;蒙B93963,证号150203175490;蒙B93612,证号150203175489;蒙B93136,证号150203175488;蒙B93880,证号150203175491;蒙B98233,证号150203177268;蒙B97696,证号150203177269;蒙B95988,证号150203177628;蒙B97078,证号150203177642;蒙B97311,证号150203177636;蒙B97595,证号150203177635;蒙B97701,证号150203177630;蒙B97788,证号150203177632;蒙B97988,证号150203177612;蒙B98019,证号150203177606;蒙B98078,证号150203177614;蒙B98225,证号150203177607;蒙B98269,证号150203177617;蒙B98560,证号150203177608;蒙B98646,证号150203177618;蒙B98666,证号150203177619;蒙B98699,证号150203177620;蒙B98785,证号150203177621;蒙B98787,证号150203177622;蒙B98814,证号150203177624;蒙B98854,证号150203177609;蒙B98860,证号150203177627;蒙B98884,证号150203177610;蒙B98938,证号150203177638;蒙B98954,证号150203177640;蒙B98969,证号150203177641;蒙B98983,证号150203177637;蒙B98989,证号150203177645;蒙B86223,证号150203018340;蒙B86523,证号150203174881;蒙B92432,证号150203174614,特此公告

2024巴彦淖尔市杭锦后旗蒙海镇黎二村1.40万亩增发国债高标准农田建设项目施工第一标段不拖欠农民工工资公告

由内蒙古程茂建筑安装有限公司中标施建的2024巴彦淖尔市杭锦后旗蒙海镇黎二村1.40万亩增发国债高标准农田建设项目施工第一标段工程于2024年6月24日开工,2024年12月5日全部完成建设内容,2024年12月5日通过了竣工验收。

本公司对该项目所有农民工工资已足额发放,无拖欠情况,现予公示,(公示时间为10日,从2025年11月13日至2025年11月22日止)。如有异议,请于10日内拨打以下监督举报电话。杭锦后旗耕地质量保护中心投诉电话0478-6660005,特此公告。

内蒙古程茂建筑安装有限公司

2025年11月12日

2024年巴彦淖尔市杭锦后旗陕坝镇赤峰村0.94万亩增发国债高标准农田建设项目施工第二标段不拖欠农民工工资公告

由内蒙古远泰建筑工程有限公司中标施建的2024年巴彦淖尔市杭锦后旗陕坝镇赤峰村0.94万亩增发国债高标准农田建设项目施工第二标段工程于2024年6月24日开工,2024年12月5日全部完成建设内容,2024年12月5日通过了竣工验收。

本公司对该项目所有农民工工资已足额发放,无拖欠情况,现予公示,(公示时间为10日,从2025年11月13日至2025年11月22日止)。如有异议,请于10日内拨打以下监督举报电话。杭锦后旗耕地质量保护中心投诉电话0478-6660005,特此公告。

内蒙古远泰建筑工程有限公司

2025年11月12日

公 告

内蒙古远通大宗运输有限公司将以下64台货运车辆的营运证注销(车牌号及营运证证号如下):蒙B7D67挂,证号150203173718;蒙B86906,证号150203174725;蒙B99524,证号150203018001;蒙B88116,证号150203173353;蒙B88226,证号150203017628;蒙B88230,证号150203017677;蒙B1E92挂,证号150203017866;蒙B82455,证号150203017311;蒙B5D78挂,证号150203017306;蒙B5E75挂,证号150203018388;蒙B3D94挂,证号150203017693;蒙B88698,证号150203017851;蒙B99554,证号150203017904;蒙B85761,证号150203018635;蒙B1E79挂,证号150203017699;蒙B6D61挂,证号150203017387;蒙B1E33挂,证号150203017698;蒙B99626,证号150203017954;蒙B82716,证号150203017284;蒙B82775,证号150203017296;蒙B83080,证号150203018025;蒙B88738,证号150203017964;蒙B88587,证号150203017812;蒙B83185,证号150203018053;蒙B8D49挂,证号150203017512;蒙B8D25挂,证号150203017489;蒙B99452,证号150203017865;蒙B83503,证号150203018130;蒙B82840,证号150203018055;蒙B88121,证号150203017372;蒙B3D44挂,证号150203017635;蒙B4D60挂,证号150203018024;蒙B88889,证号150203018003;蒙B6E50挂,证号150203018385;蒙B88218,证号150203017640;蒙B4D48挂,证号150203017337;蒙B82789,证号150203017314;蒙B99341,证号150203017632;蒙B7D98挂,证号150203017469;蒙B88024,证号150203017316;蒙B99393,证号150203017803;蒙B88110,证号150203017354;蒙B6E27挂,证号150203018386;蒙B99803,证号150203018010;蒙B99389,证号150203017769;蒙B99745,证号150203018116;蒙B4E66挂,证号150203017952;蒙B99325,证号150203017629;蒙B88850,证号150203017998;蒙B99286,证号150203017468;蒙B4E70挂,证号150203018023;蒙B88283,证号150203017681;蒙B99790,证号150203018012;蒙B99422,证号150203017864;蒙B0E92挂,证号150203017859;蒙B4E95挂,证号150203018019;蒙B88045,证号150203017404;蒙B99328,证号150203017508;蒙B99245,证号150203017444;蒙B88133,证号150203017405;蒙B99744,证号150203018000;蒙B1E87挂,证号150203017950;蒙B5E05挂,证号150203018387;蒙B5D90挂,证号150203017281,特此公告

遗 失 声 明

不慎将包头市奇桐运输有限责任公司蒙B87407、蒙B89247、蒙B87621、蒙B87931、蒙B87213、蒙B90251、蒙B92903、蒙B92890、蒙B92200、蒙BAY63挂、蒙B87063、蒙B0E94挂、蒙B9F43挂、蒙B8G98挂、蒙B1G58挂、蒙B93793、蒙BAY94挂、蒙B93123、蒙B5G38挂、蒙B92371、蒙B93882、蒙B92246、蒙B93587、蒙B93933、蒙B92122、蒙B92176、蒙B6G73挂、蒙B91537、蒙B93487、蒙B91428、蒙B92458、蒙B94224、蒙B94732、蒙B95423、蒙B96356、蒙B91871、蒙B87492、蒙B92743、蒙B94207、蒙B97112、蒙B91066、蒙B93426、蒙BA2558、蒙B81409、蒙BA3923、蒙BA2269、蒙BA9792、蒙BA2583、蒙BB3586、蒙BA2932、蒙BA1037、蒙BA7025、蒙BA7190、蒙BA6110、蒙BA7528、蒙BA7600、蒙BA6407、蒙BA5182、蒙B84021、蒙BA4067、蒙BA7806、蒙B0G34挂、蒙B2J04挂、蒙BA1029、蒙B0H64挂、蒙B1H40挂、蒙BA6734、蒙B1J43挂、蒙BA3594、蒙BA3704、蒙BA9883、蒙BA7829、蒙B91025、蒙B8P78挂车的道路运输证遗失;声明作废

寻亲公告

养父:潘波,养母:杜瑞娟,于2024年5月6日下午5点在托克托县古城镇什力圪图村东头树林捡到一名男婴,包裹内有字条写明出生时间:2024年5月6日,该男婴现用名:潘子佑,请男婴亲生父母持有效证件来认领,自登报之日起60日内如无人认领,本人将依法收养,特此声明。

联系电话18748122530

环境影响评价公众参与第二次公示

一、建设单位基本信息:项目名称:包头龙马铸锻有限公司年产20万吨风电精密铸造项目;地址:内蒙古自治区包头市昆都仑区金属深加工园区;征求意见公众范围:项目建设地区公民、法人或其他组织代表。二、征求意见公众可研下载"公众意见表"。地址为:http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx;报告书链接:https://pan.baidu.com/s/1tXpjaspV-CRAIE37Jo6FfA?pwd=86k3,提取码:86k3

遗失声明

不慎将内蒙古畅想物流有限公司以下车牌号:蒙BA6611,蒙BA3291,蒙BA4833,蒙BA4036,蒙BA3470,蒙BA2190,蒙BA1362,蒙B99269,蒙BA4715,蒙BA4546,蒙B5H75挂,蒙BA1050,蒙BA2259,蒙BA1609,蒙BA1552,蒙BA4305,蒙BB1820,蒙BA9996,蒙BA7280,蒙BA4029,蒙BA3115,蒙B9J57挂,蒙B9J20挂,蒙BA7864,蒙BA7116,BA2682,蒙BA5624,蒙BA4280,蒙BA5035,蒙BA5243车的道路运输证遗失,现声明作废

遗失声明

●贾致远丢失由呼和浩特市鹏盛房地产开发有限公司开具的购万锦香韵住宅小区2号楼1单元2402的购房款收据,2017年3月23日,收据号:0009266,金额:365428元,声明作废●内蒙古前久商贸有限公司将中国邮政集团有限公司呼和浩特分公司开具的2024第657号合同,金额2000元,押金收据遗失,声明作废●武川县富利丰种植专业合作社(统一社会信用代码93150125MA0N4WUF03)遗失公章一枚,声明作废●内蒙古运达工程机械租赁有限公司(统一社会信用代码91150103MACA8LWF53)遗失公章一枚,声明作废

公 告

内蒙古蒙捷新干线运输有限公司将以下35台货运车辆的营运证注销(车牌号及营运证证号如下):蒙B83863,证号150203018232;蒙B88574,证号150203018196;蒙B5E68挂,证号150203018178;蒙B86216,证号150203018426;蒙B83769,证号150203018227;蒙B86235,证号150203018557;蒙B80473,证号150203018313;蒙B83664,证号150203018224;蒙B83799,证号150203018172;蒙B83727,证号150203018199;蒙B82142,证号150203018301;蒙B81944,证号150203018221;蒙B83778,证号150203018226;蒙B86215,证号150203018537;蒙B86268,证号150203018419;蒙B86232,证号150203018455;蒙B80449,证号150203018320;蒙B83642,证号150203018190;蒙B86275,证号150203018456;蒙B83735,证号150203018205;蒙B86132,证号150203018724;蒙B85816,证号150203018339;蒙B83795,证号150203018195;蒙B85078,证号150203176923;蒙B86911,证号150203018646;蒙B83788,证号150203018194;蒙B85790,证号150203018560;蒙B83149,证号150203018187;蒙B83750,证号150203018177;蒙B84449,证号150203018622;蒙B86128,证号150203018454;蒙B83917,证号150203018263;蒙B5E15挂,证号150203018174;蒙B86963,证号150203018614;蒙B83767,证号150203018191,特此公告

鄂托克旗乌仁都西露天煤矿改扩建(120万吨/年)项目环境影响报告书征求意见稿公示

《鄂托克旗乌仁都西露天煤矿改扩建(120万吨/年)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/1ZmwHtIrhDg2mNzDckzWUsA?pwd=hy8p(提取码:hy8p)

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:鄂托克旗乌仁都西焦煤有限责任公司,通讯地址:内蒙古自治区鄂尔多斯市鄂托克旗,联系人:卢总,联系电话:13947701060

鄂尔多斯市康育教育服务有限公司股权划转公告

根据《鄂尔多斯市康巴什区人民政府关于印发<区属国有企业文投集团和康育公司整合重组(试点)方案>的通知》(鄂康政发〔2025〕64号)文件精神,以及《康巴什区国有企业改革深化提升行动实施方案》的相关要求,为全面落实区属国有企业优化布局,聚焦主责主业的战略部署,推动区属国有企业实现高质量发展,将鄂尔多斯市康育教育服务有限公司100%股权划转至内蒙古康巴什文化产业投资集团有限公司。

划转过程中,将严格遵守相关法律法规,全面厘清产权、资产、财务、业务、收益及债务关系,在不损害债权人合法权益的前提下,按照“人随事走、债随资走”原则,将鄂尔多斯市康育教育服务有限公司全部资产、负债(经债权人同意转移部分)、人员及相关权益等一并划转。特此公告。

鄂尔多斯市康育教育服务有限公司 2025年11月12日

●内蒙古草厂文化传媒有限公司(统一社会信用代码91150105MA13NHEB2K)遗失公章及赵龙法人章各一枚,声明作废●伊金霍洛旗鸿发手机专卖店(统一社会信用代码92150627MA0N0NM86U)遗失公章一枚,声明作废●呼和浩特回民区春娥烤鱼店遗失开户许可证及密码单,核准号J1910021902801,账号:06020025092001453 96,开户行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特新城东街支行,声明作废●呼和浩特回民区三津鱼烤鱼店失开户许可证及密码单,核准号:J1910021651401,账号:06020215092000433 78,开户行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特东环支行,声明作废●程金明、董芳遗失内蒙古宇邦长隆房地产开发有限公司开具内蒙古农信信息科技中心项目.滨河悦府住宅项目7-2-1001购房款收据及房屋认购书(黄联),收据号1929849,金额270343元,房屋认购书编号0320,声明作废●内蒙古方胜建筑工程有限公司的公章遗失,公章编号15069110008789,声明作废●内蒙古亿合工程技术有限公司的公章遗失,公章编号15060210121639,声明作废●赛罕区国珠水产品销售部(统一社会信用代码92150105MA0NA509XR)遗失公章及财务章各一枚,声明作废●内蒙古振想餐饮管理有限公司遗失食品经营许可证正副本,编号JY21501022049250,声明作废●贾致远于2014年8月29日购买呼和浩特市鹏盛房地产开发有限公司位于滨河北路万锦香韵小区2-1-2402号房屋,购房总价829828元,此房的《商品房买卖合同》共2份,其中1份丢失,并声明作废●达拉特旗文华门窗家具店(个体工商户)(统一社会信用代码92150621MA0PBYT31E)遗失财务专用章一枚,声明作废●呼和浩特市赛罕区桂俊汽车配件经销部遗失基本存款账户信息表及财务章.郝桂俊法人章各一枚,账户号码:529601880006032 01,基本存款账户编号:J1910021418901,开户银行:中国光大银行股份有限公司呼和浩特新华东街支行,声明作废

●张秀英将内蒙古蒙通房地产开发有限责任公司于2012年9月20日开具的购买赛罕区昭乌达路心想是城一层B29号商位收据原件丢失,收据编号0029186,金额590959元,现声明作废●内蒙古达布陆体育文化发展有限公司(统一信用代码91150104MAEFGJXM56)遗失公章一枚,声明作废●玉泉区牧泉酒业(统一信用代码92150104MA0QU8MU1W)遗失公章一枚,声明作废●鄂尔多斯市博元汽车服务有限公司(统一社会信用代码91150622MA0MWX4L9L)的公章遗失,声明作废●朱思遥(男)的出生医学证明遗失,编号D150071432,声明作废●内蒙古通大宗运输有限公司遗失蒙B6D57挂(黄)的道路运输证,证号150203017375,声明作废●呼和浩特市赛罕区府住宅项目7-2-1001购房款收据及房屋认购书(黄联),收据号1929849,金额270343元,房屋认购书编号0320,声明作废●内蒙古方胜建筑工程有限公司的公章遗失,公章编号15069110008789,声明作废●内蒙古亿合工程技术有限公司的公章遗失,公章编号15060210121639,声明作废●赛罕区国珠水产品销售部(统一社会信用代码92150105MA0NA509XR)遗失公章及财务章各一枚,声明作废●内蒙古振想餐饮管理有限公司遗失食品经营许可证正副本,编号JY21501022049250,声明作废●贾致远于2014年8月29日购买呼和浩特市鹏盛房地产开发有限公司位于滨河北路万锦香韵小区2-1-2402号房屋,购房总价829828元,此房的《商品房买卖合同》共2份,其中1份丢失,并声明作废●达拉特旗文华门窗家具店(个体工商户)(统一社会信用代码92150621MA0PBYT31E)遗失财务专用章一枚,声明作废●呼和浩特市赛罕区桂俊汽车配件经销部遗失基本存款账户信息表及财务章.郝桂俊法人章各一枚,账户号码:529601880006032 01,基本存款账户编号:J1910021418901,开户银行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特巨海城第二支行,声明作废