春花,秀色可餐!

清明时节,春花绽放。北京协和医院中医科副主任宣磊介绍,春天的许多花朵不仅赏心悦目,还“秀色可餐”,从中医角度具备一定的养生功效,可根据自身体质加入日常饮食。

当前正值樱花和玉兰盛开的时节。宣磊介绍,樱花味辛性平,花叶均可入药,有止咳、平喘、润肠功效。如使用樱花鲜品或干品制作樱花茶,有助于消除疲劳、改善焦虑情绪。玉兰性味辛温,花香扑鼻,有祛风散寒、宣肺通鼻功效,用于头痛、鼻塞、慢性鼻窦炎、过敏性鼻炎的辅助治疗。玉兰花有多种食法,花瓣可炒肉或酿制肉丸,还可制作玉兰花饼、玉兰花蛋羹等。

春花中的迎春花和连翘均颜色鲜黄夺目,两花形色相似。宣磊介绍,迎春花的花瓣通常为6枚,花朵朝上开放;连翘则有4枚花瓣,朝下开放,能结果实。这两种花入药皆有清热功效,日常可每次3克到5克代茶饮。迎春花有抗菌、抗炎功效,能疏肝解郁、活血通经、清热解毒。连翘经加工泡制成连翘茶,可生津解毒,清热泻火。

春花艳丽养眼、有益健康,但对花朵过敏者需慎食,并切忌路边随意采摘,建议经正规加工后食用药膳或饮茶,达到怡神保健的目的。 (据新华社报道)

颈椎病建议推拿吗?

颈椎病是日常生活中常见病,颈肩理疗也是养生保健机构的热门治疗项目,但我们也常听到一些颈部推拿致残致伤的新闻报道,骨科大夫大多也禁止患者进行颈部推拿。那么,颈部到底可以进行推拿吗?

答案当然不是绝对的,我们知道颈椎病分很多类型,而推拿按摩的手法又有很多,祖国医学注重整体观念和辨证论治,而现代医学也讲究个体化诊疗。在病情不同时期,依据不同临床表现,选择合适的治疗方案尤为重要。

当患者以颈部僵硬不舒等症状为主,就是常说的颈型颈椎病,痛点在肌肉筋膜层面时可以用捏拿弹拨等手法放松,注意避开颈动脉、甲状腺,手法施加于肌肉筋膜,降低肌肉紧张度,配合主动运动和主动抗阻训练可以调节颈部力学平衡,纠正不良静态姿势和异常动作模式。

如同时伴有手指麻木、感觉异常,适当增加脊柱轴向牵伸以缓解神经卡压改善症状。

当出现与颈部姿势有关的心悸恶心等症状,排除了相应系统病变考虑为交感神经刺激时,我们考虑存在颈椎小关节紊乱且存在节段性不稳定,治疗时应适当增加颈部慢速匀速主动运动以及抗阻运动以加强颈椎稳定性。

当患者描述有下肢踩棉感或者完善检查提示脊髓信号改变时提示为脊髓型颈椎病,此时治疗重点是保护颈椎避免脊髓进一步损伤,此时禁用脊椎关节松动类手法。

所以呢,颈椎病可以进行推拿治疗,治疗前应根据症状完善相关检查,排除先天结构变异或后天严重病变后根据临床表现合理进行治疗。

(内蒙古自治区中医医院康复科 刘晋屹)

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。

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

招 租 公 告

我公司有以下待出租房产,现面向社会招租,请有意者与我公司联系。

招租电话:13009510848 18004856868

序号	房屋信息	房屋位置	房屋面积
1	总高为五层独栋大楼	新华大街61号后院东侧	约6600㎡
2	总高二层(原蒙餐饭店)	新华大街61号后院北侧	约560㎡
3	一层商铺(原棋牌室)	新华大街61号后院北侧	约350㎡
4	总高二层房屋	金桥闻都新苑南门西侧	约600㎡
5	小区内商铺	金桥闻都新苑小区12号楼底商东1户	约21㎡
6	小区内商铺	金桥闻都新苑小区12号楼底商东3户	约42㎡
7	小区内商铺	金桥闻都新苑小区12号楼底商东4户	约137㎡
8	独栋二楼(带停车场)	金桥闻都新苑北门西侧	约400㎡

内蒙古日报商业运营管理有限公司 2024年4月2日

内蒙古建华食品有限责任公司百万羽蛋鸡产业园项目环境影响评价第二次公示

一、建设项目概况:项目建设地点乌兰察布市卓资县卓资山镇岱青村;本项目占地面积为10公顷;建设8栋蛋鸡舍;4栋有机肥加工车间、成品蛋库一座、蛋品加工车间一座、饲料库一座(内含饲料加工)等及配套辅助设施,建成后蛋鸡年存栏量200万只,鸡蛋日产量100t。总投资:13500万元。

二、公开信息:环境影响报告书链接: https://pan.baidu.com/s/16hUPKo6w9iHLGr-MhgV63A 提取码: nf2t

建设单位及联系方式:建设单位:内蒙古建华食品有限责任公司;联系人:吕炜东,联系电话:13314725299

索取查阅期限:本公告发布之日起10个工作日。

征求意见的公众范围为拟建项目环境影响评价范围内的公民、法人和其它组织意见。

公众可自行下载公众意见表并填写,联系建设单位。

公众意见表链接: http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx,公众意见起止时间自公示之日起10个工作日。

内蒙古建华食品有限责任公司 2024年4月9日

公 告

中共内蒙古第三建筑工程有限公司委员会党员:

周维荣、卜兰棣、牛建书、任爽、史方进、寿华、王二元、王荣岚、席万和、张汉录、周芝信、曹龙、曹引谦、李青龙、刘海旺、秦仲魁、王顺英、王文秀、王义文、杨润宝、夏秀兰、张凤仙、左福祥、陈全喜、戴俊玲、李国珍、刘玉和、徐庆民、杨存亮、张明宇、赵玉海、柴贵山、郭志田、李淑霞、李晓玲、王斌荣、王民伟已连续6个月未缴纳党费、未参加组织生活,请以上37名党员7日内与公司党委取得联系。逾期将依组织规定上报上级党委处理。

公司地址:呼和浩特市新城区光明大街33号

中共内蒙古第三建筑工程有限公司委员会

内蒙古锡蒙酒业有限公司搬迁扩建工程环境影响评价二次公示

一、环境影响报告书征求意见稿查阅纸质报告书的方式和途径:联系地址:内蒙古自治区锡林郭勒盟锡林浩特市希日塔拉大街9号

二、征求意见的公众范围:本项目周边的住户、单位。

三、公众意见表、报告书的网络链接方式:建设项目环评公众意见表、报告书下载网址: http://www.northnews.cn/finance/2024/0328/2294355.html

四、公众提出意见的方式和途径:可选择以下其中一种办法:1.发至邮箱:645351283@qq.com,2.填写纸质公众意见表并投递意见箱:内蒙古自治区锡林郭勒盟锡林浩特市希日塔拉大街9号。

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。

内蒙古锡蒙酒业有限公司 2024年3月28日

寻人启事

陈永梅(女,46岁,身份证号码152629197806070529)现有呼和浩特市玉泉区鄂尔多斯路富康小区C4号楼1单元6楼东户一套房屋,需寻原业主陈永梅配合办理房屋过户手续,特登报寻找此人,十五日内有效,如不联系,后果自负,出现任何法律纠纷,现业主师龙龙不承担任何法律责任。联系电话:15754807199,2024年4月9日

减资公告

经股东会议决定,鄂尔多斯市云泰鑫商贸有限公司(统一社会信用代码91150627MA0QABK88W)拟减少注册资本注册资本由人民币2000万元整减至50万元整,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。

鄂尔多斯市云泰鑫商贸有限公司 2024年4月9日

注销公告

包头市高科新型门窗有限公司(统一社会信用代码91150207MA0QYFLU64)股东会于2024年4月1日决议解散公司,并于同日成立公司清算组,请公司债权人于本公告发布之日起45日内,向本公司清算组申报债权。

减资公告

根据股东决定,内蒙古信睿财务有限公司(统一社会信用代码91150105MA7YQ5YN07)拟将注册资本从人民币50万元减少至5万元,现予以公告,债权人可自本公告发布之日起45日内,要求本公司清偿债务或提供担保。

告 知 书

高权明、高越峰:

依据2015年王鹏与你们达成的口头置换协议,你二人应以临河区江南华府小区8-1-202室和一间车库与王鹏借用常开证所有的临河区国瑞瑞锦花苑11-1-201室房屋进行置换,但你二人至今未交付置换物,也未支付相应的置换价款;现告知你二人在收到本告知书之日起15天内向王鹏支付国瑞瑞锦花苑11-1-201室房屋置换价款1482140元,逾期未支付的,从逾期之日起王鹏与你二人之间的以物置换协议视为已解除,王鹏和常开红恢复对国瑞瑞锦花苑11-1-201室房屋的占有、使用和办理产权登记等全部权利。

特此告知

告知人:王鹏、常开红,联系电话:17804787878、13904710027

2024年4月8日

固阳-白云鄂博输气管道工程环境影响评价公示

一、建设项目名称及概要:项目名称:固阳-白云鄂博输气管道工程,项目投资:总投资49435.56万元,建设内容:该工程设计输量为3.65x108m³/a。途经包头市的固阳县达茂旗、白云鄂博矿区,终点为巴润工业园末站。

二、建设单位名称和联系方式:建设单位:内蒙古西部天然气包北管道有限公司,项目负责人:李工,联系电话:18347945861

三、环境影响报告书编制单位的名称:编制单位:内蒙古旺捷工程设计咨询有限责任公司,环评编制负责人:张工,联系电话:15754839849,本次公众可通过书信、电子邮件、电话等方式向建设单位和环评单位提出您对本项目实施过程中和实施后有关的环保意见和建议。

国家稀土功能材料创新中心能力建设项目(二期工程)第二次环境影响评价信息公开内容

一、建设项目基本信息:1.建设单位名称:内蒙古稀土功能材料创新中心有限责任公司。2.建设地点:包头稀土高新区稀土应用产业园稀土大街8-03内蒙古稀土功能材料创新中心有限责任公司现有一期工程厂房内。3.征求意见的公众范围:项目周边及可能受到影响的区域。

二、公众意见征求的主要内容:1.公众提出意见的起止时间:本公告发布后10个工作日内。2.征求公众意见的环境影响报告书的网络链接:http://www.eiafans.com/forum.php?mod=viewthread&tid=1430964&fromuid=303484。3.建设项目环境影响评价公众意见表的网络链接:http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx。4.征求公众意见的环境影响报告书纸质查阅点:内蒙古稀土功能材料创新中心有限责任公司。

三、公众提出意见的方式和途径:公众可通过电话、电子邮件、传真、信函等方式向建设单位反馈意见。公众提交意见时,应当提供有效的联系方式。联系人:田永兴。邮寄地址:包头市稀土高新区稀土大街8-03内蒙古稀土功能材料创新中心有限责任公司。联系电话:15247245814。电子邮箱:641176874@qq.com。

建设单位:内蒙古稀土功能材料创新中心有限责任公司

日 期:2024年4月9日

减资公告

经股东决定,锡林郭勒盟锡乌起点广告有限责任公司(统一社会信用代码91152526674353689W),拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由800万元减少至300万元,现予以公告,债权人可自本公告发布之日起45日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,特此公告。

公 示

内蒙古泽木医疗科技有限公司,统一社会信用代码91150103MAD3360P05,自2024年4月7日起,法定代表人由吕晓锋(男,身份证号码330682199301103015X)变更为闫少飞(男,身份证号码150104198707013033),特此公告。

内蒙古泽木医疗科技有限公司 2024年4月9日

注销公告

敖汉旗木头营子乡思博幼儿园(统一信用代码:52150430065286613)依据《民办非企业单位登记管理暂行条例》规定,经法定代表人和理事会决议,拟向敖汉旗民政局申请注销登记,请债权人于公告发布之日起45日内向本单位清算组申报债权,特此公告。

遗 失 声 明

●内蒙古医科大学李若凡(学号2022040927)陈蓉(学号2023041185)王贺(学号2023041967)遗失学生证,声明作废●丁雪玉,性别:女,不慎遗失出生医学证明,编号1150111474,声明作●本人马永强,身份证号:150104199011233016,由于不慎丢失呼和浩特市恒大绿洲16号楼2单元2001室的网签商品房买卖合同原件一份,网签编号为:YS2020073262,房屋代码为1808071,由此产生的一切后果与呼和浩特市恒大远鹏房地产开发有限公司无关,特此登报声明作废●常腾飞不慎遗失由内蒙古星烨商业运营管理有限公司开具的闻都家居建材城B馆四楼4015摊位质量保证金收据一张,金额为5000元,收据编号为0053855,声明原收据作废●内蒙古昕元空间设计有限公司遗失公章(编号1501021005756)一枚,声明作废

●郜继红不慎遗失火葬证,证号2400874,声明作废●高添、李霞遗失呼和浩特融朵房地产开发有限公司开具的中梁抬光里1-3-902室定金收据一张(编号0001777,金额10万元整);首付款收据3张(编号0001868,金额11万元整;编号0001783,金额72684元;编号0001867,金额20万元整),声明作废●呼和浩特市新城区可口乐食品经销部遗失税务登记证副本,税务登记证号150102197902140612,声明作废●王韬光丢失退役军人优待证,证号621472060200033247,声明作废●不慎将死者张俊骨灰寄存证和卡(西区-西七室9-10)丢失,原骨灰寄存证作废,特此声明●内蒙古赢俪门窗有限公司丢失由呼和浩特市鹏盛房地产开发有限公司开具的购方铺融城S10-1004室的购房款收据,日期:2023年4月4日,收据号:3270697,金额426832元,声明作废●李格尔木,性别:男,不慎遗失出生医学证明,编号R150210570,声明作废●内蒙古浩跃运输有限公司遗失蒙蒙AK2288(黄色)道路运输证,证号150106004987,声明作废●内蒙古昕海铭悦运输有限公司遗失蒙AN386挂(黄色)道路运输证,证号150125003867,声明作废●内蒙古昕海铭悦运输有限公司遗失蒙A54244(黄色)道路运输证,证号150125005829,声明作废●内蒙古昕海铭悦运输有限公司遗失蒙AE008挂(黄色)道路运输证,证号150125003828,声明作废●内蒙古昕海铭悦运输有限公司遗失蒙A74877(黄色)道路运输证,证号150125005900,声明作废●青山区紫荆花生活美容店(统一社会信用代码92150204MA0RQTLT3Y)遗失公章一枚,声明作废●固阳具金山镇民胜村民委员会的开户许可证遗失,核准号J1922000148301,账号110270122000000002432,开户银行:固阳公益民农村信合作社,声明作废●内蒙古鼎愉渊大件吊装运渝有限公司遗失蒙A87511道路运输证正副本,声明作废●窦強遗失驾驶证,证号152633197404291518,声明作废

●皮爱军遗失军残证,证号:蒙军A000894,声明作废●斯楞格遗失蒙AA224A车辆机动车登记证书,声明作废●内蒙古天香电子科技有限公司遗失营业执照正副本(统一社会信用代码91150102MA0N05BL3D)及公章一枚,声明作废●内蒙古诺幹哈达农业发展有限公司遗失开户许可证.存款人查询密码纸及财务专用章(编号1501020002043).原法人章各一枚,账号12155000000150054,核准号J1910015448101,开户行:华夏银行股份有限公司呼和浩特市金桥支行,声明作废●张家口九州大地饲料有限公司(统一社会信用代码91130711681368474X9)遗失财务专用章及法人(李文哲)章各一枚,账号:155633453137,开户银行:中国银行股份有限公司呼和浩特市呼和佳地支行,声明作废●内蒙古巨垣能源有限公司(统一社会信用代码91150105MABPXX5G24)遗失合同专用章.财务专用章及法人(柳雷)章各一枚,声明作废●凉城县恒发种养殖专业合作社遗失中国农业银行股份有限公司凉城县支行开户许可证,核准号J2041000110501,账号05328101040008600,声明作废●国家税务总局内蒙古鄂尔多斯准格尔经济开发区税务局(统一社会信用代码11150600MB1844272T)遗失风险管理股部门章一枚,编号15062210028354,声明作废●巴特尔遗失警官证,证件号014322,声明作废●南春雷遗失警官证,证件号016132,声明作废●玉泉区鸿光建筑材料经销部(统一信用代码92150104MA0QGUEA0L)遗失公章一枚,声明作废●内蒙古润京建筑有限公司(统一社会信用代码91150602MACW2GWP0A)的公章丢失,声明作废●呼和浩特市新城区王琴妇女用品专柜遗失税务登记证正副本,纳税号150105196406030523,声明作废

●本人王刚、韩佩不慎将内蒙古晟基置业有限公司开具的香格里小区二期3-1-1602号房屋购房收据丢失,2016年10月28日开具,收据金额人民币叁万元整(¥30000元);2017年1月4日开具,收据金额人民币壹拾贰万捌仟肆佰陆拾叁元整(¥128463元);2018年1月8日开具,收据金额人民币壹拾万元整(¥100000元),特此声明上述叁张票据作废●本人姜金占山(身份证号150122196808100519),姜鹏飞(身份号)150122199207040614)不慎将呼和浩特市凯文置业有限公司2014年10月21日出具的托克托县双河镇园丁小区15号楼1单元201号东户《内部购房协议》及收据两份(编号0097941,金额57943元;编号0085324,金额58220元)遗失,建筑面积106.78平方米,总金额275492元,特此声明作废●内蒙古财惠养老服务产业基金管理中心(有限合伙)遗失密码纸,核准号J1910014528201,账号021890122000000000540,开户行:内蒙古呼和浩特金谷农村商业银行股份有限公司财政厅分理处,声明作废●王正国不慎遗失医师资格证(编号200615210150103198101231136)和医师执业证(编号210150105000112),声明作废●塔娜不慎将章德胜存放在呼和浩特市慈安园公墓的寄存证丢失,寄存架号32-8-7,声明作废●本人田东东,身份证号152628197905090997,不慎将呼和浩特市赛罕区惠民路玖都公馆2号楼1018购房认购合同丢失,声明作废●内蒙古中科圣奥智能系统工程有限公司工会委员会遗失开户许可证及密码纸,开户行:内蒙古银行股份有限公司呼和浩特新华东街支行,账号86150210142100003 6,核准号J1910019374001,声明作废