

# 不要小看中暑，重症可能致死！

近日，高温持续“炙烤”着北方大地。高温天气十分容易导致人体出现中暑症状，如何识别和应对先兆中暑？重症中暑需注意什么？

高温天气是指日最高气温达到或超过35℃的炎热天气，是我国夏季的主要气象灾害。高温天气除了引起与体温调节有关的生理机能紧张外，因人体处在热应激状

态，还会诱发中暑、热伤风、热中风、腹泻等疾病，并可能加重原有心脑血管疾病症状，其中以中暑最为常见。

中暑并不是一蹴而就的，由于热损伤因素作用于机体引起一系列病理生理变化，是一个由轻及重的连续过程，具有隐蔽性和迷惑性，如未引起重视，发展到重度中暑，病情

就会急转直下，甚至危及生命。

中暑根据症状的轻重可分为先兆中暑、轻症中暑、重症中暑。先兆中暑时体温正常或略微升高，主要表现为大汗淋漓、四肢无力、口渴、头晕、头痛等症状。

先兆中暑的急救需注意以下要点：赶快离开高温环境，寻找阴凉通风处休息。少量多次补充含有

盐分的清凉饮料。在额头、太阳穴处涂抹或服用祛暑药物。

重症中暑分为热痉挛、热衰竭和热射病。其中热射病最为严重，致死率高，主要表现为体温明显增高，开始时大量出汗，之后皮肤干热、无汗并伴有昏迷。发病后3小时为抢救的“黄金3小时”，需立即送往医院救治。 (据央视报道)

## 夏日膳食宜清淡

夏日炎炎，膳食如何保持适度清淡，防范油、盐、糖摄入过量带来的健康损害？

北京协和医院临床营养科主任于康介绍，健康成年人每天的食盐摄入量应不超过5克，烹调油摄入量不超过25克，添加糖摄入量不超过50

克。建议更多人使用定量的盐勺、带刻度的控油壶，并学会阅读营养标签，尽量选择低钠、少油、低糖的食品。

于康建议，做饭时尽量少放盐、酱油，也尽量少吃咸菜、榨菜、加工肉等含盐较高的食品。食用油应注意经常变换品种，烹调时尽量

用凉拌、蒸、煮、炖、汆等方式，少油炸、油煎。不喝或少喝含糖的饮料，尽量用白开水或淡茶水替代。

据介绍，盐分摄入过多可能导致高血压、肥胖症、骨质疏松发病风险增高；油脂摄入过多可能造成血脂异常、动脉粥样硬化、冠心病

## 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：本版各类型信息，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。

乌海市皓隆纸业有限公司康乐多猪、牛、羊、鸡、肉联、屠宰(熟食品)加工配送项目环境影响评价第次公示

根据《环境影响评价公众参与办法》的相关规定，现对本项目环境影响评价相关事宜公告如下：

1、全文获取方式和途径：全文网络链接，链接：[https://pan.baidu.com/s/1zkb8DGDt5v8\\_5uWWTZ1A](https://pan.baidu.com/s/1zkb8DGDt5v8_5uWWTZ1A)，提取码：92ph，联系人：李云峰，电话：15334736889。

2、征求意见公众范围：本项目评价范围内的群众也可以提出有关环境影响方面的意见和建议。

3、公众意见表网络链接：链接：<https://pan.baidu.com/s/1pCasjAtiL7gQ82uJLWoUoUQ>，提取码：f6wq。

4、公众提出意见方式和途径：可填写公众意见表发送电子邮件或通过邮寄信函（以邮戳日期为准）的方式发表意见。

5、公众提出意见的起止时间：本信息公布的10个工作日之内。

乌海市皓隆纸业有限公司

### 债务公告

内蒙古路桥集团有限责任公司拟进行债务清理，为了保障企业及个人的利益，请以下债权人：土默特左旗察素齐镇邢三五金土产批发部、内蒙古汇商商贸有限公司、土默特左旗建筑建材销售部、内蒙古沃砾商贸有限公司、兴和县新兴起重吊装有限公司、中德新亚建筑材料有限公司、鞍山市利晨石油化工有限公司、包头市畅通路桥有限公司、鄂尔多斯市安旭商贸有限公司、玉泉区鑫磊机械设备租赁服务部，自公告发布之日起15日内与我单位取得联系，若超过期限，则视为自动放弃法律权利，特此公告。

联系人：王月英，联系电话：15547116287。

内蒙古路桥集团有限责任公司 2024年6月13日

氧化锌生产线提质增效技术改造项目环境影响报告书征求意见稿公示

根据《中华人民共和国环境保护法》、《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》（生态环境部令第4号）的相关规定，现将氧化锌生产线提质增效技术改造项目环境影响报告书征求意见稿的公众参与有关信息予以公示。公示内容如下：

1、建设项目概况说明：本次技改内容主要是将原有电炉更换为天然气转炉。技改后氧化锌生产规模不变，为1500t/a。

2、环境影响报告书征求意见稿链接：链接：[https://pan.baidu.com/s/1xG8nK\\_B3fZMsd2V1WkHg?pwd=8xrc](https://pan.baidu.com/s/1xG8nK_B3fZMsd2V1WkHg?pwd=8xrc)，提取码：8xrc，可至内蒙古瑞鸿化工有限责任公司查阅纸质报告书。

3、征求意见的公众范围：受建设项目建设影响范围内的公民、法人或者其他组织的代表。

4、公众意见表的网络链接：[http://www.mee.gov.cn/xsgk2018/xsgk/201810/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk2018/xsgk/201810/20181024_665329.html)

5、公众提出意见的方式和途径：自公示日起，公众可以通过信函、电子邮件或者建设单位提供的其他方式，在规定时间内将填写的公众意见表等提交建设单位，反映与建设项目建设环境影响有关的意见和建议。

6、公众提出意见的起止时间：自公示之日起5个工作日内。

内蒙古瑞鸿化工有限责任公司

**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

内蒙古华澳纺织制品有限公司

遗失存款人查询密码，核准号

J191000845501，账号

0602005009200019094，开户行：中

国工商银行股份有限公司呼和浩

特市石羊桥东路支行，特此声

明●王江遗失货运车辆从业资

格证，证号15262199303105718，

声明作废●鄂托克旗奥宇百货

超市遗失食品经营许可证副本，

编号JY11506240010418，声明作

废●内蒙古医科大学吴亚(学

号113601201090014046，开户行：

内蒙古银行股份有限公司呼

伦贝尔阿荣旗支行，特此声明

●本人吴戈，身份证号

150105198805187332，遗失呼

和浩特恒大华府住宅8-2-

1002号收据1张，收据编号

231150，金额162592元，由此

产生的一切经济纠纷与恒大

地产集团呼和浩特有限公司无关，收据声明作废●呼伦贝

尔市森淼新能源照明光电科

技有限公司遗失开户许可证，

核准号J1965000473701，账号

113601201090014046，开户行：

内蒙古银行股份有限公司呼

伦贝尔阿荣旗支行，特此声明

●本人李慧良，身份证号

150102197003157015，遗失残

疾军人证，证号

23112021W20420709031510516，

证书编号：蒙军A013573，声明

作废●内蒙古蒙妹旅游服务

有限公司遗失营业执照正副本

(统一社会信用代码

91150625MA0Q5R2C2F)及公

章、财务专用章、钢章法人

郭利荣，身份证号

15262198807180601，由不

慎丢失呼和浩特大绿洲13号

号楼一楼，单号1403号收据一

张，编 号：181003，金 额

974348元由此产生的一切后

果与呼和浩特市恒大国际鹏房

地产开发有限公司无关，特此

登报声明作废●内蒙古华科

电力技术有限公司遗失存款人

账户查询密码，核对账号

J1910012201501，账号

12155000000091438，开户行：

华夏银行股份有限公司呼

和特金桥支行，声明作废●王

吉祥，身份证号

150105195602249018)将内蒙

古自治区鄂尔多斯集团久大

房地产开发有限公司开发的

呼和浩特玉泉区馨苑小区14-

3-201的回迁确认书丢失，面

积98.65平方米，特此声

明●内蒙古奇盾科工贸有限

公司遗失营业执照正本，注册

号150103000077688，声明作

废●回民区暖馨小厨飞鹰社

区餐饮店遗失营业执照副本，

统一社会信用代码

91150102MACM0P2R47，声

明作废●姜楠不慎遗失警官

证，证号052173，声明作废●

准格尔旗旗委大秦春梅，身

份证号

150102196304172046，不慎遗

失退休证，声明作废●戴清

性别，男，遗失出生医学证

明，编号L150218412，声明作

废●李凤英，身份证号

150102196212171521，不慎遗

失退休证，声明作废

### 公告

万象天地小区万象天街三层、四层业主：

万象天街三层、四层2004年至2025年度的租金发

工作已接近尾声，大多数业主已办理完毕，请剩余少部分

未办理领取租金的业主抓紧时间办理，因公司已没有在职

员工，返租时间是临时找来帮忙的人员，望大家在通知的

返租的时间内前去领取租金，过期不候，后果自负！

返租时间：2024年5月27日至6月30日，周一到周六

早8:00-12:00下午2:00-6:00，周日休息。

联系电话：15332717534，返租地址：呼和浩特市玉泉区

昭君路东辛辛平底108号南起第八间商铺

2024年6月14日

### 拍卖公告

受有关单位委托，我公司定于2024年6月28日上午10时00分在鄂

尔多斯市公共资源交易中心东胜区分中心([http://www.ordosggzyjy.org.cn/TPFront\\_dq/](http://www.ordosggzyjy.org.cn/TPFront_dq/))公开拍卖30辆车(动车。(详细信息自行前往查看)

展示时间及地点：2024年6月14日—2024年6月27日在东胜区

党政大楼和亿昌现代城地下停车场。

报名事宜：竞买人须缴纳5万元竞买保证金，保证金账户等具

体事宜请来电咨询我公司。

说明：1、车辆为现状拍卖，本公司对展示标的品质及瑕疵不作

担保。2、本次拍卖的车辆由买受人于2024年7月10日前自行办

理过户手续并承担相关费用(买受人过户之后车辆所产生的违章、扣

罚、罚款由委托方承担，车辆恢复营运、维修费、保险费、

提取车辆等费用均由买受人承担)。3、买受人提取车辆过户后，有

关车辆的一切责任事故及费用均由买受人承担。4、本次拍卖为有

保留价拍卖，竟买的最高应价不达标的保留价的，拍卖不成交。

咨询电话：18648020618 看车电话：18604776643

内蒙古维正拍卖有限责任公司

2024年6月14日

### 拍卖公告

接受委托，我公司定于2024年6月21日上午10:30在中拍平台

(<https://paimai.ca123.org.cn/>)对自治区农村信用合作联社委托拍卖的

呼和浩特市武川县、包头市、乌兰察布市察哈尔右翼前旗、后旗、兴

县、丰镇市、卓资县等地共21处房产公开拍卖，起拍价格：账面价。

标的的具体详情可登录“内蒙古驰领拍卖官方”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20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)。

保证金汇入账户信息：户名：内蒙古驰领拍卖有限公司，开户