

# 旅游旺季出行小心“经济舱综合征”

当前正值旅游旺季，人在旅途，但健康隐患不容小觑。近日，52岁的胡女士乘坐飞机长达14小时后，遭遇下肢静脉血栓脱落并引发肺栓塞，几近猝死，究其原因是患上了“经济舱综合征”。什么是“经济舱综合征”？如何才能避免这种情况发生？

“经济舱综合征”(简称ECS)又称“机舱内血栓形成症”，主要是

由于长时间乘坐飞机，在狭窄空间内不能活动，再加上密闭空间湿度较低，双下肢静脉血液回流缓慢、血液淤滞，就会发生下肢深静脉血液凝固，从而形成血栓。

其实，“经济舱综合征”并非只发生在飞机座舱内，乘坐汽车或火车时，如果长时间保持一种姿势也会影响血液循环。需要注意的是，老年

人下肢静脉瓣功能较差，更易发生“经济舱综合征”。此外，如果乘客有血栓病史或乘机前曾大量饮酒、吸烟、过多进食油腻食物，也容易患病。一般来说，静脉被血栓堵塞后会出现下肢肿胀、手按有凹陷、小腿后方疼痛等明显症状。

乘坐交通工具长途旅行时，怎样预防“经济舱综合征”？首先要多

饮水，避免脱水导致血液浓缩，增加血栓形成风险。其次，注意下肢保暖，着装舒适，穿着宽松、柔软的衣物，避免穿着紧身裤。如以前发生过静脉血栓的乘客，建议在医生指导下穿着抗血栓弹力袜。此外，下飞机后如发现下肢已肿胀疼痛，应避免剧烈运动，以防血栓脱落，并及时就医。

(据《新民晚报》)

## 抗炎饮食或能降低痴呆症几率

瑞典科学家开展的一项新研究发现，抗炎饮食可降低人们罹患痴呆症的几率，且心脏病患者受益更大。

抗炎饮食包括更多的蔬菜、水果、全谷物、鱼类和豆类等，有益于心脏健康的地中海饮食也属于抗炎饮食。

此次研究由卡罗林斯卡学院衰

老研究中心进行，涉及英国生物库内84000多名老人，历时约13年。研究结果显示，与食用富含红肉、鸡蛋、乳制品和加工食品等促炎饮食的人相比，坚持抗炎饮食的老年人罹患痴呆症的几率降低了21%。而且，有心脏病或糖尿病的老年患者坚持抗炎饮

食，痴呆症风险下降了31%。

研究团队还对其中9000多名参与者进行了脑部磁共振成像，结果显示，抗炎饮食对神经系统有益。这表明，抗炎饮食促使大脑内部发生了积极变化。

研究人员认为，这些结果一个

可能的解释是，抗炎饮食会抑制患者(尤其是心血管或代谢性疾病患者)全身的炎症，从而减缓痴呆症恶化。这种好处目前很难从抗炎补充剂那里获得，比较容易从食物中获得，这再次强调了健康饮食对大脑健康的重要性。(据《科技日报》)

## 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

**拟申请注销登记公告**  
呼和浩特市新城区能源管理综合行政执法大队(统一社会信用代码 12150102MB1J969105)因机构改革,申请注销本单位所有债权债务均由呼和浩特市新城区发展和改革委员会承接,现面向社会公示。

**内蒙古中科耐磨稀土新材料有限公司高端铸造一体化项目环境影响报告书登报公示**

一、依据:内蒙古中科耐磨稀土新材料有限公司委托内蒙古华泰瀚光环境科技有限公司对该项目开展环境影响评价工作,该环评报告书的征求意见稿已编制完成。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》、《建设项目环境保护管理条例》、《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号)等法律法规规定,现发布建设项目建设项目环境影响评价信息,征求公众意见。

二、建设项目基本情况:1.项目名称:内蒙古中科耐磨稀土新材料有限责任公司3.建设单位联系人:周淳元联系电话:

18047240094.环评单位:内蒙古华泰瀚光环境科技有限公司5.建设地

点:内蒙古自治区包头市固阳县金山镇红崖湾固阳县泰恒制砖块区内。

6.项目概况:项目建设性质为新建,产品规模为:铸铁件年产20

万吨,其中球墨铸铁磨球10万吨,铸件10万吨;合金钢铸铁板年产10

万吨,其中高锰钢合金衬板5万吨/a。

三、公众意见征求的主要内容:征求公众对本项目环境影响有关

的意见和建议。公众提出的涉及征地拆迁、财产、就业等与建设项目建设项目环境影响评价无关的意见或者诉求,不适用于建设项目建设项目环境影响评价公众参与的内容。(1)起止时间:2024年8月7日至2024年8月20日止;(2)征求

意见 链接 : <https://pan.baidu.com/s/1Ia2y87U9xc2HlrINeJWuQ> 提取码:nhy3(3)公众意见表链接:<https://pan.baidu.com/s/1WdN-XmxyQR8axuh59DA> 提取码:pi2q;

(4)征求公众意见表填写方式:包头市高新区黄河大街时代广场C座701。

四、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:周淳元,联系电话:18047247009

内蒙古中科耐磨稀土新材料有限责任公司

2024年8月12日

### 遗失声明

●呼和浩特市丽之源职业培训学校遗失民办非企业单位登记证书副本(证号:民字第劳C022号)及民办学校办学许可证(证号:人社民315010560000118号),声明作废●内蒙古蒙峰汽车服务有限公司(统一社会信用代码91150104MACHCBB694)遗失公章、财务章及合同章各一枚,声明作废●内蒙古蒙林防腐木业有限公司遗失开户许可证及密码器,开户银行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特市如意西街支行,账号0602001509200007846,声明作废

包头旭阳硅料科技有限公司(二期)年产6万吨高纯晶硅项目环境影响评价公众参与第二次公示

建设项目建设:包头旭阳硅料科技有限公司(二期)年产6万吨高纯晶硅项目

建设单位:中冶西北工程技术有限公司

建设地点:内蒙古自治区包头土右新型工业园区化工区内。

建设内容:年产能6万吨高纯多晶硅,包括电解水制氢、盐酸解

析、三氯氢硅合成、冷氢化、精馏、还原、尾气回收、整理、渣浆回收、

工艺废气处理装置等。

征求意见公众范围:项目周围3km范围内

报告书征求意见稿全文和公众意见表链接:[https://pan.baidu.com/s/1yap-oZAc\\_CivilOcqW5-1w](https://pan.baidu.com/s/1yap-oZAc_CivilOcqW5-1w) 提取码:j4gs。公示起止时间:于本公示发布之日起十个工作日内

联系人:1832643316,电子邮箱:zzs\_1112@163.com

包头旭阳硅料科技有限公司

### 澄清公告

鉴于内蒙古致环环保科技有限公司在内蒙古中创联环保科技有限公司厂区二期项目预留地设立含油污泥生产线项目情况说明:

内蒙古中创联环保科技有限公司免费为内蒙古致环环保科技有限公司提供建设用地,从未向内蒙古致环环保科技有限公司收取任何建设或用地费用。

内蒙古中创联环保科技有限公司与内蒙古致环环保科技有限公司无任何债权、债务、借贷、经济纠纷。

内蒙古致环环保科技有限公司的任何借贷责任都是自身行为所属,与内蒙古中创联环保科技有限公司没有任何关系,且内蒙古中创联环保科技有限公司不为内蒙古致环环保科技有限公司承担所有银行、社会、个人的借贷责任及法律责任。特此澄清

内蒙古中创联环保科技有限公司

2024年8月15日

### 关于限期交纳购房款的通知

经内蒙古奇氏房地产开发有限责任公司股东会决定,对下列买受人在购买“嘉美家园”商住楼时,存在有长期未支付购房款的违约行为,作出限期交纳购房款通知,内容如下:

一、买受人:谢国平、诸葛彦斌。1.合同签订时间:2016年7月12日;2.合同签订内容:(1)合同编号:YS(2016)00026218;房屋代

码:808234;(2)房屋情况:买受人所购商品房编号2单元701号房,

建筑面积:99.14m<sup>2</sup>;价格:8100元/m<sup>2</sup>;房屋总金额:(人民币)捌拾万零肆仟零肆拾肆元整(¥8030434元)。

二、买受人:张双全、倪祥枝。1.合同签订时间:2013年10月24日;2.合同签订内容:(1)合同编号:YS(2013)00016793;房屋代

码:808313;合同编号:YS(2013)00016808;房屋代号:808320;合同编号:YS(2013)00016810;房屋代号:808321;合同编号:YS(2013)00016811;房屋代

码:808322;(2)房屋情况:买受人所购五套商业房,建筑面积分别是:

108.27;27.36m<sup>2</sup>;110.29;26.17m<sup>2</sup>;119.17;10.46m<sup>2</sup>;120.17;10.46m<sup>2</sup>;121.01;154.8m<sup>2</sup>;房屋共计建筑面积:1069.25m<sup>2</sup>;价格:21800元/m<sup>2</sup>;房屋总金额(人民币)贰仟壹佰零叁拾壹万玖仟陆佰伍拾元整(¥23309650元)。

上述买受人在本通知登载之日起五日内,与内蒙古奇氏房地产开发有限责任公司联系,办理交纳欠付购房款事宜。如逾期将视为双方之间存在的《商品房买卖合同》自动解除。特此通知。

公司地址:呼市玉泉区公园西路原布鞋厂综合楼三楼

联系人:张淑东。电话:13654889009

内蒙古奇氏房地产开发有限责任公司 2024年8月15日

印件声明作废

### 桃木500千伏新能源汇集输变电工程环境影响评价第二次公示

《桃木500千伏新能源汇集输变电工程环境影响报告书(征求意见稿)》现已编制完成,现按照《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号)的要求向公众公示如下环境影响评价信息。

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:网络链接: <https://pan.baidu.com/s/1RdgBSYfUkAf5bK0tMWZrQ>,提取码: g4e4 下载查询,需要查阅纸质报告书可按照下述第四条的联系方式联系查阅。

二、征求意见的公众范围:本工程附近可能受影响的公众、团体和单位,以及对本工程关注的公众。

三、公众意见表的网络链接:公众登录以下链接下载公众意见表填写,反馈。 [https://www.mee.gov.cn/xxgk/2018/xxgk/xxgk01/20181024\\_665329.html](https://www.mee.gov.cn/xxgk/2018/xxgk/xxgk01/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:公众可通过填写公众意见调查表、电子邮件、信函等方式向建设单位或环评单位实名反馈意见,并请留下联系方式以便及时向提出公众反馈公众意见采纳与不采纳的意见。联系方式:1.建设单位内蒙古东部电力有限公司兴安供电公司联系人:王越,电话:1328425290-E-mail:15705020205@163.com,地址:内蒙古自治区兴安盟乌兰浩特市盟署西侧国华兴安供电公司新址,邮编:137400。2.环评单位:中国电力工程顾问集团东北电力设计有限公司,联系人:张工,电话:0431-85798178,E-mail:281357085@qq.com,地址:吉林省长春市人民大街4368号,邮编:130000。

五、公众提出意见的起止时间:建设单位发布征求意见稿之日起10个工作日,特此公告。

国网内蒙古东部电力有限公司兴安供电公司 2024年8月15日