天气渐凉 专家提示科学防治呼吸系统疾病

秋季天气转凉,昼夜温差大,呼吸道疾病感染风险增加。专家提示,早晚出门要注意保暖,保持良好的个人卫生习惯,勤洗手,注意社交距离、咳嗽礼仪。同时,坚持健康的生活方式,保持规律作息、合理膳食,不熬夜。

“中医理论认为,阴阳平衡是健康的关键。秋天阳气逐渐减弱,阴气逐渐增强,养生的目标是保持阴阳平衡。”北京中医药大学东直门医院风湿病科主任医师王海隆介绍,此时若出现咳嗽、鼻塞、流鼻涕等症状,应注意预防。

专家提示,老年人体质较弱,应注意保暖,避免因受凉而引起肺部疾病。家长应适度给孩子增添衣物,避免过度捂热导致孩子大量出汗引发健康问题。

“如果感染呼吸道疾病要及时治疗。”北京医院主任医师李燕明说,对于普通感冒,不建议盲目使用抗菌药物,主要是以对症治疗为主。感染后要注意休息,清淡饮食,给予身体自我恢复时间。对于有基础疾病的老年人等,要观察症状变化,若出现发热不退、呼吸困难、胸痛等症状,要及时就医。**(据新华社报道)**

葡萄上的白霜能吃吗?

有说法称“葡萄上的白霜其实就是农药残留,不要买上面有太多白霜的葡萄。”是真的吗?葡萄、蓝莓上的白霜是什么?对此,由北京市科学技术协会、北京市委网信办、首都互联网协会指导的每月“科学”流言榜给出了解释。

其实,葡萄、蓝莓、李子等成熟后表面都会有一层白霜,这是水果自身产生的果粉,属于糖醇类物质,在水果表面分布均匀,不溶于水。它不但无毒,还具有一定的营养价值。从某种程度上说,带白霜是葡萄新鲜的标志。

当然,如果农户在葡萄生长过程中喷洒农药,也会有一层淡淡的白霜。要分辨葡萄表面的白霜是天然果粉还是农药残留,方法很简单:天然的果粉分布自然均匀,并不会覆盖葡萄表皮本身的颜色,只会让葡萄看起来更加漂亮;而农药白霜分布不均匀,其中还可能会有水滴状的药斑。**(据央视报道)**

尿酸高别喝浓茶

有流言表示:喝茶会影响体内尿酸水平,尿酸高的人不能喝茶。2024年9月“科学”流言榜给出解释,认为这种说法过于绝对。尿酸高的人可以适量喝茶,但需要控制饮用量并选择合适品种。

一般情况下,茶叶本身所含成分不会直接导致尿酸水平升高。适量饮茶能够增加水分摄入,促进尿酸排泄。不过,尿酸高的人应避免喝浓茶。因为浓茶含有草酸、咖啡因等成分,可能会刺激胃肠道,影响睡眠和代谢,间接对尿酸水平产生不利影响。建议饮用淡茶水,每天茶水饮用量控制在2~3杯以内。

另外,有研究发现,茶水中的没食子酸、茶多酚等成分,可以抑制体内尿酸的生成。其中发酵程度低的茶,抑制作用会强于发酵程度高的茶。所以,尿酸高的朋友,可以适当饮用绿茶、白茶和乌龙茶。**(据央视报道)**

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

债权转让通知书

内蒙古蒙古众志商贸有限责任公司、李瑞、范丽梅:

根据《中华人民共和国民法典》和相干法律的规定,以及债权转让人内蒙古呼和浩特市副食品行业协会与债权受让人左智彬达成的债权转让协议,现内蒙古呼和浩特市副食品行业协会将对你们方所具有的债权(呼和浩特市玉泉区人民法院(2018)内0104民初2462号民事判决书确定的债权),依法转让给债权受让人左智彬,与债权相关的其他权益也一并转让。请你们方自接到该债权转让通知书后向债权受让人左智彬履行全部义务。

债权转让人:内蒙古呼和浩特市副食品行业协会

债权受让人:左智彬

2024年10月4日

通 知

内蒙古奇解商务咨询有限公司将在本公告发布之日起15日后召开股东会,要求全体股东参加(会议要求全体股东到场,不到场视为放弃自己的表决权)。会议时间:2024年10月24日上午8:00,联系人:谷永红,电话:13337113505,会议地点:呼和浩特市赛罕区金隅时代城一期6号楼1层2单元101室

内蒙古奇解商务咨询有限公司

2024年10月9日

声 明

呼和浩特市精匠艺墅装饰工程有限公司(统一信用代码91150102MA0Q0MYW9W,法定代表人:赵文浩)因监事解国伟无法取得联系,现声明如下:所有未经本公司法人签字、加盖本公司印章的以呼和浩特市精匠艺墅装饰工程有限公司名义签署的(包括但不仅限于)合同、协议、凭证、文件、授权等均属无效文本,不具备任何法律效力,由此引发的一切法律后果及经济纠纷该与本公司及法人无关,并保留进一步追究其法律责任的权利,特此声明。

寻亲启示

土旗女,女,民族不详,出生日期:不详。身份证号码:不详,户籍地址:不详。2014年3月18日,因患精神疾病,由呼和浩特救助管理站送入呼和浩特市精神康复医院住院康复治疗。

现于2024年10月4日去世,因多年来未找到家属,现登报寻亲。

联系电话:(0471-6320913),王女士:13674717478联系地址:呼和浩特市昭乌达路南口呼和浩特市民政福利园院内呼和浩特市精神康复医院住院处。

呼和浩特市精神康复医院

工程项目债权债务清算公告

内蒙古第三建筑工程有限公司所承建的乌兰察布市宏大实业有限公司兴和2*350MW热电联产项目干式贮灰场工程项目于2016年12月31日已全面竣工,现我公司成立项目清算组,负责处理该工程项目债权债务(农民工工资、材料款、机械租赁及其它款项)等后续事宜,请与本项目有债权债务关系的所有人或机构见报日起30天内持相关合同及证件向清算组申报,逾期未办本公司将不予处理,责任自负。

联系电话:张经理 固定电话:18048362932。

内蒙古第三建筑工程有限公司

2024年10月9日

锡林郭勒京能智汇防沙治沙和风电光伏一体化工程2024年度正镶白旗15万千瓦风电项目环境影响评价征求意见稿公示

根据《环境影响评价公众参与办法》的有关规定,现对《锡林郭勒京能智汇防沙治沙和风电光伏一体化工程2024年度正镶白旗15万千瓦风电项目环境影响报告书》征求意见稿公示,进一步征求公众意见。

1、本项目环境影响评价报告书征求意见稿全文链接及查阅纸质报告书的方式和途径。(1)《锡林郭勒京能智汇防沙治沙和风电光伏一体化工程2024年度正镶白旗15万千瓦风电项目环境影响报告书》链接:https://pan.baidu.com/s/1lYqqYNO2-N_nlXsw96wVJQ提取码:ma7p,(2)公众可通过电话、传真、电子邮件等方式与建设单位联系查阅本报告

2、征求公众意见的范围:本项目征求公众意见的范围:以本项目设施外扩5km的矩形区域内可能受到影响的公众。

3、公众意见表的网络链接:《建设项目公众参与调查表》链接:http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.html

4、公众提出意见的方式和途径:公告之日起10个工作日内公众可通过电话、传真、电子邮件等方式与建设单位联系反馈公众意见。建设单位:正镶白旗京能智汇清洁能源有限公司,联系人:陈元,联系电话:15754888152,通讯地址:锡林郭勒盟正镶白旗宝拉根陶海苏木哲里根图嘎查林场

5、公众提出意见的起止时间:2024年9月27日至2024年10月16日

正镶白旗京能智汇清洁能源有限公司 2024年9月27日

内蒙古三监狱原址沙土坑生态环境恢复治理项目环境影响评价征求意见稿公示

根据《环境影响评价法》和《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号)等法律和法规文件要求,我单位对内蒙古三监狱原址沙土坑生态环境恢复治理项目环境影响评价相关事宜公告如下:

一、项目概况:项目位于内蒙古呼和浩特市托克托工业园区新营子镇胡忽浪营村内蒙古三监狱原址院内南侧,不新增占地。项目地理坐标为N40°9′21.85",E111°20′32.54"。本项目利用脱硫石膏和煤矸石固废回填沙土坑,进行生态治理。建设防渗工程、渗滤液导排系统、截水沟、封场覆盖工程等。

二、征求意见稿公示情况:1、环境影响报告书征求意见稿全文、公众意见表网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1c1RK2TkOsOXXJk-KdmzeRQ,提取码:9fj2,2、查阅纸质报告书方式及途径:现场索取。

三、征求意见公众范围:环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织。

四、提交公众意见表的方式和途径:通过网络链接下载公众意见表填写相关意见后,通过传真、电子邮件或邮寄等方式提交我单位。

五、建设单位联系方式:建设单位:河北九勋建筑工程有限公司,通讯地址:石家庄市长安区建华北大街394号,联系人:谷经理,联系电话:13931168697,电子邮箱:375148385@qq.com

六、公众提出意见的起止时间:公众提出意见的起止时间为本公告公布之日起10个工作日内。

河北九勋建筑工程有限公司

记账报税

本人CPA从事会计工作20年以上,主营小微企业记账报税业务,每家200元按年付,电话18304732759

声 明

本人李永平,身份证号152623196704151712,于2011年6月29日购买的呼和浩特市东方房地产开发有限责任公司半山半水第38号楼三单元102室,于2012年2月17日放款168000元,本人不慎将按揭收据丢失,本人于2024年10月1日自愿将此房屋过户给薛培娟,故将168000元的按揭收据作废,如因此收据引起的财务和法律纠纷本人李永平愿承担一切后果和责任,声明人:李永平,2024年10月1日,电话15248403813

声 明

由于改制原因,现内蒙古锦和大酒店不再对外经营,曾在内蒙古锦和大酒店办理过储值会员卡的顾客请于2024年12月30日前进行退款处理,逾期不予办理,特此声明!内蒙古锦和大酒店有限责任公司2024年10月9日

声 明

阁君于2024年7月1日被泄露身份证手机号,被不法人员冒充本人做身份证明抵押贷款开卡诈骗等违法行为,如非本人意识清醒没受到任何胁迫下亲自到场持证,被冒充身份做的任何事情均与本人无关,本人不承担任何责任,特此声明。

敬 告

呼和浩特市如意工业园区贵足大师驾到养生馆(统一代码:92150100MA0Q5PRLXB)因注册地址发生变故拟申请注销,曾在本养生馆办理过储值会员卡的顾客请继续到赛罕区水韵青城养生保健服务馆享受同等服务,联系电话18947910444,敬请谅解!

呼和浩特市如意工业园区贵足大师驾到养生馆

遗 失 声 明

●呼和浩特市集通会展服务有限责任公司(统一社会信用代码91150102MA0R1RLB4A)遗失营业执照正副本以及公章一枚,声明作废●本人张成立、杨范范丢失与内蒙古恒悦旅游开发有限公司恒大文旅城签订的文旅城四地块4-12-401首期款收据一张,编号为4319143,金额188430元整,由此产生的一切纠纷与内蒙古恒悦旅游开发有限公司无关,收据声明作废●内蒙古诚朋汽车租赁有限公司(统一信用代码91150105MACUE74K0Q)遗失公章一枚,声明作废●范春梅(身份证号150121197501110729)不慎将内蒙古津洋光房地产开发有限责任公司土默特左旗千佳和项目部开具的购买千佳和小区五号楼二单元302号房的现金收据丢失,丢于2024年9月5日,收据金额:355500元,声明作废●达拉特旗泽琛商贸有限公司遗失公章一枚,公章编号:15062110039846,声明作废●内蒙古奥尼斯特商贸有限责任公司遗失营业执照正副本,统一信用代码91150105MA0R0ENX6J,声明作废●呼和浩特市奥尼斯特信息咨询服务有限责任公司遗失营业执照正副本,统一信用代码91150100MA0QYAJUXH,声明作废●乌海市睿思德汽车销售有限公司(统一社会信用代码91150302MA0N6G549M)的公章遗失,声明作废●闹干布拉格遗失内蒙古巨华房地产开发集团有限公司开具的明祥园6#-1-12中户购房款收据,收据号00024969金额430000元(按揭),声明作废

●郭云峰遗失由呼和浩特市鹏盛房地产开发有限公司开具的购买玉泉区万锦云锦2号楼1单元501号购房款收据一张,开具日期2021年11月10日,收据编号2507554,金额226272元,声明作废●母亲:杨颖,父亲:王艳新,不慎将孩子王晨宇(男)出生医学证明遗失,编号M150216201,出生时间:2012年10月11日,声明作废●乌拉特中旗甘其毛都镇麟峻机械租赁部(个体工商户)遗失公章一枚,编码15082410012014,声明作废●达拉特旗宏琪商贸有限责任公司(统一社会信用代码91150621MACXE3UQ7D)遗失法人章(付宏杰)一枚,声明作废●蒙树生态建设集团有限公司(曾用名:内蒙古和盛生态育林有限公司)不慎将名下单独所有的位于和林格尔县盛乐经济园区克略村的一块土地承包经营权、森林及树木所有权[产权证号:蒙(2021)和林格尔县不动产权第0001063号]《林权证》原件丢失,林权证办理日期2021年01月22日,编号NO15000989941,现声明作废●新城区誉轩商务酒店遗失银行支票和存款人密码纸,核准号J1910008280601,账号:155623184028,开户银行:中国银行股份有限公司呼和浩特市海拉尔中路支行,特此声明●呼和浩特市锐丰种养殖专业合作社(统一信用代码93150105MA0NJTH76K)遗失开户许可证,开户行:内蒙古呼和浩特金谷农村商业银行股份有限公司太平庄分理处,账号:021150122000000001366;遗失公章、财务专用章及法人(杨瑞峰)名章,特此声明

●内蒙古医科大学誉茗媛(学号2022041311)包丽娜(学号2023040364)遗失学生证,声明作废●路志强遗失警官证,证件号041908,声明作废●白八斤不慎将残疾证遗失,证号152322196809112653 42,声明作废●高娃2024年10月2日遗失身份证,证号152524195807130021,声明作废●李立新遗失残疾人证,证号15010319680814107111,声明作废●内蒙古医科大学内蒙古临床医学院郭子怡遗失学生证,学号2020041829,声明作废●呼和浩特市土默特中学伙食组遗失开户许可证正本,核准号Z1910000355902,账号024101201110108639,开户行:内蒙古银行呼和浩特海拉尔大街支行,声明作废●曲晓奎遗失医师资格证,证号201415110152127198604201513,声明作废●杨瑞才遗失内蒙古自治区建设工程监理从业岗位培训证书,证书号:内工建协20240725,声明作废●昆都仑区五季酒水批发商行(统一社会信用代码92150203MA7JKWAX78)遗失公章一枚,原编号15020310057379,声明作废●朱爱敏将玉泉区祥和苑小区7-2-2106房的公租房租赁合同丢失,合同编号GYQ20232557,声明作废