

# 这两样美食不要一起吃

当下正是山楂、柿子、板栗、螃蟹等大量上市的时节，都是不少人的“心头好”。但你知道吗？板栗和山楂混在一起吃可能存在健康风险！

47岁的张先生感觉食欲不振、腹胀、恶心已有近半个月，前两天腹痛加剧，还都是黑便。张先生吓坏了：“不会是肠癌吧？”

在医院进行了胃镜和结肠镜检查后，发现张先生的肠道很健康，但一年前同样健康的胃里却出现一个5厘米×8厘米的结石。为弄清楚这颗结石是咋来的，医生带着张先生细细复盘这

段时间的饮食，发现了端倪：一到秋天，张先生就喜欢躺在院子里的摇椅上吃板栗和糖山楂，两天前，他甚至一口气吃了半斤山楂，殊不知这“秋日限定”美味吃多了也不行。

通过治疗，张先生的腹痛症状消失，复查时，胃内也没有结石了。“还好不用动刀子，以后再也不敢一下子吃这么多山楂了。”逃过一劫的张先生仍心有余悸。

俗话说：八月的梨枣，九月的山楂，十月的栗子笑哈哈。不少网友表示一般卖板栗的旁边就会卖山楂，它们是搭配着一起

卖的。

那么山楂和板栗一起吃，真的会长结石吗？

山楂富含鞣酸和果胶，板栗富含植物蛋白和膳食纤维，同时进食后，在胃酸作用下，鞣酸与食物中的蛋白质混合后会形成不易溶于水的鞣酸蛋白沉淀物，鞣酸蛋白沉淀物与植物纤维、果胶等食物残渣混合在一起，则会如同滚雪球一样越积越多，最终形成胃结石。

是否产生结石在很大程度上受个体差异和食用量影响，并且通过脱涩处理后的山楂，鞣酸含量会降低。对健康人而

言，即使产生少量鞣酸蛋白沉淀物，也可随着胃肠蠕动排出体外。

消化内科医生提醒，不建议大家空腹食用柿子、山楂、枣等富含鞣酸的食物，也不要将橘子、猕猴桃等酸性水果与板栗、螃蟹、肉类等高蛋白食物一起吃。

有胃炎、胃溃疡及胃肠动力不好的人群，尤其是儿童和老人，应尽量少吃柿子和山楂，更不要混着吃。

若进食后出现腹痛、腹胀、恶心、呕吐等不适症状，请尽早就医。

(据《中国质量报》)

# 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。

## 公 告

尊敬的富邦商厦业主们：  
内蒙古世奥易货有限公司在此郑重告知,我司已于2024年5月25日与呼和浩特市中山西路富邦商厦业主委员会正式签署了经营委托合同。

现特通知在商厦购买了富邦新技术开发有限责任公司柜台和摊位的小业主们,请务必及时与我司联系,以便办理收租的相关手续。

在此特别强调,由于业主自己不及时办理收租相关手续,由此造成的一切损失将由业主个人自行承担。

请各位小业主相互转告,尽快办理。

办理地址:富邦商厦(北侧入口)2楼202室

内蒙古世奥易货有限公司 2024年10月30日

**中国光大银行股份有限公司呼和浩特丰州路支行  
关于颁发《中华人民共和国金融许可证》的公告**

以下机构经国家金融监督管理总局内蒙古监管局批准,换发《中华人民共和国金融许可证》,现予以公告。

机构名称:中国光大银行股份有限公司呼和浩特丰州路支行

变更事由:因中国光大银行股份有限公司呼和浩特丰州路支行已变更机构住所信息,故更换《中华人民共和国金融许可证》

机构编码:B00075215010010

机构住所:呼和浩特市赛罕区丰州路巨海城七区西商业7号楼底商10102、10103号

联系电话:0471-3946740

**中华联合财产保险股份有限公司鄂托克前旗上海庙  
开发区营销服务部遗失保险许可证公告**

机构名称:中华联合财产保险股份有限公司鄂托克前旗上海庙开发区营销服务部

批准日期:2015年04月02日 许可证编号:00126584

许可证机构编码:000012150623001

机构住所:内蒙古自治区鄂尔多斯市鄂托克前旗上海庙镇龙辰宜合苑1#商业楼-1-4A

业务范围:财产损失保险、责任保险;信用保险和保证保险,短期健康保险和意外伤害保险;经保险监督管理机构批准的其他保险业务。特此公告。

中华联合财产保险股份有限公司鄂托克前旗

上海庙开发区营销服务部

2024年11月4日

**包头市新源稀土高新材料有限公司生产线技术升级改造项目环  
境影响报告书(辐射专篇)第二次环境影响评价信息公告内容**

一、依据:我单位拟建设“包头市新源稀土高新材料有限公司生产线技术升级改造项目”,已编制完成《包头市新源稀土高新材料有限公司生产线技术升级改造项目环境影响报告书(辐射专篇)征求意见稿》。

根据《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,现发布建设项目的环境影响评价信息,征求公众意见。

二、建设项目建设信息:项目建设名称:包头市新源稀土高新

材料有限公司生产线技术升级改造项目,2.建设单位名称:包头市新源稀土高新材料有限公司,3.环评文件编制单位名称:核工业二〇八

大队,4.项目建设地点:内蒙古自治区包头市稀土高新区幸福南路(铁路北50米)包头市新源稀土高新材料有限公司院内。项目厂区中心坐标为:E109°53'1",N40°35'61"。5.项目建设内容:本项目性质为技术升级改造;总投资3663万元;拟将原址硫酸稀土焙烧矿改为稀土精矿,取消原采用水浸、硫酸除杂工艺生产碳酸稀土工序,并用现有工厂生产厂房(煅烧车间2),通过稀土专利技术将稀土精矿经过烘干、稀土熔炼等工序处理后,生产出稀土熔炼矿,为产能置换项目,项目改造完成后,原有处理原料硫酸稀土焙烧矿(REO)3000t/a的生产规模不变。6.征求意见的范围:项目周边可能受到区域影响的区域。

三、公众意见征询的主要内容:1.公众提出意见的起止时间:(2024年11月4日至2024年11月18日止);2.征求公众意见的环境影响报告书全文及公众意见表的网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1IxQkulBxrlqCkvvIRPw 提取码:4m39

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

(六)公示期限:本次公示时间为自公示之日起5个工作日内。涉及征地拆迁、财产、就业等与本项目环境影响评价无关的意见及诉求不属于项目环评公参内容。

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:郝智杰,邮寄地址:内蒙古自治区包头市稀土高新区幸福南路包头市新源稀土高新材料有限公司,联系电话:13848636186,电子邮箱:1025565212@qq.com

五、其他:对公众提交的相对个人信息,建设单位不会用于环境影响评价公众参与之外的用途,未经个人相关信息相关权利人允许不得公开。法律法规另有规定的除外。

建设单位:包头市新源稀土高新材料有限公司 2024年11月4日

# 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

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

## 50亩厂房招租

租赁位于包头市萨拉齐大城西乡杜四营子村,占地50亩,适合生

产、加工、制造等行业,独立建筑,全套手续齐全。

欢迎各类型企业入驻。

联系电话1863511558周先生

## 寻亲公告

王茂祥于2022年11月20日在包头市东河区留宝窑附近草丛

捡到一名男婴,包裹内有字条写明出生时间:2022年10月15日,该

男婴现用名:张凌玮,请男婴亲生父

母或其他监护人或知情人员持有效证件与马欢娃联系,并请广

大居民予以监督,公告之日起六十日无亲生父母及其他监护人认领的,本人将依法收养,联系电话

15247199084

## 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呼和浩特市赛罕区大学西路街道办事处2017年老旧小区综合整治项目于2021年9月20日全面竣工,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90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。

联系人:张毛毛 联系电话:18048362932

内蒙古第三建筑工程有限公司 2024年11月4日

## 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呼和浩特市

赛罕区大学西路街道办事处2017年老旧小区综合整治项

目于2021年9月20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90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。

联系人:张毛毛 联系电话:18048362932

内蒙古第三建筑工程有限公司 2024年11月4日

## 内蒙古永太化学有限公司年产500吨BFAA项目环境影响评价征求意见稿公示

(一)建设项目建设名称:项目名称:内蒙古永太化学有限公司

年产500吨BFAA项目。项目概要:在现有编号为1203车间内新建3

条BFAA项目生产线,年产量为500吨。总投资2000万元。

(二)建设单位名称和联系方式:建设单位:内蒙古永太化学有限

公司,联系人:李少廉,联系电话:15702447587

(三)环境影响评价机构名称和联系方式:环境影响评价机构:内蒙古永太化学有限公司,联系人:白工,邮箱:286858972@qq.com

(四)公众提出意见的主要方式:本次公示主要采取公告的形式,公

众可以通过电话、电子邮件等方式,发表对该项目建设及环评工作的意见看法。环境影响报告书征求意见稿及公众意见表链接:

https://pan.baidu.com/s/1alp1URjyjzu9ewcAPyQ 提取码:4m39

(五)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。

(六)公示期限:本次公示时间为自公示之日起5个工作日内。涉及征地拆迁、财产、就业等与本项目环境影响评价无关的意见及

诉求不属于项目环评公参内容。

乌海市一处老石旦小一号采空区治理有限公司垃圾处理场

项目环境影响报告书征求意见稿公示

按照《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号)的有关

规定,现向公众公开建设项目建设环境影响报告书征求意见稿信

息,征求公众意见的起止时间:(2024年11月4日至2024年11月18日止);2.征求公众意见的环境影

响报告书全文及公众意见表的网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1LxQuKlxrlqCkvvIRPw 提取码:wixia2,查阅纸质报告书方式与途径

建设单位现场索取。

三、征求公众意见的范围:环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织。

四、公众提出意见的方式和途径:公众可通过信函、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:郝智杰,邮寄地址:内蒙古自治区包头市

稀土高新区幸福南路包头市新源稀土高新材料有限公司,联系电话:

13848636186,电子邮箱:1025565212@qq.com

五、其他:对公众提交的相对个人信息,建设单位不会用于环境影

响评价公众参与之外的用途,未经个人相关信息相关权利人允

许不得公开。法律法规另有规定的除外。

建设单位:包头市新源稀土高新材料有限公司 2024年11月4日

乌海市一处老石旦小一号采空区治理有限公司 2024年11月4日

安华农业保险股份有限公司呼和浩特中心支公司为了推动养

殖业保健健康有序发展,有效防治牛羊疾病,保持良好饲养环境,需

要采购动物功能性保健饲料、防疫药品和150、20型装载机。现面向社会公开招标采购,诚邀符合条件的生产经营企业参与投标。

1.项目名称:安华农业保险股份有限公司呼和浩特中心支公司2024年防卸采购项目

2.项目地点:呼和浩特市赛罕区东二环正商都D座20

层安华农业保险公司。3.生产经营企业报名条件:(1)拥有本地化办

事机构,能够提供现场技术服务;(2)具有独立的法人资格;(3)增值税

一般纳税人;(4)遵守国家法律、行政法规,具有良好的信誉和诚信的商业道德;(5)生产经营的产品符合国家规定的相应技术标准和环保标准。

4.报名要求:报名时需要提供相关资质证明原件和相关行业项目案例。

5.报名时间:2024年11月4日-11月8日,报名地点:呼和浩特市赛罕区经

济之路上首正商都D座20层安华农业保险公司,联系人电话:0471-3361887

安华农业保险股份有限公司呼和浩特中心支公司 2024年11月4日

## 声 明

山东华联科技有限公司:

贵公司与内蒙古远通伟业饲料有限公司买卖合同纠

纷案,已经由呼和浩特市回民区人民法院民事调解完毕

(2018)内0103民初4491号,剩余质保金6.29万元,请贵

司于登报之日起7天内与我公司联系并进行结算,逾期视

为放弃追索该笔款项的权利。

内蒙古阳泰生物科技有限公司

(原内蒙古阳泰商贸有限公司、内蒙古远通伟业饲料有限公司)

## 招 标 公 告

安华农业保险股份有限公司呼和浩特中心支公司为了推动养

殖业保健健康有序发展,有效防治牛羊疾病,保持良好饲养环境,需

要采购动物功能性保健饲料、防疫药品和150、20型装载机。现面向社

会公开招标采购,诚邀符合

条件的生产经营企业参与投

标。

1.项目名称:安华农业保险股份有限公司呼和浩特中心支公司2024年防卸采购项目

2.项目地点:呼和浩特市赛罕区东二环正商都D座20

层安华农业保险公司。3.生产经营企业报名条件:(1)拥有本地化办

事机构,能够提供现场技术服务;(2)具有独立的法人资格;

(3)增值税一般纳税人;

(4)遵守国家法律、行政法规,具有良好的信誉和诚信的商业道德;

(5)生产经营的产品符合国家规定的相应技术标准和环保标准。

4.报名要求:报名时需要提供相关资质证明原件和相关行业项目案例。

5.报名时间:2024年11月4日-11月8日,报名地点:呼和浩

特市赛罕区经之路上首正商都D座20层安华