

嘴唇发紫是心脏在“求救”?

嘴唇发紫,究竟是怎么回事,真的就代表心脏不好吗?

为什么会有人嘴唇发紫?

从医学角度看,嘴唇发紫更像是一个提示,而不是一个确定的答案,并不是所有偏暗或偏紫的嘴唇,都意味着异常。

嘴唇的颜色变化之所以容易被察觉,是因为此处皮肤薄、血管丰富。当血液中去氧血红蛋白增加到一定程度,局部就会呈现出蓝紫色,这种现象在医学上被称为发绀。

进一步追溯其来源,会发现嘴唇发紫其实是一个多系统共同参与的结果:肺负责气体交换,一旦通气或换气出现问题,血氧水平就会下降;心脏负责循环,如果结构或功能异常,可能让未充分氧合的

血液进入体循环;而血液本身若出现异常,同样会影响其对氧气的运输与释放能力。

因此,把嘴唇发紫简单归因于心脏不好,往往会忽略更完整的生理背景。

其实,唇色本身就没有统一标准。有人偏红,有人偏暗,有人略带紫调,这些差异本身并不指向健康问题。相比颜色深浅,更重要的是关注短时间内唇色是否发生明显变化。这种从“静态颜色”转向“动态变化”的观察方式,往往更接近医学判断的逻辑。

如何分辨嘴唇是真正的发绀?

嘴唇发紫,在医学上被称为“口唇紫绀”,是判断心脏健康状况的重要依据之一。

“冻得发紫”,寒冷刺激会引起血管收缩,使局部血流减慢、氧利用增加,从而出现暂时的颜色变化。这类外周性发绀通常不涉及口腔黏膜,舌头颜色保持正常,且在保暖后可以恢复。

而中心性发绀则涉及全身氧合问题,此时不仅嘴唇发紫,舌头和口腔黏膜也会同步变色,且往往持续存在,不容易自行缓解。

在实际生活中,这两者的区分并不复杂:是否有明确诱因、是否能恢复、口腔黏膜是否受累。

如何判断身体是否出问题了?

在家庭环境中,多数人并不具备医学判断能力,因此也无需试图通过唇色“猜测疾病”。

更实际的方式,是围绕几个关

键问题展开观察:

这种变化是否新出现,是否持续存在;

有没有明确诱因,如寒冷或情绪变化;

在休息或保暖后是否能够恢复;是否伴随气短、胸闷、乏力等表现。

在条件允许的情况下,指尖式血氧仪可以作为辅助工具,其检测结果虽存在一定误差,但相较于肉眼判断更具参考意义。如果血氧持续偏低,或伴随明显不适,应及时就医评估。

嘴唇的颜色,更多是一种提示。真正需要被关注的,是它背后的变化,以及身体正在发出的其他信号。

(据央视报道)

合理选择代茶饮

中药入茶,俗称“代茶饮”。代茶饮是将药性安全缓和的中草药经冲泡或煎煮,替代茶来饮用。中药茶饮对常见慢性病和亚健康状态有明显改善作用,能缓解疲劳、帮助消化、调节情绪等,可用于日常保健,亦可辅助治疗疾病。

常见的花类茶有玫瑰花、菊花、茉莉花、金银花等,叶(梗)类有薄荷、紫苏梗、枇杷叶、蒲公英等,根(茎)类有参类、黄芪、虫草、葛根等,果茶有西青果、罗汉果、枸杞、桑葚、麦冬、山楂、大枣等,种子类有莱菔子、决明子、冬瓜子、胖大海等。

不同选材组合的代茶饮疗效各异。例如,参类药茶善于补气,辅助改善乏力气短、心悸自汗、精力不足、怕冷便溏等症,适合慢性疲劳综合征和慢性病体虚人群。常用参茶包括西洋参、生晒参(白参)、党参及太子参,补益功效较强的野山参

以炖煮为宜。另有一部分参茶偏于养阴,补气力弱,如南沙参、北沙参、玄参等,适于口咽干燥、干咳鼻干、大便干结难排、舌红少苔的阴虚者。饮用时,每种取3~5片(10~15克)。饮参茶补虚时,不宜吃萝卜。

(据《人民日报》)

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:本栏各类信息,如需要支付押金或预付款时,务必小心,敬请广大客户注意甄别假冒行为,谨防受骗,自负其责。

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

遗失声明·减资注销·环评公告·结婚启事·解除合同公告·送达公告·债权公告

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

弘元能源科技(包头)有限公司10万吨高纯晶硅项目(一期)氯化维修备用(替换)改造项目环境影响评价公示

一、建设项目基本信息:弘元能源科技(包头)有限公司,编制单位:中冶西北工程技术有限公司,建设地点:内蒙古包头市固阳县金山工业园区弘元能源科技(包头)有限公司厂区内,内容:新增1条35万吨/年冷氢化生产线(编号为C)效率:粗分塔产品提纯塔1座、冷冻站1座及附属设施,满足生产效率高,有效保障生产和备用需求。同时对精馏冷凝单元及尾气回收单元进行改造,达到高效提纯分离,实现提质增效。

二、公众意见征求主要内容:时间:2026年3月30日至4月13日,范围:项目周围5km范围,报告书(征求意见稿)链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1KE3ITrCC_SYZzHtuqfWlw,提取码:6dae,公众意见表链接:http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx

三、公众提出意见方式和途径:联系人:张工,地址:昆区新邮电大厦1106室,电话:0472-6985837,邮箱:842348820@qq.com

建设单位:弘元能源科技(包头)有限公司

解除劳动合同公告

刘磊:你自2026年3月2日起长期请假并连续无故旷工,已严重违反公司规章制度。依据相关法律规定,公司现通知自即日起解除与你的劳动关系,请你于本公告发布之日起三个工作日内,到公司办理劳动合同解除及待遇清算等相关手续,特此公告。

内蒙古如保诚人力资源管理有限公司2026年4月8日

注销公告

赤峰体育摄影协会(统一社会信用代码51150400M123648195)经会员大会决议决定终止并注销。现已成立清算组,负责人:张静北、成员:杨永旭、王璐璐,请债权人自本公告发布之日起45日内,向本协会清算组申报债权,逾期未申报视为自动放弃。清算组联系电话:15774900008,联系人:杨永旭,申报地址:赤峰市体育中心A1-M087室,赤峰体育摄影协会清算组2026年04月08日

声明

本人佟喜平,身份证号150102197608284017,登报承诺如下:本人与李春霞虽未离婚,但于2017年已无共同生活经历,无经济利害关系,且李春霞长期失联,本人特此声明。

声明人:佟喜平,2026年4月8日

遗失声明

●陈苏日娜遗失呼和浩特市新城区三合村回迁证明书原件,编号为:000482及000483,声明作废

●陈自立遗失呼和浩特市新城区三合村回迁证明书原件,编号为:000481及000480,声明作废

●内蒙古医科大学内蒙(学号2022040143)张莉敏(学号2024040039)岳佳琪(学号2021043192)遗失学生证,声明作废

●刘美桃(身份证号150929197512253324)遗失内蒙古恒盛房地产开发有限公司开具的桃源水榭二期叠翠12号楼2单元902室交房款收据1张,开具时间2016年3月31日,收据号3008555,金额527228元整,声明作废

●出质的李永刚将车牌号:蒙ADY4183的道路运输证丢失,声明作废

●交运管呼字150104003310号,声明作废

●段文龙遗失内蒙古医科大学学士学位证书,证书编号1013242014000150,声明作废

●内蒙古同维物业管理有限公司遗失开户许可证及密码本,核准号J1910013502401,法人:王正锋,声明作废

●邵佳怡(女)的出生医学证明遗失,编号O150018008,声明作废

●父亲:任贵龙;母亲:张二虹,其子任义,2010年01月3日出生,遗失出生医学证明,编号:J150121818,声明作废

●呼和浩特市回民区天天网吧遗失网络文化经营许可证正本,编号:150103200060,声明作废

●锡尼街道和平社区卫生服务站公章(编号1506210012398),财务专用章(编号1506210012399)遗失,声明作废

●乌审旗嘉盛种植养殖专业合作社社会信用代码93150626MA0MYG8E0F的公章遗失,声明作废

●内蒙古硬笔书法家协会遗失社会团体法人登记证书正本,代码:51150000502704809G,编号:社证字第F0826号,声明作废

●达拉特旗恩格贝镇柳子坎旦村股份经济合作社的财务专用章遗失,编号15062110006576,声明作废

●内蒙古九丰农牧业有限责任公司的公章(编号15252710002763),财务专用章(编号15252710002764),法人章(法人:青格勒图,编号15252710002767),声明作废

●内蒙古医科大学附属医院蒙中医内住院部,身份证号码150102196506063016,不慎遗失医师执业证书,证书编号199815141150102650606301,现声明作废

●李金芬遗失新城区新城家园廉租房六号楼四单元六楼东户的呼和浩特市保障性住房租赁合同,合同编号:GXCC20230846,声明作废

●王锁小不慎遗失托克托县双河镇大场村的土地确权证,证号:150122100214110019J,承包地确权(合同)总面积16.8亩,声明作废

●内蒙古化工职业学院2020届药品生产技术专业苏刘花遗失毕业证书,毕业证号为126751202306001422,声明作废

●孙作华、李娜不慎遗失内蒙古奈伦房地产开发有限公司开具的奈伦城市亮点4#-3-302#,契税收据1张(收据编号0008086,金额41264.30元)及内蒙古自治区房地产开发销售预收款收据1张(发票代码:215001119012,发票号码:00401837,金额:877837元),特此声明

●王贺明不慎将与内蒙古锦达房地产开发有限公司签订的东新城小区28号楼3单元2楼西户商品房买卖合同丢失,特此声明

●郝妮可,性别:女,遗失出生医学证明,编号U150018203,声明作废

●马小飞(道路运输经营许可证)正本遗失,证号150106002638,声明作废

●秦艺航于2026年4月3日不慎遗失身份证,身份证号码150103201605260015,特此声明

●王帅不慎将北京东时代物业管理有限公司开具的2025年4月9日的租房押金收据遗失,金额2000元,收据号2403129,声明作废

●内蒙古归真普拉提健康管理有限公司(代码91150103MAD6QD8N2L)遗失公章,财务章各一枚,声明作废

●刘玉宝将车牌号:蒙ADY4183的从业资格证丢失,资 格 证 号:15222419701126203X,声明作废

●内蒙古启安消防工程(集团)有限公司准格尔旗分公司(统一社会信用代码91150622MA0MYUQ607)的公章,财务专用章及樊怀玉法人章遗失,声明作废

解除劳动用工合同公告

内蒙古寅泰建设工程有限公司于2025年1月5日遗失项目章一枚,该印章全称为:内蒙古寅泰建设工程有限公司机后后旗2024年第一批煤改电配套电网改造项目(一)施工项目部。

现我公司郑重声明如下:自印章遗失之日起,凡使用该遗失印章所从事的一切行为,包括但不限于洽谈业务、签订合同、出具文件、办理贷款、面签等各类商业及经济活动,均属非违法行为,本公司一律不予认可,由此产生的一切法律责任均由违法行为人自行承担。我公司将依法追究其相应民事及刑事责任。

特此声明

内蒙古寅泰建设工程有限公司
2026年4月8日

赛罕区人民政府2026年度第二十二批次建设项目用地社会稳定风险评估公示

根据内蒙古自治区党委办公厅、自治区人民政府办公厅关于印发《内蒙古自治区重大决策社会稳定风险评估实施办法》的通知(内党办发〔2021〕7号)文件精神,现将项目有关情况予以公示。

一、项目名称:赛罕区人民政府2026年度第二十二批次建设项目用地

二、项目概况:本项目征收的土地位于呼和浩特市赛罕区金河镇曙光村境内。该项目总面积6.3582公顷,其中曙光村集体土地6.3582公顷,地类为:农用地6.3582公顷(旱地0.3394公顷,其他草地1.8110公顷,天然草地4.2078公顷)。

三、项目单位:单位名称:呼和浩特金山高新技术产业开发管理区管理委员会;联系人:张志伟,电话:15247140282

四、评估单位:单位名称:内蒙古铭月工程项目管理有限公司;单位地址:呼和浩特市赛罕区金源街京能家园11-2-302;联系人:胡建,电话:13644848522;E-mail:64687925@qq.com

五、征询事项:征求公众意见的主要事项:您对本项目的实施有什么建议和意见。

六、公示说明:公众对本项目实施有社会稳定风险方面的建议或意见,可自公示之日起十五日内,向项目单位或社会稳定风险评估单位提出。

公示发布单位:呼和浩特市金山高新技术产业开发管理区管理委员会
公示发布时间:2026年4月3日

催款函

致刘佳妮(150105199906102128)女士:

你于2023年7月3日在我司购买酒类产品,截至本函登报之日,尚欠我司货款37360元(大写:叁万柒仟叁佰陆拾元整),逾期已久。

现郑重催告:限你于2026年4月10日前付清全部欠款;若有金额异议,请于该日前与我司核对,逾期未提出异议即视为认可欠款金额。

若限期内未履行付款义务,我司将启动司法程序,依法追索欠款及逾期利息,由此产生的全部法律费用由你承担。

联系人:杨建平 联系电话:13947183580
内蒙古民族商场有限责任公司嬉水广场分公司
2026年4月3日

声明

本人佟喜平,身份证号150102197608284017,登报承诺如下:本人与李春霞虽未离婚,但于2017年已无共同生活经历,无经济利害关系,且李春霞长期失联,本人特此声明。

声明人:佟喜平,2026年4月8日

声明

本人佟喜平,身份证号150102197608284017,登报承诺如下:本人与李春霞虽未离婚,但于2017年已无共同生活经历,无经济利害关系,且李春霞长期失联,本人特此声明。

声明人:佟喜平,2026年4月8日

声明

本人佟喜平,身份证号150102197608284017,登报承诺如下:本人与李春霞虽未离婚,但于2017年已无共同生活经历,无经济利害关系,且李春霞长期失联,本人特此声明。

声明人:佟喜平,2026年4月8日