

喝中式养生水真能养生吗？

如今，走进商超，货架上总少不了红豆薏米水、红枣枸杞饮、陈皮乌梅茶、苹果黄芪水等中式养生水。它们身披国潮包装，上面印着“0糖0脂0卡”“古法慢熬、药食同源”的宣传语，价格也比普通矿泉水贵出不少。同时，“喝养生水能养生”的传言在网上不时出现。

对此，黑龙江省医院临床营养科主任李雨泽表示，饮品不等于药品，这类饮料不同于中药汤剂。“在工业化生产中，为了延长保质期、改善口感和控制成本，经过多次稀释、过滤、杀菌后，养生水最终所含的植物化学物质浓度

非常低，指望喝几瓶饮料达到祛湿或补气的效果并不现实。”她说。

在门诊中，李雨泽常遇到“把中式养生水当药吃”的患者。她回忆道，曾有糖尿病患者觉得标注“0糖”“祛湿”的中式养生水零风险，便毫无节制地喝。然而，饮料标注的“0糖”指的是零蔗糖，其中依旧含有糖醇类甜味剂。这类添加剂会影响人体肠道菌群稳态，导致部分人出现胰岛素敏感性波动，因此糖尿病患者不可无限制饮用“0糖”中式养生水。

李雨泽将商家的常用手法总结为以下三类。一是偷换概念，将

古籍中记载药材的功效，直接套用在稀释后的饮料上，忽略炮制、剂量差异；二是伪科学表述，隐晦暗示饮品能够防病、治病，违反《中华人民共和国广告法》相关规定；三是视觉误导，依靠中药材元素包装营造浓郁的养生氛围，实际内容物只是高度稀释的植物提取液，消费者喝到的和想象的相差十万八千里。

值得注意的是，部分人群不适合饮用中式养生水。李雨泽介绍，肠胃敏感人群饮用红豆薏米水等凉性饮品，容易引发腹胀、腹泻等不适；肾病患者需严格控制摄入钾、磷，而这类饮料中矿物质

含量缺乏透明标注，风险未知；孕产妇要主动避开山楂、桂圆、薏米、决明子等可能刺激子宫的食材，如果在孕早期大量饮用会产生隐患。

“当下很多年轻人用中式养生水替代白开水，这种做法绝对不可取。”李雨泽说，《中国居民膳食指南(2022)》推荐成年人每日饮水量为1500~1700毫升。白开水是安全、无代谢负担的首选补水来源。中式养生水仅仅是补充，作为调剂口味的选择。饮用频次控制在每周2~3次，单次200~300毫升即可。

(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:本栏各类信息,如要求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,负责后果自负。

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·解除劳动合同公告·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

声 明

本人荆志(身份证号:150304196709083010)、儿子荆晓辉(身份证号:15030419921023301X),现就他人冒用我二人身份信息注册企业一事,郑重登报澄清如下:

本人荆志及儿子荆晓辉,从未自行申请、授权、委托任何单位及个人办理企业注册、法人登记、股东备案等相关手续。经核查,本人身份信息被乌达金瑞龙公司擅自冒用,于2017年至2020年期间,未经本人知情、未经本人签字确认,私自注册关联企业共计二十五家(含天津地区十五家、山东日照地区十家)。

上述全部企业的注册登记、工商备案、经营管理、资金往来、业务开展等一切行为,与本人荆晓辉全程不知情、未参与、未出资、未分红、未实际经营、从未享有任何企业权益,亦未从事任何相关经营及违法活动。

因身份被冒用,导致本人账户被法院冻结,严重影响本人正常生活。本人承诺退休人员,身体残疾、行动受限,无其他经济来源,属于本案案件无辜受害人。

现本人郑重声明:上述二十五家关联企业的一切经营风险、法律责任、涉案纠纷,均与本人荆志、荆晓辉无任何关系,本人不承担任何法律及民事责任。凡是冒用本人身份信息产生的一切行为后果,均由实际冒用单位及责任人自行承担。特此公开登报澄清,望社会各界、相关部门、执法及市场监管部门知悉,予以甄别,撤销对本人的错误关联及限制措施,维护本人合法权益。

本声明内容真实有效,本人愿承担相应法律责任。

声明人:荆志 关联人:荆晓辉
日期:2026年9月15日

声 明

附件:涉案25家关联公司明细清单
一、天津市(15家)

1. 天津金运盛通企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120106MA06P80N9F

2. 天津金运长源企业管理咨询有限公司(有限合伙)统一社会信用代码:91120106MA06P4AY15

3. 天津金运华达企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120113MA06P2F851

4. 天津金运博华企业管理咨询有限公司(有限合伙)统一社会信用代码:9112022MA06LYH59G

5. 天津金运嘉汇企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120104MA06P46N6E

6. 天津金运旅通企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120102MA06P8JR8C

7. 天津金运天风企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120103MA06P2EL59

8. 天津金运嘉源企业管理咨询有限公司(有限合伙)统一社会信用代码:91120102MA06P2JL7C

9. 天津金运天沐企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120102MA06P8R841

10. 天津金运顺风企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120104MA06P2M39T

11. 天津金运盈诚企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120104MA06P1TU10

12. 天津金运鑫扬企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120102MA06P4IT80

13. 天津金运顺通企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120102MA06P2GJ18

14. 天津金运富邦企业管理咨询有限公司(有限合伙)统一社会信用代码:91120102MA06P4AT0X

15. 天津金运众盛企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91120106MA06P4L2XD

声 明

附件:涉案25家关联公司明细清单
二、山东省(10家)

1. 日照市天风富业企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5BD054

2. 日照市天风康庄企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5NE47K

3. 日照市天风康建企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5ND83M

4. 日照市天风亿嘉企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5NAD50

5. 日照市天风康庄企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5ET3X1

6. 日照市天风顺泰企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5EWL6N

7. 日照市天风顺府企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5NR65

8. 日照市天风众盛企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5EUJ72

9. 日照市天风嘉旅企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3P5EQ9XU

10. 日照市天风亿承企业管理中心(有限合伙)统一社会信用代码:91371112MA3PSAWK7U

通 知

内蒙古益生康宁大药房有限公司定于2026年9月15日上午9:00在乌兰察布市商都县内蒙古益生康宁大药房有限公司召开股东会,审议公司注销事宜,请各位股东准时到场,没有到场的股东按照公司法第四十四条规定视为自动弃权,特此通知。

注销公告

莫力达瓦达斡尔族自治旗尼尔基镇哆啦阿梦幼儿园,统一社会信用代码62150722MJY2195057,于2026年9月15日决议解散,并于同日成立清算组,请债权人于本公告发布之日起45日内,向本清算组申报债权。清算组联系人:裴洁莹,电话:15048139123。莫力达瓦达斡尔族自治旗尼尔基镇哆啦阿梦幼儿园,于2026年9月15日

房屋所有权证遗失(灭失)声明

左补发保管不善,将房权证土字第30939号坐落于交通街衡都9号户1三层,面积102.35平方米的房屋所有权证遗失(灭失),根据《不动产登记暂行条例实施细则》第二十二的规定申请补发,现声明该房屋房屋所有权证声明作废,特此声明。

房屋所有权证遗失(灭失)声明

李成因保管不善,将不动产产权证号:187021302609号坐落于土右旗萨拉齐镇科技大街天晟嘉园小区B区22栋1单元5层西户,面积104.34平方米的不动产产权证遗失(灭失),根据《不动产登记暂行条例实施细则》第二十二的规定申请补发,现声明该房屋不动产产权证声明作废,特此声明。

内蒙古万邦矿业有限公司包头市固阳县上十二份子金矿12万吨/年露天采矿技改项目环境影响评价信息公示(第二次)

我单位委托中冶西北工程技术有限公司编制环境影响报告书,目前已编制完成,现征求公众意见如下。

一、基本信息:项目名称:内蒙古万邦矿业有限公司包头市固阳县上十二份子金矿12万吨/年露天采矿技改项目;建设单位:内蒙古万邦矿业有限公司;环评单位:中冶西北工程技术有限公司;地点:包头市固阳县金山镇冯湾村;建设内容:实施露天采矿扩帮及采场降深工程,配套扩建排土场、运输道路及其他辅助工程。

二、公众意见征求的主要内容及提交途径:征求意见稿全文及公众意见表的网络链接:链接https://pan.quark.cn/s/95a055b41025,提取码:JXxx;报告书查阅点:包头市钢铁大街86号新邮电大厦1106房间。联系电话:15842106068

内蒙古万邦矿业有限公司

内蒙古英思特磁能科技有限公司年产5000吨高端稀土永磁材料项目(一期)环境影响评价报告书征求意见稿公示

一、依据:我单位已编制完成内蒙古英思特磁能科技有限公司年产5000吨高端稀土永磁材料项目(一期)环境影响评价报告书。根据《中华人民共和国生态环境法典》《建设项目环境影响评价管理条例》《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,现发布项目环境影响评价信息征求公众意见。

二、建设项目基本信息:1.建设项目名称:内蒙古英思特磁能科技有限公司年产5000吨高端稀土永磁材料项目(一期)2.建设单位:内蒙古英思特磁能科技有限公司3.环评文件编制单位:内蒙古华泰瀚光环境科技有限公司4.项目建设地点:内蒙古包头市稀土高新区朝阳路以东、春华路以北。5.项目建设内容:租用英思特一体化应用项目1#、2#、7#车间作为生产空间,建设烧结致铁磁生产线以及晶界扩散生产线,配套公辅设施均依托一体化应用项目已建设施。6.征求意见的公众范围:项目周边及可能受到影响的区域。

三、公众意见征求的方式和内容:1.公众提出意见的起止时间:2026年9月14日至2026年9月24日止。2.征求公众意见的环境影响报告书全文以及公众意见的网络链接:https://pan.baidu.com/s/1Qqhm_r_zVHC23-TDHHKwXA 提取码:cu8r。纸质报告书的查阅点:内蒙古自治区包头市稀土高新区黄河大街86号时代广场C座701。

四、公众提出意见的方式和途径:邮寄地址:内蒙古包头市稀土高新区朝晖路以东、春华路以北,联系人:郝鑫宇,联系电话:182427253495

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

寻 亲 公 告

本人张龙龙,男,汉族,身份证15012219881151113,于2011年9月和贵州省毕节市威宁彝族、回族、苗族自治县猴场镇藤桥村三组村民吴欢一起生活,并于2013年6月生下女儿。

吴欢本人存在智力障碍,根据其长相推断年龄33岁左右,出生于1994年7月20日,在我村居住期间,因本人信息全无,其生活面临诸多困难,张龙龙与吴欢共同生活至今无法正常落户,现住址:托克托县河口旅游度假区皮条沟村,村委会证明此事属实,拟申请为其办理户口,若有相关线索或认识此人的亲属,请及时与托克托县河口旅游度假区皮条沟村取得联系(13754114208),特此公告。

皮条沟村民委员会 2026年6月2日

环境影响评价公众参与第二次公示

一、建设单位基本信息:项目名称:土默特右旗圣浩环境治理有限公司一般工业固体废物处理项目(一期项目),地址:内蒙古自治区包头市土默特右旗美岱召镇,征求意见公众范围:项目建设地区公民、法人或其他组织代表。二、征求意见稿:“公众意见表”地址为: http://www.mee.gov.cn/sxxgk2018/sxxgk/xgk01/201810/20181024_66532.html;报告书链接: https://pan.baidu.com/s/1VG6lGc7rNwajz9AhMSRqNq?pwd=d37v,提取码:d37v,联系电话:13153782496,公示期:10个工作日。

包头盛泰汽车零部件制造有限公司2026年9月2日

注销公告

巴彦淖尔市社会组织服务中心(统一社会信用代码52150800341688323),于2026年9月11日决议解散服务中,并于同日发布清算组,请债权人向本本公告发布之日起45日内,向本服务中心清算组申报债权,联系人:张英,联系电话:16601161199,地址:内蒙古巴彦淖尔市临河区西环办事处十九街坊,邮编015000,巴彦淖尔市社会组织服务中心2026年9月14日

减资公告

根据股东决定,内蒙古亿澜勘测设计有限公司(统一社会信用代码91150105MA00RQRJQ0D)拟将注册资本从200万元人民币减至10万元人民币,现予以公告,债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保,特此公告。

内蒙古沙漠基地送电华东(安徽)工程(配套)煤电项目环境影响评价报告书第二次公示

根据《环境影响评价公众参与办法》,本次对内蒙古沙漠基地送电华东(安徽)工程(配套)煤电项目环评相关信息进行第二次公示。

一、建设项目情况简述:(1)建设项目名称:内蒙古沙漠基地送电华东(安徽)工程(配套)煤电项目。(2)地理位置:厂址位于内蒙古自治区鄂尔多斯市鄂托克旗阿巴苏苏木东侧区域,配套建设一座贮灰场位于厂址西南侧约2公里处的平原。(3)建设内容:内蒙古沙漠基地送电华东(安徽)工程(配套)煤电项目由国电电力综合能源内蒙古有限公司投资建设,项目本期建设4×660MW超超临界间接空冷燃气轮机发电机组,同步配套建设一座贮灰场。本工程废水经污水处理后回用,不外排。本工程新建设两座高210m高的烟囱排放烟气,同步建设脱硫、脱硝、除尘等烟气污染物防治措施,烟气污染防治措施满足《火电厂污染防治可行技术指南》超低排放标准》(GB13223-2011)中燃气轮机机组排放标准限值。本工程产生的灰渣综合利用,不能及时综合利用时暂存至贮灰场。

二、公众查阅环境影响评价报告书的方式和途径:公众可通过链接:链接https://pan.baidu.com/s/1fagdq5exGDpTlpxmSjrQ?pwd=u7i0;提取码:u7i0 下载环境影响评价报告书和公众意见表。

三、征求意见的公众范围:征求公众意见的范围为本工程评价范围内敏感工程影响的公众。

四、公众提出意见的方式和途径:公众填写完公众意见表后,可通过信函、电子邮件等方式向建设单位实名反馈意见,并请留下联系方式以便必要时回访。

五、公众提出意见的起止时间:公众以信函、电子邮件的形式提出意见的起止时间为本公告发布日期起10个工作日内。

六、联系方式:(1)建设单位:建设单位:国电电力综合能源内蒙古有限公司,联系人:贾先生,地址:内蒙古自治区鄂尔多斯市康巴什区金科凯城11楼,电话:15332870257,邮箱:1457089382@qq.com;(2)环评单位:环评单位:内蒙古电力勘测设计院有限责任公司,地址:内蒙古呼和浩特市赛罕区巨海城E区5、6号写字楼,联系人:高女士,电话:0471-5321279,邮箱:ggc@nmndsy.com。

声 明

毕冉,身份证号:150103199301141180,坐落于呼和浩特市回民区明泽百度高层A座3单元402室因本人需要办理房屋不动产产权登记,现登报声明:江苏中安工程设备安装有限公司呼和浩特市分公司,请于本公告发布之日起十日内,配合本人办理该房屋不动产产权登记全部相关手续,如在上述期限内未前来配合办理,视为自动放弃,特此声明。声明人:毕冉,联系电话13947135238

减资公告

根据股东会决议,内蒙古万泓工程勘察设计咨询有限公司(统一社会信用代码91150103MACBRNH82Q)拟将注册资本从200万元人民币减至10万元人民币,现予以公告,债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保,特此公告。

遗失声明

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B01877D道路运输证遗失,证号150202194836,声明作废

●呼和浩特市赛罕区鼎鼎中海幼升园(统一社会信用代码52150100353087471M)的原公章遗失,声明作废

●崔文明(男)的出生医学证明遗失,编号1150061900,声明作废

●庞威,性别:男,遗失出生医学证明,编号Q150248679,声明作废

●浩饶山镇人民代表大会换届选举委员会的公章遗失,公章编号15078310003059,声明作废

●呼和浩特市回民区孔家营东区王二毛塞外狼酱骨头饭店(统一信用代码92150103MA7YP0UT5X)遗失公章一枚,声明作废

●母亲:乌音嘎,父亲:赵广振,儿子赵洪磊于2016年07月31日09时57分出生,现其《出生医学证明》(编号:Q150058953)丢失,特声明作废

●魏家胡镇杜家沟村卫生室遗失医疗机构执业许可证正本,证号:PDY00271915062217D6009,声明作废

●周英捷于2015年5月5日与呼和浩特市中海宏洋地产有限公司签订的中海凯旋门地下车位使用权出让协议原件丢失1份,权证编号:南库246号,金额120000元整;遗失交款收据2张,金额80000元,收据编号00003323,金额40000元,无编号,现声明作废

●甄瑞遗失内蒙古巨澜房地产开发有限公司开具的金川保利巨澜翰林府2号楼二单元101号房装修押金收据一张,编号6611738,金额3000元,声明作废

●本人樊钰,身份证号:150105*****7817,因个人原因将呼和浩特市万达地产开发有限公司开具的银行按揭收据客户联丢失,收据编号No.0001721,金额1080000元,特此声明作废

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B01877D道路运输证遗失,证号150202194836,声明作废

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B01877D道路运输证遗失,证号150202194836,声明作废

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B09890D道路运输证遗失,证号150202194835,声明作废

●土默特右旗明沙漳乡贺成泉村经济联合社遗失开户许可证及存款人查询密码,核准号J1921000994501,账号915000010001521429,开户银行:中国邮政储蓄银行股份有限公司土右旗支行,声明作废

●内蒙古医科大学赵彬(学号2022042074)付帅(学号2024050177)遗失学生证,声明作废

●内蒙古亿恩物流有限公司遗失蒙A77769的道路运输证,证150108002037,声明作废

●内蒙古摩旅到家科技有限公司(统一社会信用代码91150103MAEGKJXLXT)遗失公章一枚,声明作废

●母亲:乌音嘎,父亲:赵广振,儿子赵洪磊于2016年07月31日09时57分出生,现其《出生医学证明》(编号:Q150058953)丢失,特声明作废

●魏家胡镇杜家沟村卫生室遗失医疗机构执业许可证正本,证号:PDY00271915062217D6009,声明作废

●周英捷于2015年5月5日与呼和浩特市中海宏洋地产有限公司签订的中海凯旋门地下车位使用权出让协议原件丢失1份,权证编号:南库246号,金额120000元整;遗失交款收据2张,金额80000元,收据编号00003323,金额40000元,无编号,现声明作废

●甄瑞遗失内蒙古巨澜房地产开发有限公司开具的金川保利巨澜翰林府2号楼二单元101号房装修押金收据一张,编号6611738,金额3000元,声明作废

●本人樊钰,身份证号:150105*****7817,因个人原因将呼和浩特市万达地产开发有限公司开具的银行按揭收据客户联丢失,收据编号No.0001721,金额1080000元,特此声明作废

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B01877D道路运输证遗失,证号150202194836,声明作废

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B01877D道路运输证遗失,证号150202194836,声明作废

●包头市中洲物流有限公司不慎将车牌号:蒙B09890D道路运输证遗失,证号150202194835,声明作废

●土默特右旗明沙漳乡贺成泉村经济联合社遗失开户许可证及存款人查询密码,核准号J1921000994501,账号915000010001521429,开户银行:中国邮政储蓄银行股份有限公司土右旗支行,声明作废

●内蒙古医科大学赵彬(学号2022042074)付帅(学号2024050177)遗失学生证,声明作废

●内蒙古亿恩物流有限公司遗失蒙A77769的道路运输证,证150108002037,声明作废