反复口腔溃疡会癌变?

秋季干燥,容易出现口腔溃疡。近日,一位50多岁的女性因反复口腔溃疡前往医院就诊,检查结果让人始料未及——舌癌。

那么,反复口腔溃疡会引发癌症吗?哪些人群需要注意?哈尔滨医科大学附属第一医院口腔修复科主任刘鑫表示,普通口腔溃疡与癌变溃疡存在本质区别,公众无需过度恐慌。

“临床上常见的反复口腔溃疡基本不会癌变。”刘鑫说,大众高发的复发性阿弗他溃疡属于良性口腔炎症,与癌症无直接关联。这类溃疡位置不固定,可出现在嘴唇、脸颊、舌头等部位,具有游走性;形态规整,多呈圆形或椭圆形,边界清晰,疼痛明显;一般7天至14天可自行愈合,愈合后不留疤痕。其诱因多为后天可控因素,如长期熬夜、精神压力过大及微量元素缺乏等,属于身体的良性应激反应,不存在恶变病理基础。

不过,普通溃疡通常不会癌变,并不意味着可以对长久不愈的溃疡掉以轻心。“早期舌癌、口腔癌病灶症状与普通口腔溃疡高度相似,容易被忽视。”刘鑫解释,区分两者,关键看位置和病程:癌性溃疡最显著的特点是发病位置固定、久治不愈。若溃疡固定在口腔同一位置,持续超过两周仍不愈合,形态怪异,创面底部凹凸不平,就需高度警惕。癌性溃疡初期疼痛往往不显著,后期可出现剧烈疼痛,部分患者还伴有舌头麻木、吞咽不畅、张口受限等症状。如果出现上述异常,应立即就医。

舌癌是目前发病率最高的口腔癌类型之一。刘鑫介绍,口腔长期存在慢性刺激的人群是高发群体。残留烂牙根、尖锐牙尖、适配性较差的假牙,会持续摩擦、划伤舌黏膜,造成反复慢性损伤。黏膜细胞长期处于损伤、修复循环中,会提升恶变概率。长期吸烟、过量饮酒同样是口腔癌变的重要诱因,烟酒叠加会产生协同致癌作用。

为预防口腔癌变,刘鑫建议,公众应及时修整尖锐牙尖、拔除残根残冠、更换适配性不佳的假牙,消除口腔慢性摩擦刺激。

口腔自查也很关键。“一旦发现固定位置溃疡超过两周不愈,舌面出现异常斑块、硬结,或伴有舌头活动受限、颈部无痛硬块等,应第一时间前往口腔颌面外科就诊排查。”刘鑫说,口腔癌变防治核心在于早发现、早干预,及时筛查治疗可极大提升治愈率。 (据《科技日报》)

存好肌肉 守护晚年健康

很多人觉得,老年人瘦代表身体好。其实不然,不少老人的消瘦,并不是健康状态,而是患上了肌少症。肌少症是老年人常见的老年综合征,被称作“沉默的老年杀手”,会悄悄消耗骨骼肌,带来跌倒、骨折、失能等一系列风险,应当引起重视。

肌少症,是指随着年龄增长,骨骼肌量减少、肌肉力量下降、身体活动能力减退。四肢变细、小腿干瘪;拎东西费力,起身需要借力;走路变慢、上楼腿软,经常乏力;半年体重莫名下降5%以上,这些都是肌少症的预警信号。60岁以上、吃得少、蛋白质摄入不足、长期久坐少动、患有糖尿病、肿瘤、慢阻肺等慢性病的老年人,属于高危人群。

居家可以简单自测:女性小腿围小于33厘米、男性小于34厘米;女性握力低于18公斤,男性低于27公斤;平地走路速度不足0.8米/秒,出现以上情况建议到医院进一步评估。

肌少症并非衰老必然结果,营养加运动是干预两大核心。

饮食上,老年人要吃够优质蛋白质,确诊肌少症者,每天每公斤体重摄入1.2~1.5克蛋白质,鸡蛋、牛奶、鱼虾、瘦肉、豆制品都是优质蛋白来源,三餐均匀分配蛋白,不要集中一餐大量吃。同时注意补充维生素D,助力肌肉发挥正常功能。要摒弃“老人要吃素、越清淡越好”的误区,过度限肉限蛋,会加速肌肉流失。

运动方面,只散步不足以增加肌肉,每周要做2~3次抗阻训练,哑铃、弹力带、靠墙静蹲、坐姿抬腿都简单易行;搭配快走、太极拳等有氧运动,再加平衡练习,减少跌倒风险。

肌肉是老年人的“健康本钱”。建议老年人每年做一次肌少症筛查,早识别、早干预,守住肌肉,减少跌倒失能,安享高质量晚年生活。

文/哈斯高娃

“鼻翼贴”真能缩小鼻翼吗?

最近,鼻翼贴凭借操作简单、无创的特点,成为不少人改善鼻翼形态的首选。鼻翼贴真的有用吗?

从外观来看,鼻翼是鼻尖两侧柔软的翼状结构,实则是由皮肤、纤维肌肉、脂肪和鼻翼软骨组成的精密支撑系统,决定了鼻翼的张力与外形。亚洲人鼻翼软骨大多薄弱、支撑力不足,拖不住表层软组织,这是鼻尖肥大、鼻翼外扩、鼻头圆钝的主要因素。鼻翼形态更多依靠软组织和皮肤维持,单靠外力压迫,很难长久改变软骨支架。

鼻翼仅在发育期具备可塑性,发育结束后,软骨、韧带及软组织便形成稳定结构。因此,想要调整鼻翼,目前主要依靠外科手段,如切除多余组织、调整软骨受力或植入支撑材料。若有改变鼻子结构的打算,建议优先选择公立三甲医院的整形外科,并与经验丰富的医生充分沟通,结合自身面部条件、职业特点与审美偏好定制方案,建立合理的效果预期。 (据《科普时报》)

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,如遇要求交付押金或预付款时,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。

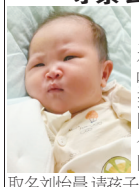
广告刊登电话 15548876987 13354876987 0471-6635651

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

寻亲公告



2024年2月15日,刘爽在呼和浩特喇嘛湾镇附近捡到一名女婴,抱回家中抚养至今,身体健康无随身物品,孩子取名刘怡晨,请孩子亲生父母或其他监护人持有效证件与刘爽联系,公告之日起六十日无亲生父母及其他监护人认领的,公安机关将依法登记户口。

联系电话:14747303068

寻亲公告



杨栋波在2023年2月1日下午在赛罕区黄合少镇捡到女孩弃婴一名,出生日期日测为新生儿,捡到时头戴黄色针织帽,粉色小被子正在哭脸色有些冻红,无随身物品。取名杨瑾熙,请孩子的亲生父母或其他监护人持有效证件与杨栋波联系,联系电话15184749854,即日起30天内无人认领,孩子将被依法安置。

2026年10月27日

赤峰市200万千瓦自建调峰能力风光储多能互补一体化+荒漠治理基地(翁牛特旗120万千瓦风电项目区)变更项目环境影响评价公众参与第二次公示

“赤峰市200万千瓦自建调峰能力风光储多能互补一体化+荒漠治理基地(翁牛特旗120万千瓦风电项目区)变更项目”征求意见稿已编制完成,公开征求公众意见。

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:1、征求意见稿全文网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1xo_Ogc2hTHtbyRGL4VP-cw?pwd=uxng,提取码:uxng;2、公众可就近到建设单位或环评单位办公地址查阅纸质报告书。

二、征求意见的公众范围:项目周边5km范围内的常住公民、法人和其他组织等。

三、公众意见表的网络链接:https://share.weiyun.com/5pr6hQY

四、提交公众意见表的方式和途径:公示后的10个工作日内可通过传真、电子邮件、信函等方式向建设单位反馈公众意见。

建设单位:华能内蒙古蒙东新能源有限公司;13314803131杨总

环评单位:内蒙古瑞洋环保技术服务有限公司;曾工:13214083788

债权转让通知书

侯根成、托娅:2010年4月27日,侯根成向我借款本金200000(贰拾万元整),约定了利息为月息3%,侯根成应向我归还借款本金20万元及相应的利息,托娅签字承担连带保证责任。我现将该笔债权本金、利息、迟延履行金等所有权利全部转让给第三人白瑞芬(身份证号152701196609190067),望接到通知后及时将该笔款项付清,本通知自送达之日即发生法律效力,特此通知。债权人:葛圆圆(曾用名:葛丹雯) 2026年10月28日

注销公告

内蒙古光潮传媒有限公司(统一社会信用代码91150924MAEPEBUF5F)经股东会决定,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:秦远文、刘兴金、清算组负责人:秦远文,请债权人于本公告发布之日起45日内向本公司清算组申报债权,特此公告

内蒙古博盛嘉运输有限公司 2026年10月28日

遗失声明

●本人徐芳,身份证号码152625198203072524,由于不慎丢失呼和浩特恒大绿洲13号楼2单元3101室购房收据1张,收据编号038127,金额199435元,由此产生的一切后果与呼和浩特市恒大远鹏房地产开发有限公司无关,特此登报声明作废●内蒙古美泽大药房有限公司遗失公章一枚,印章编码15010310012441,声明作废●内蒙古智诚包装有限公司的公章遗失,备案编码15080210044975,声明作废●本人王红旺《中华人民共和国残疾军人证》不慎遗失,证号:蒙军A011053,现声明作废●七彩城竞技枪王不慎遗失物业保证金收据,编号0309521,特此声明作废

公 告

原以我公司名称注册登记的下列大型营运车辆,因长期脱离公司管理,不按公司规定购买相关保险,不按运管部门规定检营运证,也不履行与我公司签订的经营合同有关规定,我公司已申请运管部门注销其道路运输经营资格,以下公告车辆无权再以我公司名义从事运输经营活动,从即日起下列车辆发生的一切交通事故、商务事故、刑事案件以及由此车辆引发的其他经济纠纷均与我公司无关,我公司不承担任何连带责任。

车牌号:蒙A79729,蒙A80395,蒙A80400,蒙A76153,蒙AAR910,蒙AAT657,蒙AAT730,蒙A82670,蒙AAV112,蒙AX4816,蒙A70497,蒙A70486,蒙AK2716,蒙A78427,蒙A72304,蒙AAT237,蒙A89545,蒙AZ1770,蒙AAY653,蒙AAW815,蒙AAV012,蒙AAV067,蒙A67555,蒙A80614,蒙A86042

●家人不慎将刘国瑞(身份证号150422195605150059)的火化证原件遗失,声明作废●和林格尔县源林绿化有限公司(代码91150123MA0MXBB82L)遗失公章一枚,声明作废●内蒙古日兴建设有限公司遗失合同章(编号15060210137143)一枚,声明作废●内蒙古北冥企业管理有限公司(现变更为:内蒙古百川疗养院有限公司)遗失开户许可证及密码纸,开户许可证编号J1910031857301,账号06020057092000105551,开户行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特敕勒川大街支行,声明作废●内蒙古秘境户外汽车服务有限公司(统一信用代码91150102MAEW1CNU1D)遗失公章、财务章及王琨法人章各一枚,声明作废●呼和浩特市回民区佳绎超日用百货经销部(个体工商户)遗失开户许可证及密码纸,核准号J1910021265502,账号06020012092000105 30,开户行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特市民族商场支行声明作废●家人不慎将杨福平(身份证号150104196808260034)火葬证原件遗失,编号1400271,特此声明●玉泉区辰宇建材经销部的基本存款账户密码纸遗失,账号9525301220000000032354,开户银行:呼和浩特金桥河套村镇银行股份有限公司,声明作废

●赛罕区黄合少镇二十家村股份经济合作社遗失农村集体经济组织登记证副本,统一社会信用代码N2150105MF7310591W,声明作废●杜晓宇遗失呼和浩特祥安房地产开发有限公司开具的江山樾二期9-3-201楼款收据一张,编号0105141,金额956804元,声明作废●乌海市景胜建筑安装有限公司遗失开户许可证,核准号:J1930002500801,账号:86000067720009 91,开户银行:乌海银行股份有限公司狮城西街支行,特此声明●新城区雁万来汽车配件维修中心遗失开户许可证,核准号:J1910007662601,账号:011101201080125621,开户银行:内蒙古银行呼和浩特新城北街支行,特此声明●母亲:金丝琴高娃,父亲:谢巴特尔,不慎将孩子谢金钢(男)出生医学证明遗失,编号L150049378,出生时间2011年11月11日,声明作废●不慎将杭锦旗锡尼万信汽车装饰服务中心(统一社会信用代码92150625MA0N5B8Q96)的开户许可证丢失,核准号J2056000385801,账号8630004762000193,法定代表人:杨桂御,原开户银行:杭锦大众村镇银行有限责任公司,现开户银行:乌海银行股份有限公司鄂尔多斯分行林荫路支行,开户日期2017年08月23日,现声明作废

●呼和浩特市新城区战火穿越体育运动场(个体工商户)(统一信用代码92150102MAKB6H2132)遗失公章及财务章各一枚,声明作废●呼和浩特市北兴产业投资发展有限责任公司工会委员会遗失存款人查询密码纸,核准号J1910026818602,账号150501706694000000976,开户银行:中国建设银行股份有限公司呼和浩特金川开发区支行,声明作废●内蒙古荣通科贸有限公司(统一信用代码91150105MA0RQX6YX6)遗失财务章一枚,声明作废●本人连瑞平不慎遗失内蒙古金石蒙荣房地产开发有限公司签订的云墅1-1109号商品房买卖合同原件一份,合同编号:180291,面积102.98平米;2011年3月5日开具收据1张,收据金额151539元,收据号0220124;2011年2月7日开具1张,收据金额6万元整,收据号0219575;2011年3月12日开具1张,收据金额154470元整,收据号5064244,声明作废●准格尔旗吉丰园种养殖专业合作社(代码93150622MA0QP5Y66X)的公章丢失,声明作废●内蒙古圆盛源绿色农业有限责任公司丢失公章一枚,章号1528010044880,声明作废●赛罕区宾盛咨询服务部(个体工商户)遗失公章.财务章.法人章,代码92150105MADWPB3L72,声明作废

●遗失声明:内蒙古言车社汽车销售服务有限公司(统一信用代码91150402MA0QTYLF8D)公章丢失,章号15080210064430,声明作废●遗失声明:不慎将内蒙古翔成能源有限公司(统一信用代码91150824MA7YQYL5X0)公章丢失,章号15082410002347,声明作废●母亲:王红香,父亲:刘文明,女儿刘晶晶于2016年08月04日06时45分出生,现其《出生医学证明》(编号:Q150059195)丢失,特声明作废●内蒙古冷链物流与采购联合会不慎遗失在中信银行呼和浩特分行开立基本存款账户的人民银行查询密码,账号8115601011600205191,核准号J1910023604601,现声明作废,由此产生的一切法律责任由本单位自行承担●内蒙古掌亿生物制药科技有限公司(统一社会信用代码91150100MA7FAXCG5C)遗失公章一枚,声明作废●包头市宏升土石方工程有限公司遗失蒙B89635道路运输证,证号150203173564,声明作废●鄂托克旗慈祥种养殖专业合作社(代码93150624MA7KRUHL7F)的公章.财务章.法人章丢失,声明作废