

# 雪后摔伤这样处理

冬季不少地方先后迎来降雪天气。雪后人们容易摔伤，骨科医生提醒市民：雪后出门，行走速度不宜太快，双手不要插兜。

北京积水潭医院骨科专家提醒，雪后出门时尽量穿宽松保暖、防滑的平底鞋，注意鞋底的材料，女士不宜穿高跟鞋。尽量绕开大理石、瓷砖、冰面等光滑路面。行走速度不宜太快，脚底踩实踩稳，双脚

最好呈外八字，小步前行。老年人尽量不出门。

摔倒后最容易骨折的3个部位是腕部、髌部和踝关节。大多数人滑倒后的第一反应是手撑地，导致摔倒的力量经手腕传导至前臂，从而形成桡骨远端骨折。因此，手腕骨折患者一般占雪后骨折患者的60%以上。骨折后患者往往感到腕部及前臂肿胀和疼痛，严重骨折局

部会发生畸形。

医生提醒，当不小心摔倒后，首先保持沉着冷静，受伤部位要制动。身边如果有木板、杂志等，可以用来固定受伤四肢。如果有条件可以进行冰敷，切忌热敷。如果发现身体某个部位非常疼痛，切忌强行支撑，避免二次伤害。

不正确的移动可能造成骨折移位加重。若患者胸腰背部疼痛、

无法坐起站立等，需考虑存在脊柱骨折的可能性，在搬运求助的过程中不可随意背抱患者，应使用硬板进行搬运，或者拨打120由专业的医护人员救助。如果摔倒后发现存在流血创口，或观察到骨骼直接暴露于开放伤口外，先用干净的纱布或毛巾临时包扎，原地呼叫救援，尽早就诊处理。

(据央视网报道)

# 几款茶饮缓解咳嗽症状

近期，身边很多人都在“咳咳咳”。对于持续较长时间的咳嗽症状，患者可以根据咳嗽的类型，使用食疗方法进行缓解。下面这些日常缓解咳嗽的泡水配方，供大家参考。

中医外感咳嗽通常有：风热咳嗽、风寒咳嗽、燥热咳嗽。风热咳嗽是外感风热导致，主要症状为咳嗽、咳痰等，而且痰的颜色比较黄，伴有咽痛、咽干、多汗等症状。风寒咳嗽是指咳嗽伴有鼻塞、流鼻涕、四肢酸痛等症状。燥热咳嗽通常是燥邪所引起，主要症状为咳嗽、痰

少、咽干等，还可能会引起胸痛。

**罗汉果茶**

用法：罗汉果撕开小块，用开水泡20分钟即可饮用。

作用：罗汉果性味甘平，入肺、脾经。可以润肺、生津、止咳、散热、化痰，热咳患者适合饮用。

**金菊茶**

用法：把桑叶、薄荷、菊花、金银花、甘草一起放进碗里，用开水冲泡20分钟，即可饮用。

作用：对于风热咳嗽有很好的疗效，也可以治疗风热感冒。

**梨水**

用法：将梨削皮洗净切成丁，再放入矿泉水、适量的冰糖及枇杷，用火熬制15分钟左右即可饮用。

作用：具有润肺、止咳、化痰的功效，主要用于风热咳嗽、咳黄痰患者。

**化橘红清润茶**

用法：取化橘红3~5片(约3克)备用，茶壶中倒入适量清水烧开，放入化橘红片，冲泡几分钟即可饮用。如果怕苦，可缩短泡制时间，或减量。化橘红片可以反复冲

泡，直至没味道。

作用：最突出的功效是燥湿化痰、止咳平喘。风寒所致的咳嗽气喘、喉痒痰多等情况，都能起到很好的调理作用。

**胖大海甘草茶**

用法：将胖大海切开，和桔梗、甘草、冰糖一起放入沸水中，15分钟后饮用。

作用：主治肺热声哑、咽喉疼痛、咳嗽、燥热便秘、头痛目赤等。胖大海甘寒质轻，能清宣肺气、化痰利咽开音。

(据人民网报道)

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。

《蒙能集团准大电厂2×1000MW煤电一体化扩建项目》环境影响评价报告书第二次公示信息

根据《中华人民共和国环境影响评价法》及《环境影响评价公众参与办法》等相关规定, 现将环境影响评价事宜公告如下:

一、环境影响评价报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告方式和途径: (1) 环评报告书征求意见稿全文网络链接: (链接: <https://pan.baidu.com/s/1MVx7XD--xAVAwx6ijxvl6lA?pwd=xwbk> 提取码: xwbk) (2) 纸质报告书查阅及获取联系方式: 刘亚峰 18504774909, 邮箱: 964166800@qq.com

二、征求意见的公众范围: 环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织等均可提出意见

三、公众意见表的网络链接: [https://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/20181024\\_665329.html](https://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径: 任何单位或个人若对本工程有意见和建议的, 以公众意见表的方式, 根据以上联系方式直接到建设单位或评价单位提出意见

五、公众提出意见的起止时间: 公示时间2023年12月12日-12月25日, 共10个工作日, 期间均可提出公众意见

内蒙古电力(集团)有限责任公司薛家湾供电分公司

呼和浩特市赛罕区2024年大学东路街道老旧小区改造工程社会稳定风险评估情况公示

根据《内蒙古自治区党委维护稳定工作领导小组、中共内蒙古自治区委员会政法委员会印发<内蒙古自治区重大事项社会稳定风险评估工作操作规程(试行)>等四个规范性文件的通知》(内稳发[2016]1号)文件要求, 为广泛征求项目周边相关利益者对社会稳定风险方面的意见及诉求, 现将呼和浩特市赛罕区2024年大学东路街道老旧小区改造工程社会稳定风险评估工作有关事项公示如下:

一、项目概况: 项目名称: 呼和浩特市赛罕区2024年大学东路街道老旧小区改造工程, 建设单位: 呼和浩特市赛罕区大学东路街道办事处, 建设规模及内容: 本项目拟对呼和浩特市赛罕区大学东路街道金宇文苑社区德美公寓、地稅小区、乌兰社区内蒙医院小区、农大东社区蒙古利1-2号楼小区、桃园社区社会主义学院小区、明和园社区嘉林小区共6个老旧小区进行楼房主体及配套基础设施改造, 涉及46栋楼, 207个单元1627户, 总建筑面积30.53万平方米。建设地点: 呼和浩特市赛罕区大学东路街道金宇文苑社区德美公寓、地稅小区、乌兰社区内蒙医院小区、农大东社区蒙古利1-2号楼小区、桃园社区社会主义学院小区、明和园社区嘉林小区。

二、征求公众意见的主要事项: 1、您对本项目建设的态度; 2、您认为本项目建设可能产生哪些社会稳定风险; 3、您对本项目建设的其他意见和建议。

三、征求群众意见建议的反馈渠道、方式及期限: 1、征求群众意见建议的反馈渠道: 1) 建设单位单位名称: 呼和浩特市赛罕区大学东路街道办事处, 单位地址: 呼和浩特市赛罕区桥南街西街, 联系人: 徐刚, 电话: 13191416852; 2) 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: 内蒙古呼和浩特市赛罕区昭乌达路汇商广场B2座20041-20042, 联系人: 胡建, 电话: 13644848522; E-mail: 646879254@qq.com。2、征求群众意见建议的反馈方式: 公众可以通过电子邮件、电话等方式与建设单位或社会稳定风险评估单位联系, 发表对拟建工程社会稳定风险方面的意见及建议, 以及其他相关诉求。3、征求群众意见建议的反馈期限: 自公示发布之日起十五日内。

公示发布单位: 呼和浩特市赛罕区大学东路街道办事处

公示发布时间: 2023年12月12日

法定代表人不再履职声明

本人张深秋, 曾任内蒙古矿业资产管理有限公司董事、法定代表人, 2020年08月27日退休, 已不再履职。内蒙古矿业资产管理有限公司有限任公司无故不为本人办理登记变更, 本人退休后该公司的任何行为与本人无关, 特此声明。

遗失声明

因保管不慎, 我协会: 内蒙古公安警察协会原公章、财务章丢失, 现已登报声明遗失作废, 特此声明。单位名称: 内蒙古公安警察协会 2023年12月11日

遗失声明

不慎将内蒙古绿川商贸有限公司(统一社会信用代码91150802399581125T)法人章丢失, 法定代表人: 李海利, 声明作废。

遗失声明

不慎将巴彦淖尔市临河区文帅农林物资销售部(统一社会信用代码92150802MA0NMRU88F)公章丢失, 章号152801600284324, 声明作废。

遗失声明

●呼和浩特市公安局遗失蒙A1872警的登记证书及行车本, 特此声明

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“2014年第二批中心城区及周边城区排水管网新建及改造工程施工十五标”与“2015年第一批中心城区和周边城区排水管网新建及改造工程施工第十四标段”项目分别于2017年9月30日与2016年9月30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、机械租赁及其他款项)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60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: 邸女士, 联系电话: 13394895272

内蒙古第三建筑工程有限公司

2023年12月13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

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

●内蒙古雅世春华置业有限公司开具的不动产增值税普通发票, 名称为关建平, 发票号码为01472718至01472723, 总发票金额为5723410元, 现声明遗失

●包头市光和森林勘测规划设计有限公司(统一社会信用代码91150221MA13NULE7T)遗失公章(编号15022110003665)。财务专用章(编号15022110003666)及杨科法人章(编号15022110004778)各一枚, 声明作废

●鄂尔多斯市宝聚物流有限公司(纳税人识别号91150622MAC31CX42C)的三联式纸质增值税专用发票丢失, 发票代码1500231130, 发票号码00994154-00994309, 以上丢失的三联式纸质增值税专用发票声明作废, 以国家税务总局内蒙古自治区电子税务局-国家税务总局电子发票服务平台打印的发票票为人账依据, 特此声明

●赛罕区大七美业美容美发店遗失卫生许可证正证本, 许可证编号: 赛卫公字(2023)F-0053号, 声明作废

●鄂尔多斯市腾达利镁业有限公司(纳税人识别号91150622761081036N)的三联式纸质增值税专用发票丢失, 发票代码1500231130, 发票号码00994351-00994361, 以上丢失的三联式纸质增值税专用发票声明作废, 以国家税务总局内蒙古自治区电子税务局-国家税务总局电子发票服务平台打印的发票票为人账依据, 特此声明

●不慎将内蒙古汇跃物流有限公司的道路运输证丢失, 车辆号牌: 蒙B97410, 声明作废

●内蒙古喜悦来酒店有限公司(统一社会信用代码91152500MA0MX27745)遗失公章及财务专用章各一枚, 声明作废

●中国石化销售股份有限公司内蒙古通辽石油分公司开鲁新华加油站《成品油零售经营许可证》正副本不慎丢失, 证书编号: 油零售证书第T0208号, 声明作废

●土默特右旗portal网通网络服务部遗失个人独资企业营业执照副本, 注册号150221000007282, 声明作废

●沈阳盛浩源水电工程安装有限公司(统一社会信用代码91210106798498951R)遗失公章一枚, 声明作废

●内蒙古小翼商贸有限公司鄂尔多斯市分公司开存款人查询密码, 基本存款账户账号861502701421000038, 核准号J1910019877501, 开户银行: 内蒙古银行呼和浩特如意支行, 声明作废

●内蒙古冉楷商贸有限公司(统一社会信用代码91150221MA13RLQ47Q)遗失公章一枚, 编号1502210019171, 声明作废

●内蒙古曼德嗨餐饮管理有限公司遗失食品经营许可证正副本, 编号JY21501022014102, 声明作废

●李改莲遗失由内蒙古通达实业股份有限公司开具的蒙AK0719(清水河)的驾驶员风险押金收据1张(收据编号: 0008441, 金额: 5000元), 声明作废

●李改莲遗失由内蒙古通达实业股份有限公司开具的蒙AK1401(清水河)的驾驶员风险押金收据1张(收据编号: 0008442, 金额: 5000元), 声明作废

●张志(智)强不慎将交基地收据原件遗失, 收据号0018445, 收据日期1997年7月29日, 特此声明

●内蒙古森皓生态科技股份有限公司(统一社会信用代码91150221MABRDAKM7J)遗失公章(编号15022110006609), 财务专用章(编号15022110006610)及彭鑫法人章(编号15022110006611)各一枚, 声明作废

●兴和县赛乌素加油站(统一社会信用代码91150924MA0MXT1F5G)的原公章和原财务专用章遗失, 声明作废

●不慎将内蒙古自治区产品质量检验研究院开给中铁四局集团有限公司第一工程分公司的内蒙古增值税专用发票原件2张丢失, 发票代码1500213130, 发票编号01382618, 金额3575元; 发票代码1500221130, 发票编号08171643, 金额3575元, 特此声明

●屈晓娟遗失二代身份证, 证号140221200201294026, 特此声明

●本人李美生不慎将内蒙古加禾房地产开发有限公司2015年9月16日出具的按揭保证金说明丢失, 保证金金额49000元, 领取人: 李美生, 声明作废

●夏利全于2023年12月11日不慎遗失身份证, 证号152527199005245115, 现声明作废

●昆都仑区民西康柏食品经销店(统一社会信用代码92150203MA0NE1TK5P)遗失财务章(编号15020310049314)和张启法人章(编号15020310003016), 声明作废

●康巴什区泰香汇快餐餐饮服务店遗失食品经营许可证正副本, 编号JY2023062500713, 声明作废

●包头昆都仑区锅鑫食品销售门店遗失食品经营许可证副本, 编号JY11502032076306, 声明作废

●柴嘉乐遗失二代身份证, 证号150103200407221125, 特此声明

●乌兰察布市集宁区顺欣机械租赁部的公章遗失, 公章编号15090210013295, 声明作废

●深圳市后河出行科技有限公司鄂尔多斯市分公司(统一社会信用代码91150602MA0Q1CCF8N)的公章、财务专用章和负责人印章章遗失, 负责人: 杨晓斌, 声明作废