

# 过敏季如何防治咳嗽变异性哮喘？

春暖花开,万物复苏,花粉过敏季悄然到来。很多过敏性鼻炎、哮喘患者开始出现打喷嚏、流鼻涕、咳嗽、胸闷等先兆症状。天津医科大学朱宪彝纪念医院呼吸内科提示,如果不及及时给予相应处理,可能会诱发哮喘的急性发作,出现呼吸急促、呼吸困难等症状;也有部分患者仅出现咳嗽这一临床症状,这部分患者就需要警惕发生咳嗽变异性哮喘的可能。

咳嗽变异性哮喘是哮喘的一种特殊类型,是指以慢性咳嗽为主要或唯一临床表现的一种特殊类型哮喘。在支气管哮喘开始发病时,有5%~6%是以持续性咳嗽为主要症状的,多发生在夜间或凌晨,常为刺激性咳嗽,此时往往被误诊为支气管炎。

在花粉过敏季预防咳嗽变异性哮喘,需要注意以下几个方面:避免过敏原的吸入,尤其是花粉、

尘螨、动物的皮毛等。出门需要注意防护,佩戴好口罩,回家后及时清洁衣物,清洗鼻腔,从而减少花粉吸入。饮食方面尽量避免进食海鲜类食物。

需要注意预防呼吸道感染,另外也应该避免吸入冷空气,以及一些呼吸道的刺激物,这些情况也有可能诱发咳嗽变异性哮喘的加重。

此外,对于咳嗽变异性哮喘不仅需要采取上述的预防措施,还需

要坚持长期、规范的药物治疗。建议治疗时间至少8周以上,部分患者需长期治疗或按需间歇治疗。部分患者会发展为典型哮喘,坚持治疗可能有助于预防典型哮喘的发生。在花粉过敏季,尤其要重视规范化治疗,除常规用药外,要随身带药,以备不时之需。过敏症状特别严重且用药后症状缓解不明显的患者,应及时就医。

(据《今晚报》)

## 别让花式减肥法伤了胃

用液体饮料代替正常饮食的“液断减肥法”、每周戒食一天的轻断食、过午不食……这些在社交媒体上走红的减肥攻略吸引了不少年轻人效仿。然而,这些花式减肥法可能会花样伤胃。4月9日是国际护胃日,专家呼吁重视胃部健康、科学减肥。

沈阳市第四人民医院消化内科主任医师韩笑认为,当下流行的多

样减肥方法打乱了进食规律,是变相的断食减肥,普通人要谨慎选择。

“每日三餐的进餐模式符合人体正常的生理需求。”韩笑表示,胃部食物4~6小时左右排空一次,三餐一般是每隔4~5小时左右进食一次。规律的进餐让人没有饥饿感,又能保证营养物质对身体各器官的供应。液断、轻断食让胃液没有足够食物消化,过午不食让胃部至

少18个小时处于空虚状态,但胃酸却在持续分泌并且在夜间分泌量达到高峰。

“胃内没有食物中和胃酸,一方面会损伤胃黏膜,长此以往会出现烧心、胃部疼痛等症状,甚至会出现胃炎、胃溃疡、消化道溃疡等问题。另一方面可能会造成胃肠功能减退,引起消化不良。”韩笑说。

专家提醒,现代生活节奏

快、精神压力大,变相断食可能造成能量和营养摄入不足,出现低血糖、头晕、抵抗力下降、情绪问题等,严重影响健康。

韩笑建议,减重人群要靠“少食多动”,三餐均匀地减少食物摄入,且保持清淡饮食。同时她提醒,采用极端的进餐方式,即使暂时“掉秤”,减掉的也不是脂肪而是水分,反弹的几率会更大。

(据新华社报道)

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。

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

**内蒙古东方万旗肉牛产业有限公司声明**

内蒙古东方万旗肉牛产业有限公司核查发现,侵权人未经本公司同意,擅自在本公司所属的位于内蒙古自治区赤峰市宁城县右北平镇原甸子粮库的仓库及院内堆放化肥、种子、水泥板等物品,该行为严重侵犯本公司的合法权益。

现本公司郑重声明:侵权人务于本声明发出之日起三十日内同本公司联系(本公司联系人:董明旺,联系方式:18622608369),并腾退擅自堆放的物品、恢复原状。逾期本公司将依法按无主物处理,并就侵权人擅自侵占本公司粮库的侵权行为追究相应的法律责任。

特此声明

内蒙古东方万旗肉牛产业有限公司  
2024年4月11日

**内蒙古东方万旗肉牛产业有限公司声明**

内蒙古东方万旗肉牛产业有限公司核查发现,侵权人未经本公司同意,擅自在本公司所有的位于内蒙古自治区赤峰市宁城县天义镇巴林村养牛场(原外贸羊场院内)堆放回填土、沙子、白灰、水泥块、建筑用设备、垃圾等杂物,该行为严重侵犯本公司的合法权益。

现本公司郑重声明:侵权人务于本声明发出之日起三十日内同本公司联系(本公司联系人:董明旺,联系方式:18622608369),并腾退擅自堆放的杂物、恢复原状。逾期本公司将依法按无主物处理,并就侵权人擅自侵占本公司土地的侵权行为追究相应的法律责任。

特此声明

内蒙古东方万旗肉牛产业有限公司  
2024年4月11日

**锡林郭勒盟白音华工业园区危废处置项目资源化利用升级优化工程环境影响评价公众参与第二次公示**

《锡林郭勒盟白音华工业园区危废处置项目资源化利用升级优化工程环境影响评价报告书》的编制工作已基本完成,即将报送相关环境保护主管部门审批。根据《环境影响评价公众参与办法》及关于发布《环境影响评价公众参与办法》配套文件的公告(公告2018年第48号)的相关规定,现向社会公众公开该建设项目的相关环境保护信息,具体公示内容如下:

一、征求公众意见的范围:锡林郭勒盟白音华工业园区危废处置项目周边居民或自认为可能受到本项目环境影响的公众公民、法人及其他组织的代表。

二、公众提出意见的方式和途径:即日起公众可以在10个工作日内以信函、传真、电子邮件、电话通讯等方式,咨询该项目环境影响评价报告书相关信息,并提出有关的意见和建议。

三、联系方式:建设单位:内蒙古东联循环技术有限公司,联系人:王先生,联系电话:15754816168,通讯地址:内蒙古自治区锡林郭勒盟西乌珠穆沁旗白音华工业园区管委会办公楼401室;环评单位:内蒙古绿云谷科技发展有限公司;联系人:王女士,联系电话:0471-4638580,邮箱:1812108714@qq.com

四、公众意见表的网络链接、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书的方式和途径:链接:https://pan.baidu.com/s/1M-eN2IT8LEtAsSlafYeWA?pwd=ldwu,提取码:ldwu。

查阅纸质报告书方式:1、内蒙古东联循环技术有限公司,地址:内蒙古自治区锡林郭勒盟西乌珠穆沁旗白音华工业园区管委会办公楼401室。2、内蒙古绿云谷科技发展有限公司,地址:呼和浩特市大学生创业园孵化园10号楼A座。

内蒙古东联循环技术有限公司 2024年4月11日

**公司股东会议通知公告**

乌拉特中旗昌华矿业有限公司(统一社会信用代码:91150824MACJLEBQ17)该公司拟定于2024年4月26日上午9点在乌拉特中旗昌华矿业有限公司办公室召开股东会议,会议内容:注销乌拉特中旗昌华矿业有限公司,现通知全体股东于登报之日起15日内与公司取得联系,按时到场参加,如不参加则视为放弃股东权利,特此公告。

乌拉特中旗昌华矿业有限公司  
2024年4月10日

**减资公告**

内蒙古大唐药业股份有限公司(统一社会信用代码:91150100701208517U)经公司董事会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由人民币25,877,718.1万元减少至人民币25,591,968.1万元,请债权人自见报之日起45日内向公司提出债权债务或提供相应担保请求,特此公告。

内蒙古大唐药业股份有限公司  
2024年4月11日

**注销公告**

赤峰市松山区金手指职业技能培训学校(代码52150404MJ2383374E)根据《民办非企业单位登记管理暂行条例》,经举办单位同意,拟向民办非企业单位登记管理机关申请注销登记,现已成立清算组,请债权人自见报之日起45日内向本单位清算组申报债权,特此公告。

**遗失声明**

●本人孙长海,身份证号150124197808280035,购买了玉泉区云中路鄂尔多斯怡景萃华林二期23号楼3单元301号房,本人不慎将购房收据原件丢失,收据金额为147960.6元,收据号为0037703,特此登报声明●内蒙古昌隆商贸有限公司(统一社会信用代码:91150602MA0MW3MT7A)的公章丢失,声明作废

**内蒙古保险颁(换)发保险许可证公告**

**中原农业保险股份有限公司呼和浩特市中心支公司保险许可证变更公告**

许可证机构编码:000195150100

许可证号:00125314变更为00125488

机构住所变更为:内蒙古自治区呼和浩特市赛罕区金龙岗彩虹城商业1-1008二层、1-1009二层

发证日期:2024年4月3日

**内蒙古保险颁(换)发保险许可证公告**

**中原农业保险股份有限公司赛罕区支公司保险许可证变更公告**

许可证机构编码:000195150105

许可证号:00125313变更为00125489

机构住所变更为:内蒙古自治区呼和浩特市赛罕区金龙岗彩虹城商业1-1010,1-1011号

发证日期:2024年4月3日

●本人张嘉兴(身份证号150421198809210970)因保管不慎,将内蒙古恒盛泰房地产集团有限责任公司开具的恒盛家园4号楼3单元6楼602(西户)购房款收据丢失,开具日期2010年3月23日,收据票号:0109825,金额10000元,开具日期2010年3月29日,收据票号:0008204,金额98264元,开具日期2010年6月26日,收据票号:0067616,金额3216元,声明作废●本人乌日格木勒,身份证号15263419860508601X,其乐木格,身份证号152325198710252064,因保管不慎将内蒙古恒盛泰房地产集团有限责任公司开具的恒泰盛都三区10号楼一单元29楼01室购房款收据丢失,开具日期2015年11月7日,收据票号0008113,金额79670元;开具日期2015年11月7日,收据票号0008112,金额450000元,声明作废●鄂托克前旗万家酒店的营业执照副本丢失,统一社会信用代码92150623MA0N976G5B,声明作废●呼和浩特市新城区城市管理综合执法局工委委员会遗失存款人查询密码,核准号J1910022345301, 账号15050170662100000266,开户行:中国建设银行股份有限公司呼和浩特瑞琳北辰支行,声明作●呼和浩特市新城区城市管理综合执法局工委委员会遗失存款人查询密码,核准号J1910002496504,账号632370508,开户银行:中国民生银行呼和浩特鄂尔多斯大街支行,声明作废●内蒙古老牧民牧业有限公司(代码91150123MAD95P4N8C)遗失公章一枚,声明作废

●张嘉馨,性别:女,遗失出生医学证明,编号H150091218,声明作废●内蒙古自治区红十字会工会委员会遗失工会法人资格证书,统一社会信用代码81150000MC00940121,声明作废●父亲:陈鹏鹏,母亲:温宇婷,孩子:陈柏鸣,性别:男,遗失出生医学证明,编号U150055107,出生日期2020年9月27日22时57分,声明作废●所有权人张福在遗失坐落于呼和浩特市和林格尔县巧尔什营村农村土地承包经营权证,证号150123103241000193J,面积12.73亩,声明作废●包头市昆都仑区景成日用百货经销店(统一社会信用代码92150203MA0Q655178)不慎将法人章遗失(姓名:郑凯,编码1502030053950),财务章丢失(编码1502030053949),声明作废●内蒙古仟城建筑有限公司(统一社会信用代码91150102MA13PGYN6B)遗失公章一枚,声明作废●呼和浩特市赛罕区娜荷芽双语学校遗失银行开户许可证及存款人查询密码,核准号J1910002496504,账号632370508,开户银行:中国民生银行呼和浩特鄂尔多斯大街支行,声明作废●内蒙古老牧民牧业有限公司(代码91150123MAD95P4N8C)遗失公章一枚,声明作废

●内蒙古鑫辉达运输有限公司遗失蒙A77506(货运)道路运输证,证号150106005484,声明作废●王彩霞,于2024年3月26日遗失身份证(身份证号15280119\*\*\*\*\*1529),自见报之日起不承担被人冒用而引发的一切法律责任,特此声明●内蒙古自治区红十字会工会委员会遗失工会法人资格证书,统一社会信用代码81150000MC00940121,声明作废●内蒙古医科大学张爽(学号2023040695)杜佳璐(学号2023041717)遗失学生证,声明作废●内蒙古山石之道房地产经纪有限公司(代码91150103MA0Q318P5K)遗失公章一枚,声明作废●呼和浩特市恩运大药房有限公司遗失食品经营许可证正副本,编号JY11501720078291,声明作废●呼和浩特市新城区鹏琴立思红黄蓝幼儿园遗失民办学校办学许可证正副本,证号:教民115010262000578号,声明作废●声明作废:宝林,男,2002年毕业,本科学历,不慎遗失长春理工大学会计学专业毕业证书,证书编号101865200200501481,声明作废●奈曼旗华兴麦饭石产品有限公司(统一社会信用代码911505250650453730)的法人章遗失,法人:蒋华,声明作废

市政公路工程有限责任公司七公司的公章和财务专用章各一枚,自登报之日起,有上述印章产生的法律责任及经济纠纷,本公司概不承担,特此声明●内蒙古涵雨建设工程有限公司(统一信用代码91150192MACU8MYB6D)遗失公章.财务专用章.合同专用章.发票专用章及薛寸平法人章各一枚,声明作废●安格尔,性别:女,不慎遗失出生医学证明,编号U150122955,声明作废●呼和浩特市云端职业培训学校遗失开户许可证, 账号15050170668500000710,核准号J1910024563401,开户银行:中国建设银行股份有限公司呼和浩特金桥开发区支行,声明作废●呼和浩特市赛罕区江牧牛羊肉专营店遗失营业执照正副本,代码92150105MA13RN6502,声明作废●内蒙古金盈实业有限公司遗失营业执照正副本,统一社会信用代码91150104MA7YQ5QW36,声明作废●王刚刚,身份证号150123199612280634,不慎将玉泉区贾家营村民住宅小区B区24号楼2单元5层西户的有偿安置合同书以及村民安置专用收据丢失,面积98.72平方米,现声明作废