

# “花椒贴肚脐”爆火，驱寒“神器”？

“入冬后，大家一定要试一试花椒贴肚脐！”随着降温，社交媒体上“花椒贴肚脐”“花椒泡脚”等冬季养生方法备受追捧，有网友为了促进血液循环，将花椒捣碎贴在肚脐处，这个土方法不仅能够驱寒暖身，还能促进消化，让不少网友心动不已。然而，有人“跟风”使用后第二天鼻子就出血了。

专家表示，花椒在中医理论中属温性药材，具有温中散寒、止腹痛、抑菌杀虫等功效，“花椒归脾、胃、肾经，在适当使用情况下，可起到缓解手脚冰凉、促进血液循环，

帮助消化等作用。”但花椒本身具有一定刺激性，药性温热，并非人人适合，“使用不当反而会弊大于利。”

为达到更好疗效，网上广为流传的“花椒贴肚脐”有一个具体配比的方子：7粒花椒、1个桂圆、1小撮艾绒；先将花椒捣碎，后加入桂圆肉和艾绒，充分捣碎混合后将其搓成圆球，每天晚上睡觉前用医用胶带贴在肚脐上，早上起床后再拿下来，“肚子暴汗祛湿很猛”“真的感觉很暖和”。记者发现，除了赞同声，也有人体感不佳，“前三天胀

气”“第二天没有大便”“鼻子出血”……

专家指出，使用“花椒贴”后出现不适反应，可能与使用过量或体质不合适有关。专家解释道：“花椒、桂圆、艾叶作为温热性药物，过度使用会导致体内阳气过盛，引起上火。”这种方法更适合体质偏寒、手脚冰凉、冬季特别怕冷的人群，“对于皮肤敏感的小朋友或有胶布过敏史的人群，也需慎重。”

在谈到具体使用方式时，专家给出几点建议：首先，花椒直接贴敷在皮肤上风险较大，建议使用纱布

等材料隔离，以避免药物与皮肤直接接触。其次，使用频次需要合理控制，“肚脐部位皮肤非常薄，吸收能力强，建议连续使用时间不超过一周。使用过程中需密切关注身体状况，如若出现不适，应立即停止。”

相比贴敷肚脐，花椒泡脚的风险相对较低，“对于普通人来说，冬天用花椒泡脚是一个不错选择，尤其是体质偏寒的人，可以每天进行。”专家表示，但也需注意时长和水温：泡脚水温建议控制在45℃以下，泡脚时间不宜过长，建议10分钟为宜。

(据《扬子晚报》)

## 经常手腕痛警惕三种病

腕关节是人体的重要部位，由于使用频繁，容易产生疼痛。如果经常发生腕关节痛，可能是以下疾病造成的。

### 桡骨茎突腱鞘炎

桡骨茎突腱鞘炎是造成手腕桡侧(拇指侧)疼痛的常见病。由于桡骨茎突处的肌腱受力较大，当手腕重复过度活动，如反复抱宝宝、用力拧毛巾、手洗衣物等，久而久之致使肌腱

摩擦，引起局部水肿炎性反应，故形成腱鞘炎，出现局部疼痛、肿胀，腕关节活动受限，拇指活动时加重疼痛。

### 腕三角软骨损伤

腕三角软骨损伤是腕关节尺侧(小指侧)疼痛的主要“祸首”。腕关节尺侧有一块三角纤维软骨，它与关节周围韧带纤维组织连成一体，结构薄弱、极易损伤。发病原因主要是外伤和劳损，如突然的过度

扭动、暴力旋转等。有些中老年人因纤三角软骨退化，并无外伤史，只是腕关节活动过多，如健身过度、做过多家务等，加重局部软骨磨损，逐渐发病。临床表现为腕关节尺侧疼痛，不能用力，压之疼痛，有时还出现弹响，尤其是旋转活动时疼痛，X线检查骨质无异常。

### 类风湿性关节炎

类风湿性关节炎是一种以关

节滑膜症为主要病理基础的自身免疫疾病，也是造成全腕关节疼痛的常见原因。常表现为腕关节不同程度的疼痛、肿胀、活动受限，且伴随手指指间的关节肿大、疼痛，还可有关节晨僵现象(大于30分钟)。此病既可单独发生在腕关节，亦可与手指关节同时发生。

一旦出现腕关节疼痛，可以休养几天，不要进行重体力劳动。若没有好转，需要及时就医。

(据《家庭医生报》)

# 分类广告

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

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

### 友情提示

新城区闻都广告设计服务部为《北方新报》分类广告独家代理方，其余任何自称《北方新报》或近似名称的单位、网站及个人开展广告业务均与我单位无关。请广大客户注意甄别，避免带来不便和经济损失！

咨询电话:0471-6659562  
《北方新报》编辑部

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。

### 遗失声明

呼和浩特市千年龙有限责任公司不慎遗失以下普通货物车辆<sup>道路运输证</sup>，车牌号:蒙BA1282,蒙B8J53挂,蒙BA8697,蒙BB1876,蒙B8462,蒙BA7102,蒙BA7613,蒙B99572,蒙BA1282,蒙B83321,特此声明作废。

### 吸收合并公告

根据呼和浩特市千年龙有限责任公司(统一社会信用代码:91150100701204364F)股东决定，由呼和浩特会展有限公司(统一社会信用代码:9115010050577334L)吸收合并呼和浩特市千年龙有限责任公司,吸收合并后呼和浩特市千年龙有限责任公司解散注销。吸收合并后的公司名称为呼和浩特会展有限公司注册资本为叁佰万元。

根据《中华人民共和国公司法》和相关法律法规的规定,吸收合并后呼和浩特市千年龙有限责任公司所负债权、债务由呼和浩特会展有限公司承继。债权人依法自接到通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本次公告之日起四十五日内,可以要求公司清偿债务或者提供相应的担保,特此公告。

呼和浩特市千年龙有限责任公司

呼和浩特会展有限公司

2024年12月17日

包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)

四、公众提出意见的方式和途径:方式:通过QQ邮箱发送或将公众意见表递交到建设单位,途径:网络及其他联系人:王工,QQ邮箱:406599250@qq.com;地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号

五、公众提出意见的起止时间:建设单位征求意见的期限不得少于10个工作日。

内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司

### 包北至春坤山500千伏线路加强工程

环境影响报告书征求意见稿形成后征求公众意见的公开信息  
为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第4号),现公开下列信息,征求对该项目建设环境影响的意见。

一、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:网络链接:链接: [https://pan.baidu.com/s/1QkY\\_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq](https://pan.baidu.com/s/1QkY_FvNpEqgShN8Z3A3Xgq),提取码:6r61;查阅纸质报告书的方式和途径:内蒙古电力(集团)有限责任公司包头供电分公司(地址:内蒙古自治区包头市青山区建设路21号,联系电话:0472-3658021)南京国环科技股份有限公司内蒙分公司(地址:呼和浩特市赛罕区汇商广场B座,联系电话:18248004939)

二、征求意见的公众范围:公众为公民的,可为500kV变电站周边及500kV输电线路沿线的居民;公众为法人或其他组织的,可为企业填写。

三、公众意见表的网络链接:网络链接:[http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xsgk/2018/xsgk/xsgk01/2018/20181024_665329.html)