

脱发年轻化,你中招了吗?

8月18日是全国护发日。随着现代生活节奏加快,脱发问题已开始困扰各年龄段人群,呈现了年轻化趋势。如何判断自己是不是脱发?脱发有哪些类型?如何预防脱发?

西安交通大学第二附属医院皮肤病院副主任医师王琮说,有一些简便的自我检测方法,可在家中进行初步评估。比如手指梳发测试,将手指张开深入发根,从发际线开始向后梳理至后脑勺,重复3次,若每次掉落超过3根头发,或最近一周中平均每天掉发总量超过100根,是存在异常脱发风险的信号。还可以进行发际线追踪,每月拍摄前额、头顶照片,重点关注

头顶发缝是否稀疏变宽、男性额角是否呈“M型”后移,若半年内出现明显发际线后退或头皮显露区域扩大,需警惕雄激素性脱发。

王琮介绍,根据病因学和临床表现,常见的脱发主要有雄激素性脱发、斑秃、休止期脱发等类型。还有一些其他类型的脱发疾病,如牵拉性脱发、女性前额纤维性脱发、毛发扁平苔藓、儿童生长期毛发松动综合征、药物性脱发等,需在医生帮助下明确诊断。

专家表示,在脱发治疗过程中,患者常陷入一些误区。比如过度依赖洗发水,大部分防脱洗发水仅能清洁头皮,但无法穿透表皮作用于毛囊。又或者治疗依从性差,

希望短期见效。口服、外用药物需持续使用6个月以上才能明显见效,但约40%患者因初期“狂脱期”或效果不明显而中断治疗,实际上初期脱落增多是休止期毛囊同步进入生长期的正常现象。还有部分患者用药单一,仅外用药物或仅口服药物,不能坚持联合用药治疗。第四,植发认知偏差,植发本质上是“毛囊资源再分配”,若术后继续熬夜、压力大或停用药物,移植的毛囊仍可能萎缩。

西安交通大学第二附属医院皮肤病院副主任医师任建文建议,在清洁方面,油性头皮隔天清洁一次,干性头皮两到三天一次,水温不超过38℃,避免高温刺激皮脂

腺。洗头时轻柔按摩,避免用力搔抓损伤头皮。油性头皮优先选用具有抗炎功效的弱酸性洗发水,干性头皮可选择含有氨基酸类表面活性剂的洗发水。营养调理是毛发生长的物质基础,可以多吃鸡蛋、海鱼、豆类、动物肝脏、菠菜、牡蛎、谷物杂粮等,但需限制食物高糖、高脂饮食。生物钟紊乱和慢性压力是当代脱发的重要诱因,需系统性调整生活方式,避免熬夜、保证充足睡眠。建议每周3次30分钟有氧运动,如快走、游泳,提升头皮血流量。运动后及时清洁汗液,避免堵塞毛囊。此外,紫外线直射会导致头皮光老化,建议外出佩戴透气帽子做好防晒。(据新华社报道)

孩子刷牙出血别大意 这些建议请牢记

。”孙伟莲指出,处于青春期的初高中生最容易“中招”,因为激素水平变化更易加剧牙龈敏感反应。

牙龈出血背后,健康隐患远超口腔范围。“孩子刷牙见血绝非小事,健康牙龈刷牙本不该出血。这往往是牙龈发出的求救信号,应及时带孩子到口腔科查明原因,搞清楚是局部牙龈发炎、牙结石刺激,还是

更深层的问题。”孙伟莲提醒,若干预,很可能发展为破坏牙槽骨的牙周炎,长期重度牙周炎会使患糖尿病、心脑血管疾病的风险增加。

预防是关键,孙伟莲给出了一些具体、实用的建议:早晚认真刷牙,尤其晚上睡前刷牙不可省略,每次保证2~3分钟,采用科学的“巴氏刷牙法”,刷毛斜45度朝向牙

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

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| <p>呼和浩特输油气分公司长呼线大黑河穿越处改造项目环境影响评价报告书征求意见稿公示</p> <p>一、查阅方式:1、网络链接 https://pan.baidu.com/s/1Kn-SRNpweelsxjYvsC80g 提取码:khsa;2、本工程位于内蒙古自治区呼和浩特市土默特左旗北什轴乡;纸质报告到内蒙古自治区呼和浩特市金桥开发区阿木尔北街以北呼和浩特输油站查阅。</p> <p>二、征求意见范围:评价范围内所有公众。</p> <p>三、公众意见表网络链接:http://www.mee.gov.cn/cxxgk2018/cxxgk/cxxgk01/201810/t20181024_665329.html</p> <p>四、提出意见的方式和途径:公示期间,可下载公众意见表进行填写,并通过下述联系方式直接向建设单位、环评单位反馈。</p> <p>建设单位:黄总 18789262306 598121550@qq.com</p> <p>环评单位:马工 0951-5026457 330113305@qq.com</p> <p>五、意见起止时间:自登报之日起十个工作日内。</p> <p>道歉声明</p> <p>致内蒙古策格生态生物科技有限公司:</p> <p>本人都日斯哈拉图(抖音账号“要记得”,ID: 42862143591),于2025年3月至4月期间,在抖音平台直播间及私信中发布了针对贵司及其旗下产品酸马奶策划利益生菌、直播的不实言论,包括使用“诈骗集团”“虚假宣传”等贬损性词汇,并散布未经核实的信息。上述行为已对贵司的商业信誉及主播个人名誉造成了负面影响,侵害了贵司的名誉权。</p> <p>对此,本人深刻认识到自身行为的错误,已主动删除全部相关侵权内容,并郑重向贵司及旗下主播致歉格日勒、阿义拉贡致以诚恳的道歉。本人承诺今后将严格规范个人言行,停止一切诋毁、侮辱贵司及产品的行为,不再以任何形式传播损害贵司声誉的信息。</p> <p>网络并非法外之地,本人将以此次事件为鉴,严格遵守法律法规,尊重企业合法权益,共同维护清朗的网络环境。再次向贵司致以最深切的歉意!</p> <p>致歉人:都日斯哈拉图 2025年8月20日</p> <p>内蒙古星汉新材料有限公司年产氟硅酸钾15000吨、氟硅酸钠5000吨、氟硅酸钾5000吨、氟硅酸钾5000吨项目环境影响评价征求意见稿公示</p> <p>一、环境影响评价征求意见稿全文的网络链接:链接: https://pan.baidu.com/s/1K4t513X_2xTemGpDiv7pD?pwd=2nbn,提取码:2nbn</p> <p>二、查阅环境影响评价的方式和途径:通过联系建设单位获取纸质版报告书进行查阅。地址:内蒙古呼和浩特高新技术产业开发区巴音敖包工业园区内蒙古星汉新材料有限公司厂区内,联系人:姜振华,13327137967。</p> <p>三、征求意见的公众范围:征求公众意见的范围主要是项目影响范围内的相关单位、团体和个人等。主要事项包括您对本工程可能对周边环境造成影响的意见以及本工程建设和运营保护方面的意见和建议(根据环境影响评价公众参与办法的规定,涉及征地拆迁、财产、就业等与项目环评无关的意见或者诉求不属于环评公众参与的内容)。</p> <p>四、公众意见表的网络链接:链接: https://pan.baidu.com/s/1019HQ8NhgUgZydGiPhlgzQ?pwd=ixat,提取码:ixat</p> <p>五、公众提出意见的方式和途径:公众可以通过电话、信函、传真、电子邮件等方式,在规定的时间内将填写的公众意见表等提交给建设单位,反映本工程环境影响有关的意见和建议。具体联系方式见上文。六、公众提出意见的起止时间:自公示之日起10个工作日内</p> <p>内蒙古星汉新材料有限公司</p> | <p>呼和浩特输油气分公司长呼线罕台川穿越处改造项目环境影响评价报告书征求意见稿公示</p> <p>一、查阅方式:1、网络链接 https://pan.baidu.com/s/1G-Op2DA1HtjaFrPWH1D4Xw 提取码:3gze;2、本工程位于内蒙古自治区鄂尔多斯市达拉特旗;纸质报告到内蒙古自治区呼和浩特市金桥开发区阿木尔北街以北呼和浩特输油站查阅。</p> <p>二、征求意见范围:评价范围内所有公众。</p> <p>三、公众意见表网络链接: http://www.mee.gov.cn/cxxgk2018/cxxgk/cxxgk01/201810/t20181024_665329.html</p> <p>四、提出意见的方式和途径:公示期间,可下载公众意见表进行填写,并通过下述联系方式直接向建设单位、环评单位反馈。</p> <p>建设单位:黄总 18789262306 598121550@qq.com</p> <p>环评单位:马工 0951-5026457 330113305@qq.com</p> <p>五、意见起止时间:自登报之日起十个工作日内。</p> <p>内蒙古保硕新材料有限公司年产10万吨电工铝杆生产线项目环境影响评价报告书征求意见稿公示</p> <p>根据《环境影响评价公众参与管理办法》的相关规定,现对本项目环境影响评价的相关事宜公告如下:</p> <p>1、环境影响评价征求意见稿全文和公众意见表的网络链接如下: 链接: https://pan.baidu.com/s/1ShB3OWkg42mPmcBrwZdAA?pwd=8j5b,提取码:8j5b; 链接: http://www.mee.gov.cn/cxxgk2018/cxxgk/cxxgk01/201810/t20181024_665329.html</p> <p>2、征求意见稿的范围:项目周边5km范围内的相关受影响公众</p> <p>3、公众提出意见的方式和途径:公示后10个工作日内,通过信函、电子邮件或者建设单位提供的其他方式,在规定时间内将填写的公众意见表等与建设单位联系和反馈。</p> <p>4、建设单位联系方式:建设单位:内蒙古保硕新材料有限公司,联系人:陈旭,18148605890</p> <p>呼和浩特市赛罕区城市管理综合执法局行政处罚决定书送达公告</p> <p>内蒙古大有建筑装饰有限公司:本机关于2024年12月04日对你(单位)作出《行政处罚决定书》(赛城二城罚决字第【2024】003号),要求你(单位)于2024年12月18日前自行拆除位于赛罕区新桥靠北街祖光小区9号楼南侧与1号楼北侧未经审批搭建的292.64㎡砖混结构违章建筑物。而你(单位)至今未履行该义务。根据《中华人民共和国行政强制法》第五十四条的规定,本机关作如下催告:请于本催告书送达之日起14日内履行以下义务:自行拆除位于赛罕区新桥靠北街祖光小区9号楼南侧与1号楼北侧未经审批搭建的292.64㎡砖混结构违章建筑物。</p> <p>我局于2025年07月31日对你(公司)邮寄送达《行政决定履行催告书》被你(公司)拒收退回,现向你公司送达《行政决定履行催告书》(赛城二)城决催字【2024】第003号,请你在本公告发布之日起30日内,到我单位领取《赛罕区城市管理综合执法局行政决定履行催告书》,逾期即视为送达。</p> <p>联系地址:呼和浩特市赛罕区大学路望兴园巷城管三中队,联系人:崔崧,郭彦斌,联系电话:15847771054</p> <p>赛罕区城市管理综合执法局 2025年08月19日</p> | <p>注销公告</p> <p>内蒙古蒙东铝及新材料工业技术研究院(统一社会信用代码:52150581318535419M),经本单位理事会2025年8月3日决定,向登记管理机关申请注销登记,请债权人自公告发布之日起45日内,向本单位清算组申报债权,特此公告。清算组联系人:陆际川,联系电话:15849579428</p> <p>减资公告</p> <p>内蒙古泽丰源商贸有限责任公司(统一社会信用代码:91150102MA7YPW0UXY)经股东大会决定,拟将公司注册资本从人民币伍佰万元整减少至壹佰万元整,现予以公告,请公司债权人自见报之日起45日内,向本公司提出债权债务或提供相应担保请求,特此公告。</p> <p>中盐内蒙古化工纳业有限公司二級钠提纯技术改造项目环境影响评价报告书征求意见稿公示</p> <p>中盐内蒙古化工纳业有限公司委托内蒙古生态环境科学研究院有限公司承担中盐内蒙古化工纳业有限公司二級钠提纯技术改造项目环境影响评价工作,目前征求意见稿已编制完成。根据《环境影响评价公众参与办法》相关规定,已在全国建设项目环境信息公示平台https://www.eiacloud.com/gs/上发布,如需要了解详细信息,请登录该网站查询。</p> <p>公众可以通过信函、传真、电子邮件和现场填写等方式,在规定的时间内将填写的公众意见表等提交我单位,反映与项目环境影响评价有关的意见和建议。</p> <p>联系人:张华珍,联系电话:18248374355;邮箱:326929629@qq.com。</p> <p>关于办理雅世·东岸国际三期怡然居项目不动产登记的公告</p> <p>尊敬的雅世·东岸国际三期怡然居业主:</p> <p>雅世·东岸国际三期怡然居7-10、15-30号楼现已具备办理不动产登记分户条件,请您自本通知之日起至2025年9月17日前向我公司东岸国际营销中心处提交办理不动产登记所需的相关资料(身份证、结婚证、户口本、公证书等)并配合缴纳契税等相关费用。如您未能在上述期限内提交完毕全部资料或不配合办理相关业务,后期因税收政策调整、资料不全等各种原因导致您未如期取得不动产登记证等一切责任均由您自行承担。</p> <p>【特别提示】建议您先拨打电话0471-4610468咨询、预约后再前往东岸国际营销中心办理不动产登记相关事宜。</p> <p>办理时间:工作日时间上午9:00-11:30,下午1:30-5:30。特此公告!</p> <p>内蒙古雅世春华置业有限公司 2025年8月20日</p> | <p>减资公告</p> <p>根据股东会决定,内蒙古卓凯科技有限公司(统一社会信用代码:91150105MA0MX7P99G)拟将注册资本从人民币300万元减少至30万元,现予以公告,债权人可自本公告发布之日起45日内,要求本公司清偿债务或提供担保。</p> <p>注销公告</p> <p>敖汉旗木头营子起航幼儿园,统一社会信用代码:52150430MJ2422003L,拟向民办非企业单位登记管理机关申请注销,并于同日成立清算组织进行资产清算,请债权人自公告之日起45日内向本单位申报债权,特此公告。</p> <p>遗失声明</p> <p>不慎将临河市天华广告有限责任公司(统一社会信用代码:91150802MA0QYX1J81,注册号:1528012000520)的组织机构代码证正本遗失,声明作废。</p> <p>遗失声明</p> <p>不慎将临河市天华广告有限责任公司(统一社会信用代码:91150802MA0QYX1J81,注册号:1528012000520)的组织机构代码证正本遗失,声明作废。</p> <p>遗失声明</p> <p>不慎将临河市天华广告有限责任公司(统一社会信用代码:91150802MA0QYX1J81,注册号:1528012000520)的组织机构代码证正本遗失,声明作废。</p> <p>●孙悦晨(父:孙煦东;母:张硕)遗失出生医学证明,出生证编号U150057458,声明作废。●王前雄遗失武警警官证,证号:武字第1118160,声明作废。●母亲:杨丽丽,父亲:吕国政,女儿:吕文静于2024年04月23日08时55分出生,现其《出生医学证明》(编号:Y150024212)丢失,特声明作废。●马占岩将蒙AY2642(蓝色)出租车道路运输证正本丢失,证号:内蒙古交运管呼字150104002642号,声明作废。●张倩,性别:女,遗失出生医学证明,编号:0150236161,声明作废。●内蒙古福枝商贸有限公司的公章遗失,公章编号:15060210038347,声明作废。●海勃湾区东芳机械租赁部(个体工商户)的公章遗失,公章编号15030210035512,声明作废。●准格尔旗聚益宾馆《公共场所卫生许可证》副本遗失,证号:准卫公证字(2020)第150622G20200132号,现声明作废。●鄂尔多斯市沐洋商贸有限公司(统一社会信用代码:91150627MA13NJP0844)遗失财务专用章,编号1506270022785,声明作废。●张天宇不慎遗失警官证,证号051559,声明作废。●王乐2025年7月不慎遗失警官证,证号:武字第0707059号,声明作废。</p> | <p>遗失声明</p> <p>不慎将临河市天华广告有限责任公司(统一社会信用代码:91150802MA0QYX1J81)的公章遗失,无编号,声明作废。●杨铁男不慎遗失医师执业证书,编码110150100000601,声明作废。●于浩勋不慎遗失军人保障卡,卡号811507221108154410,声明作废。●卓日克塔不慎遗失义务兵证,证号:兵字第202493021665号,声明作废。●呼和浩特市赛罕区昭乌达南路办事处亿利居委会社区卫生服务站任仲良遗失医师资格证书,证书号202335241150105197101075119)及医师执业证书(编码241150102000354);梁鹏源遗失护士执业证书(编码019150047666),声明作废。●乔红军遗失道路运输经营许可证副本正本,许可证编号150104001663,声明作废。●家人不慎将逝者史峰呼市殡仪馆骨灰寄存证丢失,排位号:15-7-2,特此声明。●内蒙古晶新科技有限责任公司(统一社会信用代码:91150107036145421G)遗失公章一枚,声明作废。●中国航空油料有限责任公司内蒙古分公司锡林浩特特供应站遗失中国银行卡股份有限公司锡林浩特市团结支行银行卡开户许可证,账号152406101505,核准号J2010062208801,声明作废。●内蒙古长河文化发展有限公司的公章(编号15062110023199),合同专用章(编号15062110023201),法人章(法人:刘帅,声明作废15062110033647)遗失,声明作废。●包头市中关环保科技有限公司的财务专用章遗失,印章编号:1502020013114,声明作废。</p> |
|--|---|---|--|--|