

感冒药导致血糖波动怎么办?

糖尿病患者感冒后,在用药治疗过程中,需特别注意药物选择与血糖监测。

●用药应谨慎 注意避开含糖药品

市面上很多复方感冒药含有蔗糖、葡萄糖、蜂蜜等成分,会导致血糖快速升高。因此,糖尿病患者应学会看药品说明书。

优先选择“无糖剂型”。糖尿病患者在购买感冒药时,应仔细查看药品说明书中“成分”一栏,避免使用含有蔗糖、葡萄糖、糊精、蜂蜜等成分的感冒药,优先选择标注无糖型、不含蔗糖的药物。

避免滥用复方药。糖尿病患者若仅出现发热、头痛等症状,可单独使用对乙酰氨基酚或布洛芬;若出现咳嗽、咳痰等症状,可选择氨溴索、

右美沙芬(无糖型);若出现鼻塞、流涕等症状,可使用生理盐水鼻腔喷雾,避免使用含伪麻黄碱的药物。需要注意的是,应避免同时使用多种复方感冒药。

若糖尿病患者不知道该如何服用感冒药,可携带药品说明书到医院就诊,向医生或药师说明病情及正在使用的降糖药物,以免因药物相互作用引发不良反应。

●加强血糖监测 及时发现波动

感冒或感染流感病毒会刺激身体出现应激反应,导致肾上腺素、糖皮质激素等升糖激素分泌增加,加上药物影响,容易引发血糖剧烈波动。因此,糖尿病患者在用药期间,需加强血糖监测。

增加监测频率。每天监测血糖4~6次,包括空腹、三餐后2小时、睡觉前。若患者体温高于38.5摄氏度或出现夜间不适的情况,需加测凌晨2时的血糖。

记录“血糖-用药-症状”表。在血糖监测本上,同时记录用药名称、剂量、用药时间,以及体温、咳嗽程度等信息,以便医生判断血糖波动是否与药物或病情有关。

在治疗期间,若糖尿病患者的血糖严重升高(如餐后血糖大于16.7毫摩尔/升)或出现酮症症状,如口渴、多尿、恶心、呕吐、呼吸困难等,应立即就医,不可自行调整药物。就医时,需告知医生自己的糖尿病病史、用药情况及血糖监测结果,便于医生快速制订治疗方案。

(据健康中国)

它能抗衰老,还是“胆固醇克星”!

益血管、抗氧化、抗衰老、润肺止咳,做菜煲汤、做饮品、入药……杏仁是生活中备受大家喜爱的美味食材,还具有很高的药用价值。其实关于杏仁还有很多你不知道的事。

有研究发现,杏仁富含不饱和脂肪酸和维生素E,这些物质对于抗氧化、抗衰老以及保护心血管系统都有一定的作用。

杏仁中的不饱和脂肪酸有助于防止脂肪堆积,软化血管,并在一定程度上降低低密度脂蛋白和血清中的胆固醇水平,从而有助于预防高血压、高血脂等心血管疾病。

杏仁蛋白属于优质蛋白,易消化,是一种食用价值非常高的植物蛋白。杏仁还可以用来治疗便秘。由于杏仁含有丰富的油脂,具有润滑作用,从而缓解便秘症状。



生活中,我们常能见到3种杏仁:煲汤的甜杏仁,入药的苦杏仁,还有当零食吃的大杏仁。

苦杏仁中含有一种名为苦杏仁苷的物质,

因此,在食用杏仁时一定要注意以下几点:

- 苦杏仁一定要在医生指导下服用。
- 《中华人民共和国药典(2020年版)》规定苦杏仁一次用量不能超过10克。
- 血糖偏高人群和易过敏人群应尽量避免饮用含有杏仁的饮品。

杏仁也是一种热量较高的食物,吃时需要注意控制量,按照《中国居民膳食指南(2022)》的推荐,平均每周摄入50~70克的坚果,也就是每天10克左右。

在家可以试着做一款杏梨润肺茶:将一个鸭梨切块,再辅以10克甜杏仁和15克百合,加水煮沸再转小火慢炖20分钟。此茶能生津润燥、止咳平喘,特别适合干咳无痰、咽痛音哑者。

(据央视报道)

分类广告 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

陈蒙怀:
 郝洪良于2009年犯故意伤害罪被逮捕,呼和浩特市中级人民法院于2009年4月17日作出(2009)呼刑初字第22号刑事附带民事判决书,判处郝洪良与同案犯张祖峰赔偿附带民事诉讼原告人陈蒙怀赔偿共计14944元。郝洪良已于2018年5月20日将其2018年7472元赔偿款提现到呼和浩特市青城公证处(现改名为“呼和浩特市北疆公证处”),剩余7472元赔偿款至今未付。
 现因郝洪良家属已通过各种途径,均无法与陈蒙怀取得联系。依据法院已生效的判决书,郝洪良仍应向陈蒙怀支付7472元赔偿款。请陈蒙怀在本公告发布之日起10日内与郝洪良家属取得联系。若逾期未联系,郝洪良家属将把应支付给陈蒙怀的赔偿款提现至呼和浩特市森和公证处。
 特此公告。
 郝洪良家属联系方式:18604818034
 呼和浩特市森和公证处联系方式:04716355601
 2025年12月8日

呼和浩特市新城区住房与城乡建设局公告
 内蒙古固太房地产开发有限公司(统一社会信用代码:911501007201904711)你公司在呼和浩特市新城区华桥新村项目建设中存在未经消防验收擅自投入使用的行为,违反了《中华人民共和国消防法》第十三条的规定,按照《中华人民共和国消防法》第五十八条的规定,本局拟对你公司上述违法行为作出罚款叁拾万元人民币(小写¥300000)的行政处罚。
 因本局采用直接送达及邮寄送达等方式均无法将相关法律文书送达,根据有关法律,现将《行政处罚事先告知书》(新住建罚先告字[2025]第010号)(《行政处罚听证告知书》)(新住建罚听告字[2025]第010号)公告送达,限你自公告之日起30日内到呼和浩特市新城区住房和城乡建设局政策法规股(地址:新城区新华大街130号城建环保大厦住建局401室;电话:0471-6213534)领取《行政处罚事先告知书》《行政处罚听证告知书》,逾期视为送达。
 依照《中华人民共和国行政处罚法》有关规定,送达之日起5个工作日内你公司有举行听证、提出陈述、申辩的权利,逾期视为放弃听证、陈述和申辩的权利,本机关将依法作出行政处罚决定。
 特此公告。
 新城区住房和城乡建设局
 2025年12月10日

公告
 中联建设集团股份有限公司(原江西中联建设集团有限公司)承建的2017年武川县学府街青山路文化街改造工程第二标段工程,现已竣工结算完毕。请有关涉及到该工程债权债务的单位及个人自登报之日起90日内到我公司办理登记手续,逾期我公司不承担任何经济和法律责任。特此公告。联系人:李浩,联系电话:15207001141,中联建设集团股份有限公司,2025年12月9日

公告
 呼和浩特市诚誉房地产开发有限公司(下称“我公司”)作为“新华园”(曾用名“金丽园”)住宅项目的开发建设单位,现就项目现状及相关事宜公告如下:
 一、截至目前,新华园项目尚未通过整体竣工验收,不具备法定的交付使用条件。项目房屋存在未完成的工程,居住和使用均存在重大安全隐患。我公司郑重声明:不建议任何人员入住或使用本项目房产。任何相关方如无视该事实强行入住、使用房屋,由此引发的人身、财产等一切风险和法律责任,均由行为人自行承担,我公司概不负责。
 二、经第三方专业机构对项目进行的工程审计及财务核查,现已确认:我公司与施工方李东生之间不存在任何工程欠款,原股东马燕青超范围之外房屋的行为,本告后未经我公司追认,效力不予确认。
 三、本项目停滞期间,出现了多起以虚构合同、转嫁债务等非法手段强占房产的情况。我公司郑重声明:凡无法提供合法有效购房凭证且未经我公司正式办理交付手续而强行占有本项目房产的一切行为,均属非法侵占,我公司均不予认可。房屋未经我公司补正更名手续进行流转的,我公司不予认可真实性。
 目前,在新城区工作组的指导与协调下,我公司已全面恢复项目工作,正积极推进各项遗留问题处理、工程审计、施工改造(含消防、绿化等)及交付准备工作,力争早日实现项目合法合规交付。
 特此公告。
 呼和浩特市诚誉房地产开发有限公司 2025年12月5日

公告
 内蒙古鸿凯达物流服务有限公司将以下三台货运车辆的营运证注销(车牌号及营运证证号如下):蒙 B9J74 挂,证号 150203177992;蒙 BAE113 挂,证号 150203178457;蒙 BB1860,证号 150203178455。特此公告

公告
 包头市宇鑫通运输有限公司将以下3台货运车辆的营运证注销(车牌号及营运证证号如下):蒙 BA2965,证号 150205042493;蒙 BA1730,证号 150205042669;蒙 BA8693,证号 150205041672。特此公告

公告
 内蒙古东翔物流有限公司以下车辆由于未按时年审,严重影响公司年检业务,因此申请登报补证注销,请车主在见报之日起7日内到公司办理,否则按自愿注销处理,车牌号:蒙 B91108,蒙 B91081,蒙 B91618,蒙 B91504,蒙 B90284,蒙 B92121,蒙 B93396,蒙 B92278,蒙 B93873,蒙 B91350,蒙 B97262,蒙 B85264,蒙 BA2377,蒙 BA2918,蒙 B96333。特此公告。
 内蒙古东翔物流有限公司

公告
 内蒙古恒领管理科技有限公司定于2025年12月25日上午08:00在公司办公室召开股东大会,审议公司注销事宜,请各位股东准时到场,没有到场的股东视为自动放弃,特此通知。联系人:康慨,电话:18947111105

遗失声明
 ●本人王秀珍,身份证号码 150121197211198320,于2009年12月18日购买内蒙古丰大地房地产开发有限公司开发的清和家园小区十二楼二单元四房2041号的房款收据金额小写166000元,大写壹拾陆万陆仟元整,收据号0340786,收据一张已丢失,声明作废。●达拉特旗点穴文化推广中心《民办非企业单位登记证书》副本遗失,统一社会信用代码 52150621MJ2490874D,声明作废。●内蒙古亿速佰商贸有限公司遗失银行开户许可证及存款人查询密码纸,基本存款账户编号 J1910034902501, 账号 861516501421002622,开户银行:内蒙古银行股份有限公司呼和浩特特大桥支行,特此声明。●本人温江,身份证号码 150102197807184510,于2009年5月23日购买内蒙古丰大地房地产开发有限公司开发的清和家园小区18号楼14层2142号的房款收据金额166456元,壹拾陆万陆千肆佰伍拾陆元整,收据号0432053,收据一张已丢失,声明作废。●内蒙古蒙飞广告有限公司遗失存款人查询密码,开户行:内蒙古呼和浩特市金谷农村商业银行股份有限公司昭乌达支行,声明作废。●内蒙古恩图汽贸有限公司的财务专用章遗失,印章编号 1502070034566,声明作废。
 ●呼和浩特市赛罕区亚麻籽油产业协会遗失统一社会信用代码证书正副本,统一社会信用代码 51150105MJ2261465P,特此声明。●福平持有的赛罕区西把棚乡人民政府盖章的苏云旺名下福平所有的11号楼2单元17层西户拆迁补偿安置协议协议书原件丢失,拆迁地址:赛罕区巧报镇小台什村,产权证号:HI-084,特此声明。●内蒙古瀚翔物流有限公司不慎将车辆蒙 B96986 道路运输证遗失,证号 150205040258,声明作废。●内蒙古医科大学李鑫波(学号 2024040741)宁颖(学号 2023041612)郑知嘉(学号 2024040787)遗失学生证,声明作废。●内蒙古安捷建筑装饰设计有限公司(统一社会信用代码 91150104MABYXXUGX8)遗失公章一枚,声明作废。●武川县个体高鹏《道路运输经营许可证》正本遗失,证号:呼字 150125005267,声明作废。●内蒙古启航有限公司不慎将车辆蒙 BA9630 道路运输证遗失,证号 150205041423,特此声明。●内蒙古吉蓝环保科技有限公司的合同专用章遗失,印章编号 15022210001022,声明作废。●包头市鑫通运输有限公司遗失以下两台道路运输证:蒙 BB2177,证号 150205044497;蒙 BB2563,证号 150205045749,声明作废。●鄂尔多斯市正德装饰工程有限公司 遗失公章(代码 91150627MA13T85Y1L)一枚,声明作废。
 ●陈继平遗失与内蒙古万和工程建设监理有限责任公司签订的赛罕区富丽城B座3号楼1单元4层西户购房协议及购房款收据1张,编号:0048466,金额:188270元,日期:2010年7月5日,声明作废。●包头市旭茂贸易有限公司遗失营业执照正本,统一社会信用代码 91150203MA0R06M08K,声明作废。●内蒙古新润道贸易有限公司公司遗失开户许可证,开户行:上海浦东发展银行股份有限公司包头分行,账号 4901007880140000277,核准号 J1920010283301,声明作废。●托克托县昊莱科技养殖有限公司(统一社会信用代码 91150102MA0NH4AN36)丢失公章一枚,声明作废。●内蒙古吉蓝环保科技有限公司的财务专用章遗失,印章编号 1502070034566,声明作废。