

责编:代俊 美编:乌梅 新闻热线:028-65059829 投稿邮箱:scckjbs@vip.163.com

生活百事

栏目:四川省民族科普工作队 协办:甘孜州科协 阿坝州科协

咽喉痛须特别重视

会厌是薄薄的一片软骨,外面包着黏膜,就长在人体喉部,在声门的前上方,平时它敞开着,气体可自由出入呼吸道;当吃东西时,会厌会翻下来把声门盖严,避免食物和水进入气管,引起呛咳和窒息。会厌位置深,平时照镜子是看不见的,即使医生用压舌板检查病人嗓子,也看不见它。只有耳鼻喉科专科医生通过喉镜才能看到会厌。急性会厌炎初发症状是咽痛,咽喉有异物、梗阻感,严重的才会导致像王先生那样的呼吸困难。它之所以“凶险”,主要是因为会厌软骨表面的黏膜下组织疏松,极易水肿,可在发病最初几小时内肿大至正常会厌的数倍,以至堵住声门,造成喉梗阻、窒息。如不及时抢救,可能导致死亡。由于初发症状不典型,患者往往

会自行找药吃,病情加重后才去看医生,还容易挂错科室,导致就诊不及时、漏诊误诊较多。因此提醒广大朋友:嗓子痛,不仅仅是自己买点“消炎药”吃就行了,如果咽喉疼痛剧烈并进行性加重,咽部检查又与症状不符,请立即找耳鼻喉科医生诊断。只要及时恰当处理,急性会厌炎的治疗效果才会良好。急性会厌炎的关键是严重的可导致喉梗阻,危及生命。如何预防呢?避免会厌损伤。避免气压损伤,包括热损伤(如高热食品等)、异物骨刺等外伤。及时治疗会厌邻近器官的急性炎症,防止感染蔓延。提高免疫功能。加强锻炼,增强机体抵抗力。养成良好的卫生习惯。要保持口



提防“伤人”的“四股风”

这个时节早晚的凉风吹得人不禁打哆嗦,而且按照中医理论,风是导致多种疾病发生的重要因素之一。今天我们来讲容易“伤人”的“四股风”。晨起冷风。有些过敏性鼻炎患者清晨接触冷风后会流鼻涕、打喷嚏。人们可在早晨起床洗漱时,用冷水洗洗鼻腔、揉搓鼻翼,增强鼻黏膜免疫力,改善血液循环。夜间对流风。中医认为,入夜较寒,若被风侵袭,易伤及肾中阳气,引起颈项、腰背疼痛。为了预防夜风不对流风侵入人体,入睡时窗户不要大开,留个缝隙通风即可;盖好被子,尤其注意背部和腰腹保暖。运动出汗吹风。大汗淋漓容易导致皮肤腠理大开。腠理是外邪入侵人体的门户,如果运动后吹风,容易被凉风侵袭而诱发疾患。运动结束后尤其要注意防风,运动时可以带块毛巾,运动完及时擦汗,不要满身汗的迎风吹。如果运动时穿得较少,运动后要适当加点衣服,注意保暖。

养生堂

到了冬季,很多人会感到皮肤紧绷、干燥,甚至瘙痒不止,其实,这与人们的日常生活习惯有很大关系,我们可以从小事入手,注意防护。

冬季常出现的四种皮炎

瘙痒症。冬季,瘙痒症发生率很高。瘙痒为阵发性,常在饮酒后、洗澡后或被褥温暖时发生,夜间比较严重。湿疹。湿疹是一种常见的、由内外因素共同引发的过敏性皮肤炎症。干燥性湿疹多发于比较瘦弱的婴儿。患儿多因剧烈瘙痒而哭闹和睡眠不安。手脚干裂。冬季气温下降,皮脂腺的分泌随之减少,加上冬季常有冷空气侵袭,手与脚的热量和油脂很快挥发。因此,不少人觉得手和脚干巴巴的不舒服,甚至出现皲裂、流血。冻疮。冻疮多发于肢体末端,如手、脚、面、耳等部位。皮肤受冻后,晚期变得苍白,继而出现大小不等的紫红色硬块,有痒和肿胀的感觉。如果恣意抓痒,容易使表皮破损。

正确的应对方法

保持皮肤清洁但不要洗澡太勤。在秋冬季节没有大强度运动出汗的情况下,可以不用那么频繁地洗澡,同时,洗澡过程中不要过度使用香皂及沐浴露等洗护用品。此外,洗澡后要注意涂抹身体乳液。洗澡水不宜太热。过热的洗澡水容易迅速洗去皮肤上的皮脂,影响皮肤正常的新陈代谢功能,加剧皮肤水分的流失,从而引起皮肤瘙痒的症状。洗澡时不宜用力搓洗。洗澡时,经过热水冲洗,瘙痒的位置就会变得更加瘙痒起来,这时候切记不要去抓挠。同时,洗澡过程中不要反复搓洗,而是应该选择温和质地的洗澡毛巾。贴身衣物需纯棉面料。纯棉面料的衣服既能保暖,又能保持良好的透气性,不会产生静电使皮肤干燥,一定程度上可以缓解皮肤瘙痒。多喝水缓解皮肤瘙痒。有皮肤瘙

皮肤干燥瘙痒巧应对

痒的人可以多喝水,给身体补充水分,身体水分充足,皮肤自然就不会缺水;同时,可以使用加湿器,缓解皮肤干燥。多摄入富含维生素A、E的食物。饮食中要尽量多摄入些富含维生素A、E的食物,如胡萝卜、卷心菜、香菇、花生、芝麻等,必要的时候也可以按医嘱补充适量的维生素。少食用刺激性、高脂肪、糖类食物及海产品。皮肤瘙痒者少食用咖啡及火锅等辛辣刺激性的食物;少吃高脂肪食物,其会增加皮肤上油脂的负担,特别是皮肤表面的毛孔易发生堵塞现象;少吃糖类食物,过多的糖会增加皮肤上细菌的繁殖,刺激皮肤;少吃鱼、虾、蟹等海产品,避免皮肤血管周围的活性物质释放出来,加剧皮肤瘙痒。

遂宁防范邪教宣传进校园

遂宁市委、市政府、市科协、船山区科协共同举办了“崇尚科学,反对邪教”防范邪教专题宣传活动。市委常委、副市长罗晖及市相关单位负责人出席活动。遂宁市燕门街小学近600名师生和群众参加活动。活动现场,全体师生观看了反邪教宣传专题片,现场摆放反邪教宣传展板,通过图文并茂的形式,让师生和群众对“什么是邪教”、“邪教的危害”等内容有更深入的认识。同时,反邪教志愿者宣读了反邪教倡议书,组织与会人员参加反邪教答题活动。据统计,现场累计发放反邪教宣传书籍、宣传册、笔袋、购物袋等资料590余份。据悉,此次反邪教宣传展板、视频将在校园内连续展出、播放一个月。(省反邪教协会)

公告刊登热线:028-64658591 18116582798 QQ:2454465850

●隆昌县树惠苗木种植专业合作社(注册号:511028NA000235X)全体成员会议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●四川蓝天药业有限公司道路运输经营许可证(川交运管许可成字510106008463号)副本遗失作废。 注销公告 成都新永兴电子科技有限责任公司(统一社会信用代码:915101050933220394)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●成都茂熠餐饮管理有限公司经股东会决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司清算组申报债权债务事宜。 注销公告 成都本康科技有限公司(注册号:51010700272620)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司申报债权债务。 注销公告 成都安邦特建建筑设计有限公司(注册号:510107000322491)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●遂宁市委、市政府、市科协、船山区科协共同举办了“崇尚科学,反对邪教”防范邪教专题宣传活动。市委常委、副市长罗晖及市相关单位负责人出席活动。遂宁市燕门街小学近600名师生和群众参加活动。活动现场,全体师生观看了反邪教宣传专题片,现场摆放反邪教宣传展板,通过图文并茂的形式,让师生和群众对“什么是邪教”、“邪教的危害”等内容有更深入的认识。同时,反邪教志愿者宣读了反邪教倡议书,组织与会人员参加反邪教答题活动。据统计,现场累计发放反邪教宣传书籍、宣传册、笔袋、购物袋等资料590余份。据悉,此次反邪教宣传展板、视频将在校园内连续展出、播放一个月。(省反邪教协会)

●武侯区康健元商行,个体工商户营业执照(注册号:510107601234709)正本遗失作废。 ●绵阳市新蜀建筑劳务有限公司,合同专用章(编号:510108062029)、何道权私章(编号:5101060014620)遗失,声明作废。 ●成都精英企业管理咨询有限公司(统一社会信用代码:91510100MA6DE4EF9C)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司清算组申报债权债务。 注销公告 成都新蜀建筑劳务有限公司(统一社会信用代码:91510100MA6G4LW2WK)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司清算组申报债权债务。 注销公告 成都新蜀建筑劳务有限公司(统一社会信用代码:91510100MA6G4LW2WK)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司清算组申报债权债务。 注销公告

●成都小元能源科技有限公司营业执照正本(注册号:51010600002358)组织机构代码证正本(代码:76537843-5)及四川省成都市金牛区国家税务局、成都市金牛区地方税务局2014年9月17日签发的国税税务登记证(注册号:51010600002358)遗失,声明作废。 注销公告 宣信普惠信息咨询(北京)有限公司成都金牛万达广场分公司营业执照副本(统一社会信用代码:915101000866619766)遗失作废。 注销公告 宣信普惠信息咨询(北京)有限公司成都金牛万达广场分公司营业执照副本(统一社会信用代码:915101000866619766)遗失作废。 注销公告 四川众恒浩宇机电设备有限公司股东会已决定解散公司,请公司的债权人自本公告见报之日起45日内到成都市金牛区解放路一段164号众恒浩宇机电设备公司清算组申报债权。 注销公告 成都高新区攀南联信小额贷款股份有限公司(统一社会信用代码:51010600002358)遗失,声明作废。 注销公告 成都宏泰贸易发展有限公司(统一社会信用代码:51010600002358)遗失,声明作废。 注销公告 成都德创源环保科技有限公司(统一社会信用代码:91510100MA6G4LW2WK)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司清算组申报债权债务。 注销公告 成都德创源环保科技有限公司(统一社会信用代码:91510100MA6G4LW2WK)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内向我公司清算组申报债权债务。 注销公告

●成都瑞博众机电设备有限公司(统一社会信用代码:91510100MA6G4LW2WK)经股东会决议决定注销,请债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●成都新永兴电子科技有限责任公司(统一社会信用代码:915101050933220394)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●成都新永兴电子科技有限责任公司(统一社会信用代码:915101050933220394)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●成都新永兴电子科技有限责任公司(统一社会信用代码:915101050933220394)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●成都新永兴电子科技有限责任公司(统一社会信用代码:915101050933220394)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日

●成都新永兴电子科技有限责任公司(统一社会信用代码:915101050933220394)经股东会决议决定注销,请相关债权债务责任人自本公告见报之日起45日内前来自理相关事宜,逾期责任自负。特此公告。 2018年11月30日