

## 注销公告

内蒙古通用大数据研究院（代码52150000MJ2214001W）经主管部门同意,拟向登记机关申请注销登记,特成立清算组,请债权人于本公告发布之日起45日内,向本社会组织清算组申报债权债务。特此公告

## 注销公告

准格尔旗二手车行业协会（统一社会信用代码：51150622MJ2492343T）拟向社会团体法人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日内向本协会申请债权。特此公告

## 遗失声明

●东胜区苗家生鲜肉店遗失公章（编号15060210003376）一枚,声明作废●呼和浩特市双禾锦商贸有限责任公司（代码91150102MACW7BHK89）遗失公章、财务章各一枚,声明作废●鄂尔多斯东胜区尚森蜜雪冰城饮品店（个体工商户）（代码92150602MA0R727A15）的营业执照正本丢失;东胜区尚森蜜雪冰城饮品店的食物经营许可证正本丢失,许可证编号：JY21506026071997,声明作废。●达拉特旗丰升生活超市（个体工商户）的公章（编码15062110047352）、法人章（编码15062110047354）丢失,声明作废。●鄂尔多斯市侏罗纪煤炭有限公司的公章（编码15060210020024）、财务章（编码15060210020025）丢失,声明作废。●扎兰屯市蘑菇气镇金城广告现更名为扎兰屯市蘑菇气镇金城广告（个体工商户）遗失内蒙古农村商业银行股份有限公司扎兰屯蘑菇气支行开户许可证,账号：1503201220000000012531,核准号：J1963000699301,声明作废。●内蒙古农村商业银行股份有限公司准格尔旗支行工会委员会遗失内蒙古农村商业银行股份有限公司准格尔旗支行银行开户许可证,核准号：J9033024736401,声明作废●本人牛冬旭（身份证号码：150102199807144614）不慎遗失本人与呼和浩特市明和阳光出租汽车服务有限责任公司于2023年10月9日签订的《出租汽车承包经营合同》（合同编号：MH-076）及车辆保证金收据（收据编号：6372922），现声明以上合同、收据全部作废,自声明之日起不再具备任何法律效力。●鄂伦春自治旗大杨树社区卫生服务中心（鄂伦春自治旗医共体第二总医院大杨树镇分院）遗失公章,统一社会信用代码：12152127MB1C272301,声明作废●准格尔旗五月小酒馆遗失公章、财务章,法人章（法人：王加宝）代码：92150622MA7YNMB14G,声明作废●乌审旗安顺汽车修理厂遗失开户许可证,开户行：乌审旗农村信用合作联社嘎鲁图分社,账号：8102701220000000021175,核准号：J2057000625501 特此声明●内蒙古蓝色创想商业管理有限责任公司遗失公章,代码：91150103MAEK0QUF50,声明作废。

内蒙古联昇环保有限公司纳林河产业园一般固体废物综合处置项目一期工程建设项目环境影响评价第二次公众参与公示

根据《环境影响评价公众参与暂行办法》(部令第4号)的规定,现将有关信息公布如下:

一、项目概况

项目名称:内蒙古联昇环保有限公司纳林河产业园一般固体废物综合处置项目一期工程;

建设性质:新建;

建设地点:项目位于乌审旗苏力德苏木塔来乌素嘎查;

建设内容:项目新建一般工业固体废物存储场1座,主要处置第II类一般工业固体废物(包含气化渣、炉渣、粉煤灰及脱硫石膏等),设计总库容为1924.62万m³,压实密度按1.4t/m³存储场填埋总量约为2700.00万t,年处理量600万t/a,填埋处理年限为4.5a。

二、环境影响评价征求意见稿查阅方式

环境影响评价征求意见稿全文网络链接为：<https://pan.baidu.com/s/1ZXvw>

提取码: ceer

建设单位:内蒙古联昇环保有限公司

公司地址:内蒙古自治区鄂尔多斯市乌审旗无定河镇苏里格经济开发区纳林河产业园内蒙古卓正煤化工有限公司生产办公楼

联系人:王先生

联系电话:18047703738

三、征求意见的公众范围

征求意见的公众范围主要为项目建设地区公民、法人或其他组织代表。

四、公众意见表查阅方式

公众意见表网络链接为：<https://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx>

五、公众提出意见的方式和途径

公众可通过信函、传真、电子邮件等方式,在规定时间内向建设单位反馈意见并将填写的公众意见表等提交建设单位,反映与建设项目环境影响有关的意见和建议。公众提交意见时,应当提交有效的联系方式。

六、公众提出意见的起止时间  
自本信息公布之日起的10个工作日:2026年4月20日—2026年5月6日。(公示期间本内容登报2次)。

内蒙古联昇环保有限公司  
2026年4月21日

### 这5种药别空腹吃 小心救命药变“毒药”

注意了,这五种药,别空腹吃:

一、抗生素类(阿莫西林、头孢类):饭后1小时服用更安全  
若空腹服用,药物直接接触胃壁,可能引发恶心、呕吐、腹泻等症状,严重时可导致脱水。

正确方法:建议饭后1小时服用。

二、抗厌氧菌药(甲硝唑):饭后1小时+戒酒7天

空腹服用易刺激胃部,导致恶心、头晕,甚至诱发药物性胃炎。

正确方法:严格遵循“饭后1小时服用”,且停药后7天内绝对禁止饮酒(包括含酒精的饮料、食物)。

三、非甾体抗炎药(布洛芬、阿司匹林):饭后半小时+避开果汁咖啡

空腹服用时,药物对胃壁的刺激如同“刮擦”,易引发胃痛、溃疡,长期可能增加胃出血风险。

正确方法:餐后半小时服用,送服时选择温水,避免果汁、咖啡等饮品。

四、降糖药(二甲双胍):随第一口饭嚼服,副作用减少80%

若空腹或餐后较长时间服用,可能引发腹胀、腹泻、恶心等不适,严重时可导致电解质紊乱。

正确方法:建议随第一口饭嚼服(或在餐中服用)。临床数据显示,随餐嚼服可使胃肠道副作用减少约80%。

五、维生素B族:早餐后随餐吃,搭配碳水更易吸收

维生素B族属于水溶性维生素,空腹服用时,药物快速通过胃进入肠道,未被充分吸收,即随尿液排出。

正确方法:早餐后随餐服用(如搭配面包、包子等碳水化合物),延长药物在胃内的停留时间,促进吸收。(据《光明日报》)

内蒙古利沙科技有限公司  
年产28000吨精细化工产品  
中间体项目环境影响评价  
征求意见稿公示

根据《环境影响评价公众参与办法》,内蒙古利沙科技有限公司年产28000吨精细化工产品中间体项目进行环境影响评价公众参与第二次公告,征求公众意见。

一、环境影响评价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

环境影响评价征求意见稿全文的网络链接:

<https://pan.baidu.com/s/1R9D5kmhjmK>

提取码: eR3RIMUHqioQ?

(提取码向建设单位或环评单位索要)。

纸质版环境影响评价报告  
书查阅方式和途径:以电话或邮件方式联系建设单位或环评报告编制单位。

二、征求意见的公众范围  
厂址附近居民、企事业单位及项目所在地政府部门为主。

三、公众意见表的网络链接

[http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024\\_665329.htm](http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.htm)。

四、公众提出意见的方式和途径

公众可以通过信函、传真、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提交建设单位,反映与建设项目环境影响有关的意见和建议。

建设单位:内蒙古利沙科技有限公司

联系人:马乐

联系电话:18414383456

电子邮箱:153918187@qq.com

五、公众提出意见的起止时间

自公示之日起10个工作日内。

内蒙古利沙科技有限公司  
2026年4月21日

### 色香味俱佳的好茶怎么泡？

茶是我国非常普遍的饮料,谁都知道热水+茶叶=茶水。不过,如果不注意泡茶细节,却会让你与一杯好茶失之交臂。其实,在生活中只要注意择水选器与科学设计调控水温、茶水比、浸泡时间等参数,就足以让你喝到一杯色、香、味、形俱佳的好茶。那么如何科学地泡好一杯茶呢?

1.茶水比例

茶与水的比例也就是投茶量。量多味浓,量少味淡。用茶量的多少,与茶叶本身内含成分的多少、品饮人数、冲泡次数和时间等都有关系。

内含成分单薄的茶叶,投茶量略多些;品饮人数多,冲泡次数多,宜多投些,反之,要少投些。总之,要使茶汤浓淡适宜。

2.泡茶水温

水温与物质浸出速度有关。研究表明,茶叶中不同的内含物质,对浸泡的水温要求不同。茶多酚、咖啡因在高水温下,快速浸出,茶汤呈苦涩味;低水温下,浸出较慢,茶汤苦涩味降低。氨基酸在低水温下即可浸出;随着时间的延长,浸出越多,茶汤呈鲜味。所以,如果想尝绿茶的鲜味,可以用低温或中温泡。当茶汤中呈苦涩味的茶多酚、咖啡因与呈鲜味的氨基酸有一定的量,且比例适当时,茶汤口感协调,并有厚度和浓度。

3.冲泡时间

即茶叶浸泡的时间,即茶与水相遇后,它们共处的时光。浸泡时间必须适中,时间短了,茶汤会色淡味寡,香气不足;时间长了,茶汤太浓,汤色过深,茶香也会因飘逸而变得淡薄。这是因为茶叶一经用水冲泡,茶中可溶解于水的浸出物,就会随着时间的延续,不断浸出于水中。

所以,茶汤的滋味是随着冲泡时间延长而逐渐增浓,并到达一个平衡点,平衡点的具体时间与茶叶本身、投茶量、水温等有关。(据《光明日报》)

内蒙古自治区石匠山矿区  
总体规划环境影响报告书  
公众参与第二次公示

一、环境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,《内蒙古自治区石匠山矿区总体规划环境影响报告书(征求意见稿)》全文的网络链接:

<https://pan.baidu.com/s/1NyYjyQ1MgHrOoN8WYKz-tLg?pwd=e8mg>

提取码:e8mg;若需查阅纸质报告书,

请联系镶黄旗工业与信息化局。具体联系方式如下:

项目负责人:张林林,联系电话:15547477158

二、征求意见的公众范围

本次征求意见的公众范围包括:化德县、镶黄旗及其他相关地方的政府职能部门、企事业单位工作人员、社会团体及个人以及相关领域的专家等。

征求公众意见的主要事项为与本规划环境影响和环境保护措施有关的建议和意见。

三、公众意见表的网络连接

<http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx>

四、公众提出意见的方式和途径

在规划的公众提出意见起止时间内,公众可以通过信函、电子邮件等方式,将填写好的公众意见表提交至规划编制单位,反应与建设项目环境影响有关的意见和建议。公众提交意见时,应提供有效的联系方式,以便及时与您沟通和反馈相关信息,同时鼓励公众采用实名方式提交意见并提供常驻地址。规划编制单位和环境影响评价机构不会将您提供的个人信息用于本次环境影响评价公众参与之外的用途,请您放心。

五、公众提出意见的起止时间

自本公示发布之日起10个工作日。

您的意见和建议将作为环境影响评价机构、规划单位和政府主管部门进行决策的重要参考依据。环境影响评价机构将在《内蒙古自治区石匠山矿区总体规划环境影响报告书》中真实反应公众的意见和建议,并将公众的宝贵意见和建议向规划编制单位和有关部门反应。

感谢您的参与与合作!

镶黄旗工业与信息化局  
2026年4月21日

## 关节“咔咔”响并非只因缺钙

关节“咔咔”响(即关节弹响)与是否缺钙并没有关系。那么关节为什么会出现弹响,国内学者普遍认为可能由以下三种情况引起。

### 关节腔内气泡爆裂

关节腔是一个密闭腔,当关节静止时,腔内压力处于静态平衡;当关节活动时,关节腔内的负压增大,关节液会产生气泡;当关节恢复原位时,气泡爆裂,就会发出“咔咔”声。

### 关节液不足

如果人体长期缺乏活动,滑膜缺少刺激,关节液分泌就会变少。当缺少润滑,关节突然活动时,就可能发出弹响。

### 关节韧带摩擦

若长时间保持一个姿势,关节周围的肌肉、韧带会处于紧绷状态;当关节活动时,韧带就可能与关节发生摩擦,从而发出弹响。

如果关节只发出“咔咔”声,没有明显的疼痛、肿胀和活动受限,此种情况一般不需要处理,大家不用过分担心。若关节发出声音的同时,还伴有其他症状及病理变化,如疼痛、肿胀、活动受限等,患者应尽快就诊。如果患者能听到关节摩擦音或“嘎吱”声,并伴有疼痛,应立即停止所有可能导致关节发出声音的活动,及时到医院就诊。

(据《光明日报》)