四平市中心人民医院

# 开展急性心梗科普宣传志愿服务活动

11 月 20 日是全国“心梗救治日”，四平市中心人民医院团委书记孙烨带领内科团支部青年志愿者走进铁西区益民社区，开展“支架人生，心的驿站”急性心梗科普宣传志愿服务活动。

该医院内科团支部书记李志影向社区居民讲解了如何尽早识别急性心肌梗死、发生急性心梗的院前自救处理方法及流程，并让居民们牢记两个“120”。急性心肌梗死从胸部疼痛开始，患者一旦有此症状，立刻拨打 120 急救电话。同时，要把握 120 分钟的黄金救治时间。

志愿者们根据患者平时遇到的问题给予药物指导和生活饮食指导，纠正患者的日常不良习惯。

志愿者们为居民赠送精心准备的急性心梗的认知与抢救攻略以及心肺复苏急救攻略的小宝典、急救小药箱，方便患者及时服药，还准备了手套和口罩让居民们做好防护。

通过开展“支架人生，心的驿站”急性心梗科普宣传志愿服务活动，普及了胸痛急救知识，提高了面对胸痛突发紧急情况的应变与自救能力，并掌握急性心肌梗死的规范化救治流程。

“支架人生，心的驿站”是该院内科团支部自 2017 年以来开展的一项志愿服务项目，旨在提高急性心肌梗死患者支架术后的生活质量，构建和谐的医患关系，对支架术后患者进行跟踪和康复指导，帮助患者践行康复之道，幸福安度支架人生。 / 记者 高鸿 报道 摄

# 寒流来袭 为你送上肠道养护小贴士

气温降低，人们的饮食习惯也因天气变化而改变。在这个肠胃比较脆弱的季节，如何保护肠道健康也成为了人们关注的话题。哪些因素会引起肠道生病？又有什么方法可以帮助我们预防肠道疾病？这篇小贴士带你了解。

大肠和小肠是“通往身体的门户”，每天不停地消化食物，吸收养分，因此肠道状态的好坏对健康至关重要。而当今许多人食谱中普遍存在“三高一低”的问题，即高脂肪、高蛋白、高热量和低纤维素。快餐红肉等高脂饮食不断增加，蔬菜水果摄入较少，缺乏有助于消化和分解脂肪的膳食纤维。特别是对于需要长期久坐、缺乏运动的年轻白领，更容易减缓肠道蠕动，刺激肠壁引起排便紊乱，使毒素在肠道内延长滞留时间，对肠道造成更重的负担。 此外，人的情绪也会影响到肠道健康。工作紧张繁忙、经常应酬、精神压力过重、焦虑、抑郁等，都可能会导致内分泌功能失调、肠道功能紊乱。情绪对肠道的影响体现在两方面：一是肠胃功能障碍，比如厌烦情绪可引起食欲下降、反胃或精神性贪食；二是肠易激综合征，比如紧张情绪导致腹泻、功能性肠炎，情绪压抑可导致便秘等。 更值得关注的是，近30年来，大肠癌发病率呈增长趋势。有专家表示，大肠癌是可以预防的，关键在于饮食和运动。下面这几个好习惯，帮你呵护肠道健康。

定期让肠道休息。每10天左右选一个休息日，以蔬菜水果为主吃七八成饱，让肠道得到休息，有利于清空肠道内的食物残渣（若血糖不稳定，不要使用此方法）。 定点吃饭。无论工作多忙，也要抽出时间保证三餐规律。饭后不要立刻开始工作，适当活动，比如散步15分钟。 睡前不吃太多东西。如果加班回家后感觉饿，可以吃个水果或喝杯温牛奶，这样做不会给肠道制造额外负担。 不偏食。早、中、晚三餐时可以换换口味，鱼、肉、蛋、蔬菜、水果齐全，使肠道吸收营养均衡。 不熬夜。养成早睡早起的好习惯，条件允许的话应在晚上10点半上床，睡前用热水泡泡脚更好。 坚持运动。每天抽出1个小时进行体育运动和锻炼，如游泳、慢跑、打球等，老年人可以跳跳广场舞、打打太极拳。 /新华社

## 防控慢阻肺 你我携手行

11 月 19 日，四平市中心人民医院呼吸内科举办喜迎“世界慢阻肺日”大型义诊宣教活动。

当日上午，该医院呼吸内科主任苑波带领科室医护团队在门诊大厅为病友及家属讲解慢阻肺相关知识、耐心解答咨询、免费提供肺功能测定和血压测量、发放宣传资料、慢阻肺疾病教育手册等服务，受到广大患者及家属的好评。据称，慢性阻塞性肺疾病（简称“慢阻肺”），临床表现为长期反复咳嗽、咳痰、气喘，久而久之将演变成肺心病、呼吸衰竭，可累及全身各系统，被称为“沉默的杀手”。

此次义诊活动，提高了市民对慢阻肺的知晓率以及防治慢阻肺的意识，对慢阻肺患者传递一个积极向上的态度，让患者进行自我管理、自我监测、坚持长期规范的治疗手段。对于慢阻肺的治疗，从来都不早，也从来都不晚，愿在全社会的共同关注下，患者能有一个健康舒畅的呼吸环境。

/ 记者 高鸿 报道 摄


## 抵 账 房 急 售

天伦中央广场 19 楼，52 平，售价 50 万元，12 楼 52 平，售价 49 万元

**售房热线:13321587830、0431-89163555**

## 四马路门市出租

129 平，实际可使用面积 260 平，年租金 17 万元

250平，实际可使用面积 500平，年租金20 万元

**售房热线:13321587830、0431-89163555**

## 大马路门市房出售

151 平 430 万元，可以改成四层

75 平 224 万元，可以改成四层

**售房热线:13321587830、0431-89163555**

**老年公寓**

●抛绣单人间600元起 18043129022

**回 收**

●高价收烟酒冬虫夏草 13844888328


## 声 明

天安人寿保险股份有限公司吉林分公司银保通正本打印纸遗失声明作废，号段如下共 60 件。00024775826301008-00024775855601008，00024775901201008-00024776304801008，00024776812601008-00024776955801008.

## 声明公告

### 减资清算公告

吉林省联合股权投资基金管理有限公司因经营需要，经公司股东会决议决定，依法减资，从（原登记注册资本壹仟万元整，减至壹拾万元整），请本公司债权人，于本公告发布之日起四十五日内到本公司申报债权，办理相关手续。

公司地址：吉林省长春市朝阳区东民主大街 12 号 102-1 室

联系人姓名：丛雅兰

联系电话：17790099549

## 通 告

广大售粮人：我司于 2015 年 11 月 9 日与梨树县德春粮食贸易有限公司签订了《2015 年国家临储玉米收储租库合同》（合同编号为：ZFYZ-ZK-20151109-05），用于开展 2015 年度国家临时储备玉米收储业务。因我公司在其库点代为收储的国家临时储存玉米现已全部出库完毕，故我司已于 2019 年 10 月 31 日前终止与其的相关合作（合同）关系。自 2019 年 11 月 1 日起，在上述库点开展的粮食收购、销售等任何业务均与我司无关，望广大售粮人知悉。广大售粮人送粮时，如出现收粮企业对售粮人打白条或其他拖欠粮款的情况，请及时向相关部门举报反映，以免自身利益受损。

梨树县德春粮食贸易有限公司

地址：吉林省四平市梨树县郭家店镇铁路桥东侧

法定代表人：刘德志 特此告知！

**中纺油脂长春有限公司 2019 年 11 月 25 日**

## 拍卖公告

吉林省宜通拍卖有限公司受委托将于 2019 年 12 月 10 日上午 9 点 30 分在四平市吉平宾馆六楼会议厅，对下列资产分别进行公开拍卖：1、位于吉林省长春市南关区冠城国际吉商大厦 12 套写字间整体打包再次拍卖（缺相关证件，未交工、验收，系在建工程），建筑面积共计约 2899.46 平方米，降价后拍卖保留价 19,553,960.00 元。2、位于长春市南关区亚泰大街 3480 号中环 17 区 14 栋商业用房三年期租赁权，总面积约 191.05□，拍卖保留价 38.1 万元。本公司只对该标的按现状进行拍卖，我公司不承担任何瑕疵担保责任，成交后委托方负责移交标的。有意竞拍者请携带本人身份证及相应竞买保证金的汇款凭证办理竞买登记手续。

登记时间及地点：自公告日起至 12 月 9 日下午 3 点止，四平市铁西区华宇二期香域蓝山南门华宇 U 空间三楼

展示地点：标的物所在地

联系人及电话：张先生 17390976855

**吉林省宜通拍卖有限公司**

**2019 年 11 月 26 日**

## 拍卖公告

长春市房地产开拍卖有限公司受委托，对下列标的物依法进行公开拍卖。

标的物为：长春市绿园区升阳街西安花园小区 22 栋的商业服务用房。

房屋建筑面积：1443.22 平方米，产权有证。

拍卖参考价：12600 元 / 平方米。

有意竞买者请携带有效身份证明及保证金 400 万元。

展示登记时间：2019 年 11 月 26 日至 12 月 2 日。

拍卖时间：2019 年 12 月 3 日上午 09 时。

拍卖地点：长春市南关区新发路 218 号。（省政府斜对面）。

联系电话：0431-82762310 18088630765 刘女士

吉林靖宇经济开发区规划

## 环境影响跟踪评价第二次公告

受吉林靖宇经济开发区管理委员会委托，吉林省林昌环境技术服务有限公司承担了吉林靖宇经济开发区规划环境影响跟踪评价报告书工作。现对吉林靖宇经济开发区规划基本情况信息公告如下：

**一、靖宇经济开发区概况**

（1）规划目标、主导产业 吉林靖宇经济开发区主要企业为以矿泉水资源为主导的矿泉饮品加工产业及以长白山人参及特色生态农副产品为主导的特色生态产品加工产业。（2）总体布局 吉林靖宇经济开发区规划总面积为 11.8km²。规划范围南起农夫山泉水厂，西界沿青龙泉水源地向北延伸到桃源泉，北边沿青龙河左岸、靖姜公路向东延伸至西洋参集团公司，东界由西洋参集团公司沿恶河右岸上塑至农夫山泉水厂。

**二、规划调整建议和环境影响减缓措施**

（1）规划调整建议 建立靖宇经济开发区环境管理指标体系，建立和完善开发区水资源，企业污染源，区域大气环境、水环境及声环境常规监测、监控机制。根据开发区主导产业，合理调整产业结构并在靖宇经济开发区内外构建完整科学的产业链。（2）环境影响减缓措施 加强靖宇经济开发区的绿地规划，提高水资源的重复利用率。入区企业必须按环保要求对厂区进行地面硬化及防渗措施。全面加强配套管网建设，确保开发区企业废水满足靖宇县污水处理厂进水水质要求。

**三、跟踪评价初步结论**

在实施提出的整改建议和严格环境准入的条件下，可满足国家有关产业政策和相关规划要求，经治理后各污染物可实现达标排放，可将项目的不利影响降到最低，对中新食品城的发展起到推动作用。

**四、环境影响报告书征求意见稿全文网络连接**

http://jyx.cbs.gov.cn/wzsy/gsgg/201911/t20191125_450335.html

**五、查阅纸质版报告书的方式和途径**

公众到建设单位或环评单位进行查阅。

**六、征求意见的公众范围**

工程周边公众。

**七、公众意见表的网络链接**

http://jyx.cbs.gov.cn/wzsy/gsgg/201911/t20191125_450335.html

**八、公众索取环境信息的方式和途径**

公众通过电话或电子邮件的形式向建设单位或环境影响评价单位索取。

**九、公众提出意见的起止日期**

信息公开后 10 个工作日以内。

**十、联系方式**

| 建设单位及联系方式 | 环境影响评价单位及联系方式 |
|---|---|
| 建设单位：吉林靖宇经济开发区管委会 | 单位名称：吉林省林昌环境技术服务有限公司 |
| 联系人：高主任 | 联系人：冉工 |
| 电话：18643975081 | 电话：18043642577 |
| E-mail:346089678@qq.com | E-mail:2267416348@qq.com |

## 声明公告

长春市密斯万象酒店管理有限公司不慎遗失银行开户许可证，开户行：中国民生银行高新支行 核准号：J2410035893401 声明作废

辽源大地保险交强险流水号2264838，商业险 204279399，标志 206208485 丢失声明作废

## 声明公告

中国人民财产保险股份有限公司长春市分公司第一营业部丢失一张保单，单证名称：交强险保单 2013 版，单证识别码：AEDZAA2013Z00，单证流水号：22001900052487 声明作废

长春市捷兴运输有限公司原法人章 2201022157040 丢失、法人沈宗娜 声明作废

云佰会将吉 A627R7 华安财产保险股份有限公司商业保单丢失，流水号 190000596796，声明作废

吉林省海格旅游汽车有限公司松江河客运分公司将开户许可证遗失，核准号J2461001009101声明作废

宽城区维莉通讯器材经销处将营业执照正本丢失，统一社会信用代码92220103MA148W2301，声明作废

吉J7899A 华安商业险被保险人孙亚男将保单丢失，保单号6270101030220190029847 声明作废

## 声明公告

绿园区温阁华宾馆泰来街店（统一社会信用代码92220106MA14J96K2X）遗失公章一枚，财务专用章一枚，声明作废，如有经济纠纷一切后果都有本宾馆负责。与其它机构无关

绿园区辣牛牛麻辣烫店将营业执照正副本丢失注册号220106603233379 声明作废

桑宇不慎将闰民大成小区 1-1-101 室长春市公租房管理有限公司开具的 21100 元押金票据丢失，声明作废

吉林省超跃建筑工程有限公司法人章号 2201991988423 丢失，声明作废

登报声明：杨志军存档手册 59995 丢失作废

朝阳区三人行纸包烤鱼店将营业执照正本丢失，统一社会信用代码92220104MA1728AW3Q声明作废

## 声明公告

经济技术开发区中东大市场锡纸金针菇快餐店将营业执照副本，注册号：220108603016147 丢失，声明作废

经济技术开发区锡纸金针菇快餐店将食品经营许可证副本许可证编号：JY22201070001487 丢失，声明作废

德惠市高占胜运输户将营业执照正副本丢失注册号：220183060061564 声明作废

吉林市蔚蓝及益善堂健康咨询服务中心遗失食品经营许可证副本，许可证编号JY12202040107515，声明作废

长春市一米阳光文化传播有限公司将财务专用章丢失声明作废

长春博雅汽车用品有限公司公章、财务章、法人章 法人：边志国），丢失声明作废

姜范是南海之滨业主，不慎遗失南海之滨房款收据，收据编号：5751670，金额：630742 元，声明作废

## 声明公告

**减资公告**

吉林省融商科技有限公司（统一社会信用代码91220105309943285F法定代表人李博），经股东（大）会决议，拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币 1000万元减少至 700 万元。自本公告见报之日起 45 日内，债权人有权要求本公司清偿债务或提供相应担保。

本公司联系人：侯强

联系电话：13074315470

联系地址：长春市二道区东环城路 5688 号 特此公告。

吉林省融商科技有限公司

2019 年 11 月 25 日

吉林省远建公路工程监理咨询有限公司营业执照正副本，注册号2200002010645 丢失声明作废

吉林省通途公路工程监理咨询有限公司营业执照正副本注册号2200000000000592 丢失声明作废

## 声明公告

我公司吉林省美瑞金属材料有限公司□开户许可证》核准号J2410024300602。《机构信用代码证》代码为G1022010302430060M。法人章 王桂芳印 丢失 特此声明

闫国范 1998 年 8 月 27 日在中国人保榆树支公司承保长效家财保单丢失，保单号码PJCB199822018200000011 声明作废

长春只楚汽车部件有限公司财务章丢失，声明作废

声明：辽源市易兴家居装饰材料有限公司公章、财务章、法人章丢失印章无编号，现声明作废

**天天信息**

0431—81916456

请准备相关广告证件，拨打电话

《天天信息》是为信息供求双方提供便利的平台。请双方认真查验相关证件和手续的真实性、时效性。所有信息均不作为您签定合同或交易的法律依据，如有问题，本报概不负责。

**特别提示：**

正文：6 号准圆字体 14 字内为 1 条

标题大字：小 4 号字大黑体 8 字内按二条正文计费

标题特大字：小 2 号字大黑体 4 字内按三条正文计费