

房产手续挂失

刘澄,不慎将大钢翠馨苑宿舍18-5-6的全套房手续遗失,特此声明。

陈利,不慎将其母李洁(已故)的大钢青楼宿舍X3-3-12的购房发票遗失,特此声明。

车辆出入证挂失

不锈钢冷轧厂杨瑜,车牌号:晋A84A55

山西钢建机械施工公司刘俊红,车牌号:晋AN1181

以上单位、个人不慎将车辆厂区通行证遗失或注销,特此声明。

挂失

炼钢一厂赵文光,卡号:30461164

炼钢二厂田建泽,卡号:03304404

炼铁厂王超,卡号:09204622

不锈钢冷轧厂任斌,卡号:08306101

冷轧硅钢厂董杰,卡号:03901201

冷轧硅钢厂李瑾,卡号:03901128

冷轧硅钢厂要拴柱,卡号:03901547

冷轧硅钢厂王金盛,卡号:30817275

不锈钢热轧厂梁金颀,卡号:08400989

焦化厂贾未章,卡号:09402931

能源动力总厂董凯,卡号:30452723

能源动力总厂翟现永,卡号:30458244

能源动力总厂敦巍,卡号:07601199

加工厂陈学军,卡号:04202070

加工厂左安大,卡号:04200703

型材厂李成,卡号:30434096

型材厂李和贵,卡号:30454181

型材厂刘高举,卡号:30524211

型材厂赵达政,卡号:30452245

型材厂路海元,卡号:09500251

物流中心雷荣,卡号:30424158

物流中心姬海兵,卡号:30423395

不锈钢线材厂刘永强,卡号:10900477

电气公司贺文杰,卡号:30431556

东山矿林志刚,卡号:90001424

钢运物流冯旭春,卡号:30436053

钢运物流寇冠文,卡号:30523409

山西钢建傅东卫,卡号:21000273

山西钢建硅钢功能维护项目部郝帅,卡号:30460007

山西钢建环保设备制造厂常世忠,卡号:30352566

以上职工大钢出入卡遗失或注销,特此声明。

意大利专家:人类无法与新冠病毒共存

新华社北京7月9日电《参考消息》9日刊登西班牙《世界报》网站报道《为什么我们不能与新冠病毒共存,就像与流感共存一样?》。摘要如下:

事实上,新冠肺炎和流感有多个共同点。两者都存在具有传染性和潜在致命性的呼吸道病毒,都可以通过气溶胶、飞沫和受污染的物体表面传播。症状至少在最初是相同的:发烧、咳嗽、头痛和疲劳,以至于在冬天将新冠肺炎患者与流感患者区分开来似乎很困难。

但是,这两种疾病之间的差异才是更重要的问题。“新冠病毒具有更强的传染能力,传播速度更快,而且正如我们所看到的那样,它可能导致更严重的疾病并造成长期后果。”米兰加莱亚齐医院病毒学家法布

里齐奥·普雷利亚斯科强调说。

“事实上,从新冠病毒感染中恢复后,有20%的病例会出现这种情况,”普雷利亚斯科说,“其中包括糖尿病、高血压甚至神经系统问题:从缺乏协调性到对热的耐受性降低。新冠病毒会影响神经系统,并且已经出现了味觉和嗅觉受损等症。”

普雷利亚斯科说:“新冠病毒的传染性更强,也是因为其症状需要更多时间来表现出来,人们在没有意识到自己生病的情况下,可以在数天之内继续他们的生活,同时有感染他人的风险。此外,新冠病毒的感染持续时间比流感更长。”

“流感从症状出现前一两天到症状出现后四五天具有传染性。而就新冠病毒而言,可

以在整个潜伏期(平均为五天)内传染他人,然后只要患者继续检测呈阳性,就能一直传染他人。在感染的前十天传染性最强。”

新冠肺炎与流感的另一个区别是:我们更容易做到免受季节性流感的侵害。普雷利亚斯科说:“尽管流感病毒每年都在变化,但我们的身体仍保留了对以前病毒的生物记忆,这在一定程度上保护了我们。身体对以前接种流感疫苗的生物记忆也发挥了这种作用。这就解释了为什么6000万意大利人不会都感染流感,而每次只有400万到900万人会感染。然而,在新冠肺炎的情况下,这一切都不会发生,因为这是一种‘新’病毒引发的疾病。”

小心,脂肪肝变肝炎!

随着生活水平的不断提高,人们的饮食习惯发生了极大改变,高热量、高代谢的食物正在成为餐桌上的主角。近年来,我国脂肪肝越发常见,其发病率也逐渐增高。7月28日是第十一个世界肝炎日,业内人士表示,非酒精性脂肪性肝病已成为我国严重的公共卫生问题,广大群众、医务人员对其认知程度仍然有待提高。如果不进行干预,部分患者可能发展为脂肪性肝炎,甚至肝癌,亟须引起重视。

脂肪肝有多常见?

记者在首都医科大学附属北京佑安医院肝病门诊采访了解到,近年来脂肪肝等非酒精性肝损伤和药物性肝损伤呈现发病率上升和年轻化趋势。

36岁的患者董先生血脂代谢异常合并脂肪肝前来复诊。肝病专家、首都医科大学附属北京佑安医院门诊部主任于红卫介绍,脂肪肝是血脂异常的常见并发症,由于我国预防措施相对滞后,血脂异常合并脂肪肝的发病率逐年上升,且患者有年轻化趋势。

于红卫说:“大多数患者是通过体检检查出患有脂肪肝,由于该病早期几乎没有任何症状,很多患者就忽视了,有的体检医生也没有做到有效提醒。”

董先生告诉记者,自己是在两年前单位体检发现的脂肪肝,没当回事,日常应酬、喝酒没有任何改变。直至今年上半年右上腹有不适感,才来到医院进行检查,最终得知已经发展为重度脂肪肝伴有血脂异常。

中国肝炎防治基金会常务副理事长杨希忠介绍,由中华医学会肝病学会脂肪肝和酒精性肝病学组联合中国

医师协会脂肪性肝病专家委员会发布的《非酒精性脂肪性肝病防治指南(2018年更新

脂肪肝如何变肝炎?

北京地坛医院肝病中心副主任医师刘如玉介绍,脂肪肝可以发展成肝炎,进而有可能导致肝癌,大致分为单纯性脂肪肝、脂肪性肝炎、肝纤维化或肝硬化、肝细胞癌4个阶段。

“第一个阶段为单纯性脂肪肝,单纯脂肪肝是由于人体摄入或自身合成了过多脂肪,聚集到了肝细胞中,让肝细胞变‘胖’了。”刘如玉说,随着生活水平的提高和饮食习惯的改变,目前大部分患者都处于这一阶段。而当肝细胞变“胖”到超过能够承受的范围,就会破裂坏死,发生肝损伤导致肝功能异常,此时就发展为脂肪性肝炎了。

专家介绍,当脂肪肝患者肝功化验中的谷丙转氨酶、谷草转氨酶和γ-谷氨酰转肽酶中的一项或几项处于长期升高状态,可能就属于脂肪性肝炎了。刘如玉说,脂肪性肝炎患者如不及时治疗,长期的炎症会使肝脏出现类似疤痕的纤维组织,发生纤维化,使肝脏变硬,甚至发生肝硬化。提示,肝功能异常的人群,当B超报告提示肝实质回声增粗、密集,或有肝弥漫性病变时要有警惕。

长期肝纤维化会导致肝硬化。刘如玉介绍,研究显示,非酒精性脂肪性肝炎导致的肝硬化患者5年内患肝细胞癌的风险高达11.3%。刘如玉说:“肝硬化或各类肝炎患者,都应定期抽血化验甲胎蛋白并结合肝脏B超进行筛查,如果连续数周异常升高,要注意警惕。”

脂肪肝可以逆转

有关专家介绍,相比于病毒性肝炎而言,脂肪肝患者其实部分是可以

通过饮食、运动

逆转的。需要避免长期饮酒等伤肝行为,同时,要注意控糖、多吃膳食纤维、多运动。

要避免长期节食、吃素。专家表示,如果靠节食、或长期严格吃素减肥,会导致营养不良,并且体内载脂蛋白减少,反而会促进脂肪堆积在肝脏。

此外,要避免乱吃药和保健品。如今,许多人对健康越来越重视,于是把期望寄托在了保健品身上。“长期乱吃药和保健品会给肝脏带来巨大的负担,进而可能导致药物性肝损伤。”于红卫说,“药物性肝损伤是最常见和最严重的药物不良反应之一,重者可致急性肝衰竭甚至死亡。”

专家提示,日常饮食要控制糖分的摄入。“糖和脂质在体内是可以互相转化的。脂肪肝患者如果仅是少吃含油脂高的食物,而不注意限糖,一样会加重脂肪肝。”刘如玉说,要多吃膳食纤维,多运动。蔬菜水果等食物中的膳食纤维可以改善胰岛素抵抗、减缓脂肪吸收、促进胆固醇排泄。

我出生在山西的雁北地区,一个两省交界的小县城广灵。不知从何时开始,当地人就以农牧为生,一年里生活的好坏往往都要看“老天爷”的脸色。

由于气候寒冷,大多数人选择种植耐寒的粗杂粮品种。在童年的记忆里总会闪现出一块块金灿灿、热腾腾的黄糕,一家人围坐在土炕的周围,一人一碗泡糕菜,眼巴巴地等着老人为自己碗里分上一块香甜筋

到的美食。在当地,人们日常的三餐食物主要以小米、土豆、莜面糕为主,一旦家里来了重要的客人便会张罗着炸糕。久而久之广灵



翠竹新雨

刘明砺 摄

新华社北京8月10日电(记者田晓航)随着立秋后天气逐渐凉爽,去野外秋游、采摘的人越来越多。医学专家提醒,野外出行要警惕昆虫过敏,发生严重过敏反应有可能危及生命。

北京协和医院变态反应科副主任医师关凯说,在我国,常见的蚊子有按蚊、库蚊、伊蚊,它们在立秋后叮咬人类往往更加猖獗,叮咬过敏感体质人群可能引发丘疹性荨麻疹,叮咬处可能会出现大小不等的大丘疹。仔细观察,会在大丘疹中央看到被叮咬后的刺孔,严重时会出现小水泡、破溃,瘙痒明显,通常持续1至2周。

而蜜蜂、胡蜂、蚂蚁叮咬可引发严重过敏反应,不但发作急骤,通常在数分钟内患者还会出现全身潮红、皮疹、呼吸困难,严重者血压下降、意识丧失,甚至危及生命。

“户外旅游爱好者尤须警惕蜜蜂或胡蜂蜇刺过敏。”关凯说,蜇刺过敏反应分为

金秋野外游玩当心昆虫过敏

普通局部反应、大局部反应以及全身性严重过敏反应3个类别。其中,大局部反应是指蜂蜇局部肿胀直径超过10厘米,且持续时间超过1天;全身性严重过敏反应是指蜂蜇部位以外的组织和(或)器官出现症状。

关凯建议,严重过敏反应患者除了查明过敏原因后采取相应回避措施以外,均需配备急救包,急救包内要有可自动注射的肾上腺素笔。他说,根据欧美国家经验,使用50至200微克作为维持剂量的蜜蜂或胡蜂蜂毒进行脱敏治疗,可以使75%至95%的严重过敏反应患者实现临床治愈。

专家提醒,昆虫种类及数量是非常庞大的,不可避免地与人生活产生交集,因此,过敏体质人群需格外警惕昆虫过敏,在野外游玩要随身携带常规抗过敏药物,必要时还需携带急救药物和设备,确有必要者可前往医院变态反应专科检查与评估后再安全出行。

雁北油糕——舍得

谭勇

人吃糕吃出了文化,吃出了历史,当然广灵的油糕也有着很多故事。

小时候常听爷爷讲,人的一辈子非常短暂,能为自己活着的时间少之又少,大多数人从懂事起就开始讨家开心,为父母忙碌,结婚后又为爱人、孩子操心。

如今细细一算,我这四十五的年龄已经剩下最后一次的机会了,而且这最后的一次自己也吃不上。只能哈哈一笑,为爷爷当初的话感叹!捋捋胸口开导自己,好好珍惜吧,时光如梭,别总这也舍不得,那也舍不得,再有舍不得的时候想想你只剩下最后一次享有油糕的机会了,你就觉得啥都舍得了。

地人会非常隆重为孩子庆祝;第二次是结婚,家家户户在这一天都会炸上足够油糕用来款待亲朋邻里;最后一次是在生命结束的那一天,活着的人会为死者炸糕上供,敬香磕头,保佑亲人脱离尘世苦海安享西天极乐。