



秋季清肺、润肺 三种体质要分清

秋天重在养肺。广东省第二中医院呼吸与危重症医学科主任陈宁教授指出,对慢性肺部疾病的患者来说,针对肺的生理功能和烟毒的病理特性,宜以清热化痰、养阴润肺为法。但要注意的,对于吸烟人群,不同的体质在清肺、养肺的调理上是不一样的,需根据个人的体质来辨证治疗。

所谓清肺,就是将肺部的垃圾排出去,食疗不失为一种行之有效的方法。那该如何根据体质来清肺呢?陈宁表示,一般吸烟人群多分为三种体质,分别是湿寒体质、湿寒体质和阴虚火旺,适合各体质的清肺食疗方如下——



湿寒体质

特点:表现为体形偏胖、面泛油光、舌质偏红苔黄腻等症状。可多吃一些白茅根、薄荷、冬瓜、扁豆等健脾祛湿的食物。

推荐:冬瓜排骨汤

冬瓜200克,排骨100克,生姜1块,干贝50克。将排骨洗净,放入沸水中焯烫后去血水,捞出,沥干水分;生姜洗净拍松;冬瓜切厚片;砂锅中放入清水,加入排骨、干贝和生姜,大火烧开后用小火煲40分钟,待排骨熟透后加入冬瓜片,冬瓜煮熟后,加入调味品即可。

阴虚火旺体质

特点:表现为面部潮热、口干舌燥、眼睛干涩等症状。可多吃枸杞、麦冬、五味子等滋阴降火的食物。

推荐:麦冬茶

麦冬、党参、北沙参、玉竹、天花粉各9克。将所有材料磨成粉,然后用开水冲茶喝,每天一次。

湿寒体质

特点:表现为脸色苍白、手脚冰冷、小便颜色淡等症状。可多吃一些生姜、红枣、陈皮等温阳祛湿的食物。

推荐:红豆薏仁粥

薏米50克,枣10克,赤小豆25

克,仙鹤草5克,白砂糖适量。将薏米、红豆以温水浸泡半日;用纱布将仙鹤草包好;大枣去核浸泡;将薏米、红豆、仙鹤草、大枣一同放入锅中;加水煮成稀粥,最后撒上糖调味即可。

喝中药汤剂时可以加糖吗?

中药有寒、热、温、凉四气和辛、甘、酸、苦、咸五味。大部分孩子无法接受中药汤剂苦涩的味道,家长往往会在汤药里加入一些蜂蜜,让中药的味道能够顺口些,其实是不错的选择。蜂蜜的主要成分是果糖和葡萄糖,易被孩子的肠胃吸收,且营养丰富,具有润肺、润肠等药用价值。但也需注意,蜂蜜中的多种微量元素有可能改变药效。

但如果往中药汤剂里添加白糖,就要另当别论了。不同口感的中药具有不同的药效。白糖性偏热,有些汤剂加入白糖,会改变药性而影响疗效。即使往中药里加糖类调味,也要注意用量,把一碗中药弄得太甜,实在是没有必要。孩子或老年人在饮服汤剂后,可以含一块水果糖以减少药的苦味。

(据中国经济网)

骨性关节炎患者一定要吃止痛药吗?

骨性关节炎患者,特别是中、重度骨性关节炎,通常都伴有明显的疼痛,很多患者错误地认为止痛药物只是起到镇痛作用,因此拒绝使用。

常用的止痛药物有非甾体类镇痛药和吗啡类药物,前者是通过抑制炎症介质的释放等达到止痛目的,后者是通过阻断疼痛感受的通路获得止痛效果。

骨性关节炎本身是一种

由于软骨退行性变导致的关节炎症反应,使用非甾体类等抑制炎症反应的药物,可以有效地控制关节内的炎症反应,减少关节内组织及关节周围韧带、肌肉等由于炎症刺激引起的不可逆性损伤。在此基础上,可以减轻患者的疼痛感。因此,对于大多数患者,如无禁忌的话,建议在医生的指导下规律使用止痛药治疗骨性关节炎。

(据中国经济网)

江西省安标工程项目管理有限公司关于南昌市康志实业有限公司零配件定点及设备定点采购项目(招标编号:JXAB2021030)中标结果公告

江西省安标工程项目管理有限公司受南昌市康志实业有限公司委托,就南昌市康志实业有限公司零配件定点及设备定点采购项目(招标编号:JXAB2021030)采取公开招标方式采购。采购活动于2021年10月9日14:30时在江西省安标工程项目管理有限公司举行。经评标小组评审,采购人确认,中标结果如下:

包号	名称	数量	服务期	中标供应商	中标折扣率
01	零配件定点采购项目	1批	壹年	晋江通泰贸易有限公司	96%
02	设备定点采购项目	1批	壹年	晋江通泰贸易有限公司	94%

评标小组成员名单:郑晓芳、汤放生、张萧怡、许居生、郑栋。特此公告! 采购人名称:南昌市康志实业有限公司 联系地址:江西省南昌市高新大道613号 联系人:黄科长 电话:15970680999 采购代理机构名称:江西省安标工程项目管理有限公司 详细地址:江西省南昌市西湖区抚生南路1618号朝阳时代广场2栋16楼 联系人:王丽芳、马亚静 联系电话:0791-87897767 电子邮箱:jxabgl@126.com

经济晚报刊登热线:18970034856

江西省南昌县烟草专卖局 收回烟草专卖许可证公告【2021】年第18号

以下持证户因六个月内未经营,经我局公告后,也未来我局办理相关手续,我局已作收回。因无法收回下列烟草专卖零售许可证,根据《烟草专卖许可证管理办法实施细则》规定,现予以公告,一经公告即视为收回。

许可证号码	企业名称(字号)	法定代表人(负责人)	经营场所
360121120317	加加来超市	严玉明	江西省南昌市南昌县百城经典小区3号楼6号门店
360121123166	南昌县林里便利店	林峰	南昌县南昌县莲塘镇西路1088号彭安新区8栋底店店面
3601211222990	南昌河马生鲜超市有限公司	黄福梅	江西省南昌市南昌县莲塘镇西路678号
3601211223444	南昌恒大酒店有限公司	刘宇	江西省南昌市南昌县迎宾中大道3988号综合楼

江西省南昌县烟草专卖局 2021年10月13日

江西省南昌县烟草专卖局 收回烟草专卖许可证公告【2021】年第17号

因下列烟草专卖零售许可证停止经营业务六个月内以上不办理相关手续,根据《烟草专卖许可证管理办法》第五十条规定,现予以公告,请该持证户办理相关手续。公告期一个月,期满后,本局将依法予以收回。我局地址:江西省南昌市南昌县澄湖北大道969号,联系电话:0791-85762760。

许可证号码	企业名称(字号)	法定代表人(负责人)	经营场所
360121123666	南昌县李慎亮水果店	李慎亮	南昌县南昌县莲塘镇向阳路408号
360121121357	南昌县王燕食品经营店	王燕	南昌县南昌县莲塘镇王家村风路488号
360121122331	南昌县蒋巷飞成购物广场	李红国	南昌县南昌县蒋巷镇西大道266号(南昌影视传播职业学院内)
360121122747	南昌县和云乐生鲜便利店	龚敏	莲塘镇迎宾中大道2529号馨雅北苑住宅区6栋116室

江西省南昌县烟草专卖局 2021年10月13日

拍租公告

受委托,我公司定于2021年10月20日下午15:00对以下标的进行公开拍租,现公告如下:

- 一、拍租标的:**南昌市青山湖区上海路住宅区32-34栋之间上海路街道办事处办公楼一楼北面2.6号店面三年租赁权拍租,标的①、2号店面(啄木鸟百货)面积约26.4㎡,标的②、2号店面(小周百货)面积约23.72㎡,标的③、6号店面(好来吃饼庄)面积约18.47㎡。
- 二、拍租方式:**有保留底价的增价拍租。
- 三、标的展示时间、地点:**即日起标的所在地现场展示。
- 四、竞买登记手续办理:**①有意竞买人应将竞买保证金每个标的3万元汇入指定账户(到账截止时间为2021年10月19日16:00)。②保证金确认到账后,竞买人携有效证件于2021年10月19日17:00前办理竞买登记手续,并交纳报名资料费每个标的500元(不退)方可取得竞买资格,逾期不予办理。
- 五、报名地点:**江西省南昌市西湖区子安路88号A座20楼
- 六、其他:**未尽事宜详见《租赁合同》及《拍卖公司《拍租文件》
- 七、联系电话:**0791-86397632 13970093938

江西汇通拍卖有限公司 2021年10月13日

拍租公告

受委托,我公司定于2021年10月20日上午10:30对以下标的进行公开拍租,现公告如下:

- 一、拍租标的:**南昌市青山湖区上海路住宅区32-34栋之间上海路街道办事处办公楼一楼北面8.9、10号店面三年租赁权拍租,标的①、8号店面(重庆小吃)面积约18.63㎡,标的②、9号店面(佛教用品店)面积约16.44㎡,标的③、10号店面(创意造型私人订制)面积约16.44㎡。
- 二、拍租方式:**有保留底价的增价拍租。
- 三、标的展示时间、地点:**即日起标的所在地现场展示。
- 四、竞买登记手续办理:**①有意竞买人应将竞买保证金每个标的2万元汇入指定账户(到账截止时间为2021年10月19日16:00)。②保证金确认到账后,竞买人携有效证件于2021年10月19日17:00前办理竞买登记手续,并交纳报名资料费每个标的500元(不退)方可取得竞买资格,逾期不予办理。
- 五、报名地点:**江西省南昌市西湖区子安路88号A座20楼
- 六、其他:**未尽事宜详见《租赁合同》及《拍卖公司《拍租文件》
- 七、联系电话:**0791-86397632 13007228411

江西汇通拍卖有限公司 2021年10月13日

拍卖公告

受委托,我公司定于2021年10月20日10:30分在本公司拍卖大厅面向社会公开拍租:赣F3T670江铃皮卡柴油车一辆,注册日期2009年9月,年检保险已逾期,起拍价:900元,竞买保证金5000元。

采用有保留价的增价拍卖方式,有意者请持有效证件及复印件4份、保证金进账单到本公司办理报名登记手续,报名及保证金进账单截止10月19日16:00时止。
户名:江西东盛拍卖有限公司;
账号:3605 0185 0153 0000 0080;
开户行:中国建设银行抚州市分行青云峰支行。
联系方式:电话(18679409210黄);
抚州市背山路3号。

江西东盛拍卖有限公司

公告

饶文俊:本院受理原告丁伟 诉你民间借贷纠纷一案,因你下落不明,现依法向你公告送达起诉状副本、应诉通知书、举证通知书、诉讼告知、合议庭组成人员通知及开庭传票。自本公告发出之日起,经过60日即视为送达。提出答辩状和举证的期限分别为公告期满后的15日和15日内。并定于举证期满后第3日上午9时30分(遇法定节假日顺延)在本院上渡法庭公开开庭审理,逾期将依法缺席判决。
江西省抚州市临川区人民法院

中国人寿保险股份有限公司安福县支公司泔坑营销服务部经营保险业务许可证遗失声明

我公司下属机构中国人寿保险股份有限公司安福县支公司泔坑营销服务部不慎将流水号为0264915的经营保险业务许可证遗失,声明作废:

机构名称:中国人寿保险股份有限公司安福县支公司泔坑营销服务部
机构编码:000005360829002
流水号:0264915
成立日期:2003年12月03日
机构住所:江西省吉安市安福县泔坑镇人民路48号
业务范围:对营销员开展培训及日常管理,收取营销员代取的保险费、投保单等单证;分发保险公司签发的保险单、保险收据等相关单证;接受客户咨询、投诉。
经营区域:江西省吉安市安福县泔坑镇行政区域内
主要负责人:吴琳 **联系电话:**18370688548
发证机关:中国银行保险监督管理委员会吉安监管分局
发证日期:2020年10月05日
制证机关:中国银行保险监督管理委员会

中国人寿保险股份有限公司吉安分公司
2021年9月29日