2023年6月12日 星期一
主编 胡敏 责编 余麟
视觉 胡颖 耿士明 校审 王志洪

广州市发现2例猴痘病例

做好健康防护 猴痘其实不可怕

猴痘虽然远不及天花凶险，但仍然是一种严重威胁人类社会安全的传染病。6月10日，广州市监测发现2例猴痘病例。病例分别为43岁男性和29岁男性，目前病例正在定点医院进行隔离治疗，症状较轻。什么是猴痘？它是通过哪些途径传播的？如何有效防护呢？

什么是猴痘？

猴痘是一种病毒性人畜共患病，人类出现的症状与过去在天花患者身上所看到的症状相似。但是自1980年世界上消灭天花以后，天花已不复存在，而猴痘仍然在非洲部分地区散发。

猴痘发生于非洲中西部雨林中的猴类，也可感染其他动物，偶可使人类受感染。临床表现类似天花，但病情较轻。这种疾病由猴痘病毒造成，它属于一个包括天花病毒，并在天花疫苗中采用的病毒和牛痘病毒的病毒组，但需与天花、水痘相鉴别。这种病毒可以通过直接密切接触由动物传染给人，也可以在人与人之间传播。猴痘的传染性远逊于天花病毒。猴痘病毒的主要宿主为非洲啮齿类（非洲松鼠、树松鼠、冈比亚袋鼠、睡鼠等），感染动物及猴痘病毒感染者是主要传染源。

猴痘通过哪些途径传播？

据广东疾控中心介绍，猴痘病毒通过黏膜和破损的皮肤侵入人体，目前有3种传播方式：

■**动物传人**：人接触感染动物的病变渗出物、血液、其它体液，或被感染动物咬伤、抓伤，可感染猴痘病毒。

■**人与人**：主要通过密切接触传播，也可通过飞沫传播，猴痘病毒还可通过胎盘从孕妇传播给胎儿，尚不能排除性传播。2022年发现的多例猴痘病例，在发病前发生过同性性行为，可能主要还是与性行为中的密切接触传播有关，目前尚不能确定是否会经过精液或阴道分泌物传播。

■**物传人**：人与被病毒污染的物品接触也有可能感染。

感染猴痘后有哪些临床症状？

1.**皮疹**：斑疹、丘疹、疱疹或脓疱疹，病灶分散或集中；

2.**急性发热**：体温＞38.5℃；

3.**其他症状与体征**：头痛、背痛、咽喉痛（“三痛”症状），寒战、出汗、咳嗽、呼吸急促、淋巴结肿大。

个人如何预防猴痘？

广东疾控中心表示，猴痘为自限性疾病，大部分预后良好。目前国内尚无特异性抗猴痘病毒药物，治疗主要是对症支持治疗和并发症治疗，大多数情况下，猴痘症状在2~4周内自行消失。

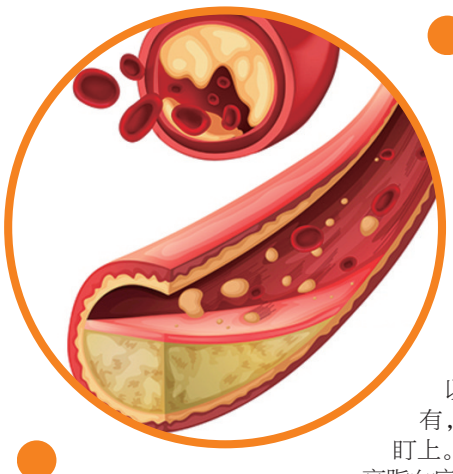
要想预防猴痘，个人需做到以下3点：

一是避免和罹患猴痘的人密切接触；

二是避免在高发国家与野生动物直接接触。避免捕捉、宰杀、生食当地动物；

三是良好的卫生习惯，经常清洁和消毒，做好手卫生。

据界面新闻



23岁小伙血液中滤出一袋“油”

警惕高脂血症 请注意5个征兆

熬最深的夜，吃最刺激的食物，烟酒相伴，懒得运动，以上几条如果你都有，小心被高脂血症盯上。近30年来，我国高脂血症患病率明显增加，《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》显示，我国18岁及以上居民高脂血症总体患病率高达35.6%。不久前，深圳一个23岁的小伙被确诊为高脂血症，血糖、血压、肝功能、尿酸等多个指标超高，通过双重滤过血浆置换，甚至从他的血液中“洗”出一大袋橙黄色的“油”。现在让我们一起来了解一下高脂血症。

什么是高脂血症

高脂血症是人体内脂蛋白的代谢异常，主要包括总胆固醇（tc）和低密度脂蛋白胆固醇（ldl-c）、甘油三酯（tg）升高和/或高密度脂蛋白胆固醇（hdl-c）降低等。一般来讲，总胆固醇（tc）最好不要超过5.2mmol/l，低密度脂蛋白胆固醇（ldl-c）最好不要超过4.1mmol/l，甘油三酯（tg）最好不要超过1.7mmol/l。

如果是健康人，血脂超过上述数值，就要注意控制饮食、增加运动、减轻体重、限制饮酒了，必要时在医生指导下进行药物治疗。如果已经发生冠心病、脑血管病等疾病，即便是化验单上没有出现，都应该用药物治疗，努力把低密度脂蛋白胆固醇（ldl-c）控制在1.8mmol/l，甚至1.4mmol/l以下。深圳小伙就是甘油三酯高达45mmol/L，超出正常值几十倍！

从病因上来说，高脂血症分为原发性高脂血症和继发性高脂血症。原发性高脂血症是指除了不良生活方式（如高能量、高脂和高糖饮食、过度饮酒等）与血脂异常有关，大部分原发性高脂血症是由于单一基因或多个基因突变所致。而继发性高脂血症是指由于其他疾病所引起的血脂异常。

哪些因素会影响血脂水平

不少人听到高脂血症，第一反应便是“胖子”脂肪多，这个病一定是肥胖人士的专利。其实不然。“胖”和“瘦”只是体型上的区别，并不能完全说明一个人的生活方式是否健康。专家表示，以下4类因素会影响你的血脂水平：

■**遗传** 研究发现，大部分原发性高脂血症是由于遗传因素所导致的，称为家族性高脂血症。

■**饮食** 高能量、高脂、高糖饮食容易导致肥胖，同时也与高脂血症密切相关。

■**生活方式** 久坐不仅会增加你的腰围，也会升高你的血脂；另外，吸烟会增加低密度脂蛋白胆固醇（坏胆固醇），降低高密度脂蛋白胆固醇（好胆固醇）；过量饮酒也会促进肝脏合成胆固醇，从而升高血脂水平。

■**药物或疾病** 某些利尿剂、激素，或者糖尿病、肾脏疾病、肝脏疾病都可以引起继发性血脂异常。

高脂血症都有什么征兆

现代生活中，许多人都有高脂高盐、长期吸烟、过量饮酒、运动不足等不良的生活方式，这增加了人们患高血脂的风险。“然而，除了定期体检血脂情况之外，身体出现的一些征兆也能提示我们血脂高了。”东南大学附属中大医院心血管内科汤成春主任医师说，下面来看看高血脂的5个征兆。

1.时常感到头晕、头痛、胸闷气短、睡眠不好、容易忘事，还觉得手脚发麻、沉重，这可能是提醒你血脂偏高了，要注意控制了。

2.手背、指关节、肘关节、臀部、膝关节、臀部等部位出现黄色、橘黄色或棕红色的结节、斑块或疹子，有时候是手掌出现黄色或橘黄色的条纹。这提示血脂很高，可能是高脂血症。不过，血脂正常人有时也会在上眼皮内侧出现“黄色瘤”。

3.胳膊肘、大腿、脚后跟等部位鼓起小肿疮，表面光滑，大多是黄色，这可能是在提醒你胆固醇高了。腿肚子经常抽筋、刺痛也可能是血脂高了，可以去医院做血脂检查。

4.中老年人血脂高了，还可能在眼睑周围出现征兆，长出黄色的疣，提示血脂已经很高了，需要尽早干预。血脂异常高时，血液中富含甘油三酯的脂蛋白会从毛细血管漏出，侵犯到眼睛的黄斑，从而影响视力，一般发生于严重的高脂血症患者。

5.高血脂会引起脂肪肝，导致肝脏肿大，肝功能发生变化，食欲受到影响。因此，出现食欲不振也有可能是高血脂引起的。

高脂血症患者应该怎么吃？

对于超重和肥胖人群而言，即使血脂处于正常范围内，也不可掉以轻心。因为除了高脂血症外，超重和肥胖还是糖尿病、高血压、脂肪肝，甚至一些肿瘤的高危因素。因此，无论血脂是否正常，都建议通过饮食和运动来将体重控制到正常范围。今年1月，国家发布了《成年人高脂血症食养指南》，提到了八项食养原则和建议。总体而言，需要做到“三多四少一坚持”。

三多

◆**食物种类多** 每天摄入12种以上食物，每周摄入25种以上食物，以获得均衡全面的营养。

◆**蛋白质多** 选择脂肪含量较低的鱼虾类以及去皮的禽肉、畜肉，饮用低脂或脱脂牛奶，并且增加豆腐等大豆类蛋白摄入，以保证全天的蛋白质总量。

◆**纤维多** 在大米中加入糙米、燕麦米等杂粮，保证每日摄入新鲜蔬菜不少于500克（深色蔬菜占一半以上），每日摄入新鲜水果200～350克，以保证充足的膳食纤维摄入。

四少

●**少油** 控制摄入的脂肪总量，少吃或不吃肥肉、肉皮、动物内脏，炒菜使用植物油，每人每日烹饪用油不超过25克。坚果及面包、蛋糕、饼干等糕点中含有大量的油脂，同样是需要控制摄入的。

●**少盐** 每日烹饪用盐量不超过5克，各类调料中的盐同样要计算在内。少吃酱油、鸡精、味精、咸菜、咸肉、酱菜等高盐食品。

●**少糖** 限制单糖（比如葡萄糖、果糖）和双糖（比如蔗糖、麦芽糖）的摄入，少吃甜食。

●**限烟酒** 不仅要完全戒烟，还要避免吸入二手烟，并且要限制饮酒。

一坚持

■坚持购物先看营养标签。购买食物前，通过查看营养标签来选择脂肪、糖和钠含量低的食品，同时关注能量和其他营养成分，做到科学合理选择。

据健康四川官微

刊登 13018333716
热线 15023163856

◆遇失沙坪坝区傅佳莹食品经营许可证（编号0250106MA60C94L7F）正副本，特此声明作废注销！
◆遇失黄鹏、朱红梅之子黄正熬于2016年9月19日在大渡口区人民医院出生的出生证，编号G500003832，声明作废
◆魏武杰遗失军人勋章卡，证号：015001180125143206，声明作废
◆承租人李虹遗失渝中区大坪村9号6-3房屋租约证，计租面积：13.76平方米，租赁证书大字第96318号，声明作废
◆遇失潘成才警官证，证号1159441，声明作废。
◆中国联通巴南光华合作厅（张光华）遗失联通机打发票，发票号，089947191-089949800声明作废。
◆李高军遗失重庆家苑房地产开发有限公司销售不动产统一发票（发票联），代码250001590106号码002373842声明作废
◆重庆朝天门国际商贸城股份有限公司遗失合同专用章（1）一枚，编号：5001087144026，声明作废。
◆遇失中国移动通信集团重庆有限公司城二分公司2020619开具的重庆鹏昭通信有限公司中国移动通信集团重庆有限公司专用收据，编号00018639金额9000元保证金，声明作废。
◆遇失荀仲渝出生医学证明，编号C500011860声明作废
◆遇失邹炊女2018-8-12出生证编号S500098099作废
◆遇失王婧雯之女邓雨桐，于2008年1月31日在重庆市巫溪县双狼医院出生的出生医学证明编号H500265037声明作废
◆遇失于菊莉之女陈涓菡2014年6月29日在渝澳中心卫生院出生，编号：C500144097和陈俊雨2017年2月28日在渝澳中心卫生院出生，编号：C500151205声明作废

◆遇失渝北区愿小憨餐饮馆食品经营许可证正本编号JY25001121015539声明作废
◆遇失两江新区刘琴餐馆食品经营许可证副本，编号JY25003590081944声明作废
◆遇失北碚区洞东小舍商务信息咨询服务工作室公章一枚，编号5001097118701声明作废
◆遇失重庆茶南电子商务有限公司公章一枚，编号5001097012631作废
◆遇失重庆师范大学毕业证书姓名潘玥彬身份证500381998102256526，证书编号1063712017150066034声明原证件作废
◆重庆佳爵汽车销售有限公司遗失公章（编号：5003817063739），财务专用章（编号：5003817063737340）声明作废

遗失声明

奉节县永乐镇酒溜村卫生室遗失医疗机构执业许可证副本原件（全国标识码：500025183），声明作废

比价公告

万州区房管中心对“2023年太白街道红光路老旧小区改造项目”进行公开比价，报名时间2023年6月12日至14日9:00-17:00；联系人：陈俊梅；电话：19922066628。
重庆市鼎正工程咨询有限公司 2023年6月12日

召回公告

本司生产麻花产品，商标：千陈，规格350g，生产日期2023/2/6和规格340g，生产日期2022/5/7，因酸价不合格，特此召回。重庆沙坪坝区互旺食品有限公司，地址沙坪坝井口镇双碑村马桑岚垭经济合作社山坪塘，召回负责人刘春，电话13462900659
重庆市沙坪坝区互旺食品有限公司 2023年6月12日

房屋招租

四川省交通厅重庆学田湾宾馆（重庆市渝中区下罗家湾26号）门面及仓库招租，面积分别为160、12、25、57、170平方米。
联系电话
13320221981（宋女士）
13708395197（敬先生）

重庆市江北区劳动人事争议仲裁委员会公告
渝江劳人仲公字（2023）138号
重庆骏乙房地产经纪有限公司：本委受理苟敏诉你单位计时计件工资劳动争议一案，因采取其他方式无法送达，现依法向你单位公告送达渝江劳人仲出字（2023）第744号出庭通知书。本公告自发出之日起经过三十日视为送达。并定于2023年7月20日上午9:30在本委仲裁二庭（重庆市江北区建新东路22号4楼4-38室）开庭审理，请你单位准时到庭，逾期将依法缺席仲裁。特此公告

比价公告

重庆市万州区房屋管理中心对“2022年万州区公租房小区物管用房标准化建设项目”进行公开比价，报名时间2023年6月12日-6月14日9:00-17:00。联系人：陈老师；电话：19922066628。重庆市鼎正工程咨询有限公司 2023年6月12日

重庆索特盐化股份有限公司关于召开公司2023年第一次临时股东大会的通知

公司董事会定于2023年6月27日上午9:30在公司二楼会议室召开2023年第一次临时股东大会，请股东庞江、刁友合、李程、何建国按时出席股东大会，审议《关于免去袁如涛先生董事，选举彭建强先生为董事的议案》《关于免去杨序波先生董事，选举陈炳赋先生为董事的议案》。
重庆索特盐化股份有限公司 2023年6月12日

重庆市江津区规划和自然资源局关于江津领秀城二街区项目方案修改的公告

重庆江津鲁能领秀城开发有限公司、相关利害关系人：

领秀城二街区项目位于江津区滨江新城，西临南北大道，东临规划城市主干道，南侧为领秀城一街区。建设单位是重庆江津鲁能领秀城开发有限公司，为了打造领秀城二街区高端的住宅产品形象，提升产品实用性、舒适性，公司特申请对该项目经依法审定的设计方案进行修改。

该项目已通过相关程序审查，重庆市江津区规划和自然资源局将于2023年6月13日至2023年6月19日在重庆市江津区人民政府网站政务公开板块、江津区规划展览馆、项目现场对修改内容进行公示，告知听证权利。具体内容请到重庆市江津区人民政府网站政务公开板块、江津区规划展览馆、项目现场查看，欢迎相关利害关系人及广大市民提出宝贵意见。
联系单位：重庆市江津区规划和自然资源局
联系地址：重庆市江津区鼎山街道元帅大道36号
邮 编：402260 电子邮箱：2434922208@qq.com
联系人：陈女士 联系电话：023-47696252
重庆市江津区规划和自然资源局 2023年6月12日

报告作废公告

我公司出具的《房屋建筑鉴定报告》（报告编号：BG-2022-JDL-1083、BG-2022-JDL-1084、BG-2022-JDL-1085、BG-2022-JDL-1086、BG-2022-JDL-1087、BG-2022-JDL-1088、BG-2022-JDL-1089、BG-2022-JDL-1090，共8份24本）作废，该批报告不再具备任何技术证明效力或法律效力，特此公告！
重庆交大建设工程质量检测中心有限公司 2023年6月9日

减资公告：经重庆必成建筑劳务有限公司（统一社会信用代码：91500227577197944L）股东会决议，公司注册资本由2000万元减少至20万元。请本公司债权人在本公告登报45日内，到本公司办理有关手续。特此公告。

通 知

经研究决定于2023年6月17日至2023年6月19日对“瑞璟·阅湾”（原上湾还建房）项目的拆迁安置住户进行选房及购房工作，现将相关事宜通知如下：

一、选、购房项目：沙坪坝区城中村改造覃家岗街道新立村上湾社统征项目。

二、选、购房时间：2023年6月17日至2023年6月19日（共3天），上午9:00-12:00，下午12:30-6:00。

三、选、购房地点：瑞璟·阅湾底层商业门面。

四、凡本次在迈瑞城投公司购房户错过集中选房购房，请在本次选房后30日内，自行凭购房通知单到迈瑞城投公司选房，请大家酌情掌握时间；若因本人原因错过办理选房、购房的，视为自愿放弃引导性购房资格。

重庆市沙坪坝区征地事务中心
重庆迈瑞城市建设投资有限责任公司
重庆市沙坪坝区覃家岗街道办事处
二〇二三年六月十二日