# 藿香正气水泡脚火了 谁都可以插一脚吗

白露身不露，寒露脚不露。眼见着凉凉秋意脚步将至，不少人又把泡脚养生提上了日程。可南京市民王女士近日有个疑惑：“我看网上好多人流行用藿香正气水泡脚，有人说能祛湿，但有人居然泡完腹泻了，这是咋回事呀？”藿香正气水泡脚真的有祛湿的作用吗？哪些人适合用藿香正气水泡脚？一起来听听专家的意见。

## 泡脚后有人“祛湿”有人腹泻

网友“长路曼曼”表示，自己最近因身体有些不适在家里人的推荐下去看了中医。号脉后医生诊断为脾胃不好、湿气重，除了开“排湿气”的中药，还嘱咐自己戒掉水果、并可以回家用藿香正气水泡泡脚祛湿气。“长路曼曼”的帖子发出后受到了关注，点赞量高达一万四，八千多个收藏。记者注意到，所谓藿香正气水泡脚具体来说就是在普通泡脚的热水中加入1~2支藿香正气水。

网友“茉莉花开”就是“跟风”藿香正气水泡脚的人之一。她表示，自己小肚子特别鼓，脸上出油多还暗沉，白色的纸巾擦一遍脸就黄了一小块，还总是有一些红肿痘痘。“跟风泡了两周脚，脸上还是长痘，但是出油变少了。”配合喝了八宝杏仁粉后觉得自己小肚子变小了，笑称“裤腰能塞进两根手指”。

不过藿香正气水泡脚并没有对所有人都有不错的效果，网友“陌陌”就在一则帖子中评论，自己泡了7天一点感觉没有，一滴汗都没出，想放弃了。没有效果还不是最严重的，记者注意到，在尝试过藿香正气水泡脚之后还有网友留言表示自己“亲测之后蹿稀了”“我泡了脚但是肩颈发凉”……网友“白晶晶”发帖配图把藿香正气水扔进了垃圾桶，她在帖中写道“都说藿香正气水可以祛湿气，我就是跟了个风，泡了两晚的藿香正气水，第三天早上直接上火了喉咙痛，额头和下巴还爆了几个大痘。”

## 藿香正气水只为湿热人群祛湿

那么究竟藿香正气水泡脚有没有医学依据？哪些人适合用藿香正气水泡脚呢？南京市第二医院中医科主任沈建军介绍，首先泡脚是中医外治疗法之一，是利用合适的中药配方在热水帮助下，使药性渗透进皮肤，被足部毛细血管吸收，进入人体血液循环系统，从而达到改善体质、调理身体的效果。早在数千年前泡就已经被我国古人广泛应用于养生，正确的泡脚不仅可以促进血液循环、新陈代谢，还能消除疲劳、改善睡眠，也可能有养生美容，养脑护脑的成效。

“藿香正气水是一种中成药，由苍术、陈皮、厚朴、白芷、茯苓、大腹皮、生半夏、甘草、广藿香、紫苏叶组成，其中中药成分性味温热，主要用于外感风寒、内伤湿滞或暑湿所致的感冒，具有解表化湿，理气和中的作用。”沈建军解释，因此对于湿热体质的人群来说，合理使用藿香正气水泡脚确实可以带来清热化湿的作用。但是对于本就脾胃虚寒的人群来说，使用藿香正气水就可能会导致胃肠功能的紊乱，因而出现腹泻的表现。若是长期使用，不仅没有效果，有些人还可能出现腹泻脱水。

## “对症下药”才可以对身体有益

沈建军建议大家，如果选择用中药泡脚，要先辨证明确自己的体质，“对症下药”才可以对身体有益。“中药具有寒热温凉的属性，与口服汤剂一样，如不对症用药可能适得其反。”比如证属温热，有发热、溃疡等热性症状，用温热之性的中药泡脚就会让症状加重；体质虚寒的患者如果误用清热药物会使寒证加重，可能会出现腹痛腹泻等症状；气血亏虚之人，用活血化瘀过分发散的中药，长时间、高温度泡脚，容易造成汗出，津液亏虚，气短、乏力等症状也会加重。

沈建军还建议，在辨明体质后在医生的指导下日常用的泡脚方中可用红花、艾叶等活血化瘀、温通经络；失眠患者可在方中加入夜交藤、合欢皮宁心安神改善睡眠；高血压患者可以选用钩藤、桑叶、菊花平肝潜阳控制血压；风湿病患者可以配伍独活、桑枝、防己祛风除湿缓解痹痛；想要消除疲劳可以选用党参、黄芪、白术、茯苓健脾补气。

---

新闻延伸

# 关于泡脚还有这些误区

**1．泡脚水温越高越好？错误！**

泡脚的水温最好在40~45℃左右，过高的水温会引起血管过度扩张，造成心、脑、肾等器官供血不足；水温过低不能充分激发药性，造成疗效降低，也容易增加受凉风险。

**2．泡脚时间越长越好？错误！**

泡脚时间宜控制在15~30分钟，泡脚时间过长水温冷却容易受凉；体质虚弱、老年人、儿童等泡脚过久可能出现头晕、胸闷、心慌等不适。

**3．泡脚适合所有人？错误！**

糖尿病患者末梢循环差，对温度敏感度低，容易被烫伤，需要严格控制水温及泡脚时长，防止皮肤破溃、感染；静脉曲张患者泡脚后会使局部血流量增加，加重静脉回流负担，使病情加重；感染脚癣或足部有伤口的患者泡脚可能会导致继发性细菌感染，建议此类人群脚部保持干燥；儿童经常泡脚会导致足底韧带松弛，不利于足弓形成和维持，增加形成扁平足的风险；心脑血管疾病患者、经期及哺乳期女性建议在专业医生指导下泡脚，孕妇及产妇严禁使用。

**4．任意时间都可以泡脚？错误！**

过饱、过饥或进食状态下泡脚会加快全身血液循环，容易出现头晕不适的情况，饭后立即泡脚会影响胃部血液的供给，可选择在饭前或饭后半小时后进行足浴；需要调理睡眠的可在晚间8~9点泡脚或睡前泡脚。

据扬子晚报

---

七种健康生活方式

## 有助大幅降低抑郁症风险

一项新研究发现，包括健康饮食、规律运动在内的七种健康生活方式有助于大幅降低患抑郁症的风险。

中国复旦大学、英国剑桥大学等机构的研究人员近日在英国《自然·心理卫生》杂志上发表论文说，他们对英国生物医学数据库中近29万人进行了跟踪调查，发现七种健康生活方式与降低抑郁症风险有关。其中，健康睡眠（每晚睡7至9小时）影响最大，能将抑郁症风险降低22%。不吸烟、频繁的社会联系、定期体育锻炼、不久坐、适度饮酒、健康饮食可分别将抑郁症风险降低20%、18%、14%、13%、11%和6%。根据个人在上述健康生活方式中所能坚持的种类，调查对象被分为三组。与生活方式不佳的人相比，中等组的人抑郁症风险要低41%，而生活方式良好的人抑郁症风险要低57%。

研究还发现，抑郁症风险与遗传因素有关，但生活方式对患病的影响更大。无论遗传风险如何，健康的生活方式都有助降低抑郁症风险。相反，不良的生活方式会影响人体免疫系统和新陈代谢，从而增加患抑郁症的可能性。

据新华社

刊登 13018333716 15023163856
热线 023-65909440
微信同号
重庆各地 证件遗失/票据挂失/环评公示/劳动仲裁/法院公告/招标拍卖/注销减资/公告声明/题花广告/出售转让/商业广告……各类登报

♦遗失重庆丰百物流有限公司财务专用章一枚，(编号:5003827038584)声明作废
♦重庆市沙坪坝中梁镇龙泉村村民委员会遗失重庆市农村集体经济组织证书(证书编号:0000249732)声明作废。
♦重庆佳茂隆建筑劳务有限公司遗失公章壹枚(编号:5002425059755)，声明作废。
♦城口县李聪骡餐馆遗失2018年9月17日核发的食品经营许可证正本，编号:JY25002290067546声明作废。
♦遗失重庆优企投资管理咨询有限公司的印章备案回执单(公章编码:5001087081063,财务专用章编码:5001087004245)，声明作废。
♦遗失云阳县九条岭牧业有限公司公章，编号:5002351015605，声明作废。
♦遗失重庆市金洋养殖有限公司公章编号5001023098518法人名章董寿全编号5001023098519声明作废
♦张胜铭遗失伍拨人民警察证，证号No.00033896声明作废
♦汉川县大厦至远茶楼遗失2022年4月8日核发的营业执照正本，统一社会信用代码92513221MA7MCR7P90，声明作废。
♦遗失陶福林营业执照正本92500103MA615RU86W作废
♦奉节县康乐镇石龙社区互助合作协会遗失重庆农商行奉节支行康乐分理处开户许可证：J6677700039901编号:380501012001000062声明作废
♦遗失重庆日报报业集团发行公司工作证号BX234作废。
♦遗失少坪坝区鑫康塑料厂财务专用章(编号5102219691119303)，以及李仕芬私章，声明作废。
♦遗失马骏鑫食品经营许可证副本JY25011101041055作废
♦遗失南川区骆明副食经营部食品经营许可证副本JY15001190046789声明作废
♦遗失杜锦伟残疾证5002241985042682354作废
♦遗失重庆市昌青快递有限公司公章、财务专用章、法人章各一枚，(编号:5001082641)作废
♦戴鹏宇遗失专职律师执业证，证号:15001202210419888，声明作废。
♦遗失李星怡出生医学证明，编号V500002641作废
♦重庆若祥建材有限公司遗失公章一枚(编号:5001132019000)，声明作废
♦遗失瀚南区相见老友记餐饮店食品经营许可证正副本编号JY25001521032770作废
♦遗失重庆市梁平区双桂街道行政村联合工会公章作废
♦遗失重庆故梦装饰工程有限公司公章一枚(编号5001057213472)声明作废
♦未规新能源重庆有限公司遗失公章(编号:5003817143371)声明作废
♦重庆天盛公司渝D23688运输证5001110088005遗失作废
♦遗失麦义营业执照正副本5001036202072619作废
♦遗失渝北区让舌头飞餐饮店食品经营许可证正副本JY25001121066731，声明作废。

公告
重庆南部公共交通有限公司将进行最美工会户外劳动者服务站点采购竞争性比选，估算总投资15.43万元，供货期25个日历天。请具有相应资质并有意参与的单位，在2023年9月15日16:30前提供营业执照、相应资质及法人委托书等附件，并提供盖鲜章复印件领取采购文件。联系人：韩老师；联系电话：023-62550068 报名地址：重庆市巴南区江南一路6号

公告
重庆南部公共交通有限公司将进行办公用品采购竞争性比选，估算总投资9.1万元，合同有效期12个月。请具有相应资质并有意参与的单位，在2023年9月20日16:30前提供营业执照、相应资质及法人委托书等附件，并提供盖鲜章复印件领取采购文件。联系人：韩老师；联系电话：023-62550068 报名地址：重庆市巴南区江南一路6号

公告
重庆南部公共交通有限公司将进行重庆公交成立90周年文艺汇演节目编排服务(第二次)竞争性比选，估算总投资20万元，合同有效期6个月。请具有相应资质并有意参与的单位，在2023年9月15日16:30前提供营业执照、相应资质及法人委托书等附件，并提供盖鲜章复印件领取采购文件。联系人：韩老师；联系电话：023-62550068 报名地址：重庆市巴南区江南一路6号

公告
重庆南部公共交通有限公司将进行半营运车燃油采购竞争性比选，估算总投资129.62962万元，合同有效期2年。请具有相应资质并有意参与的单位，在2023年9月15日16:30前提供营业执照、相应资质及法人委托书等附件，并提供盖鲜章复印件领取采购文件。联系人：韩老师；联系电话：023-62550068 报名地址：重庆市巴南区江南一路6号

债权债务完清公告
重庆市万州区昌涧建筑工程有限公司承建的巴南区石龙镇白马寨(2)表村土地整改项目工程已竣工结算，凡与该工程有经济活动的单位和个人限于2023年9月30日前双方完清其债权债务，逾期视为自动弃权，不再受理和承担相应经济及法律责任。特此公告 联系电话：办公室 58154389 向老师 15022710979 陶老师 15320613776

重庆市万州区昌涧建筑工程有限公司2023年9月13日

重庆市长寿区八颗街道机关工会委员会开户许可证(银行机构名称:重庆农村商业银行股份有限公司长寿支行八颗分理处，账户性质:基本存款，账号:1215010120010001342，开户许可证核准号:J6530009760704)和查询密码，声明作废。

重庆市长寿区八颗街道工会联合会开户许可证(银行机构名称:重庆农村商业银行股份有限公司长寿支行八颗分理处，账户性质:基本存款，账号:1215010120010002506，开户许可证核准号:J6530086299902)和查询密码，声明作废。

遗失武隆区仙女山镇白果村股份经济合作联合社，编号:5002325038713公章一枚声明作废

遗失武隆区仙女山镇甘树村股份经济合作联合社，编号:5002325038636公章一枚声明作废

重庆市法供水有限公司遗失食品经营许可证，编号JY35001050117822声明作废。

重庆市法供水有限公司(松树桥加压站)遗失食品经营许可证，编号JY35001120175567声明作废。

重庆市江津区规划和自然资源局关于腾龙层二期污水处理设施及地下车库局部修改的公告
重庆腾龙房地产实业有限公司，相关利害关系人：
腾龙居二期项目位于江津区酒江新城，其用地西临中渡，南临朝门路，北临清帆路。建设单位是重庆腾龙房地产实业有限公司，现因规划方案发生调整，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9月16日至2023年9月22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号院
编：402260 电子邮箱：2434932220@qq.com
联 系 人：张女士 联系电话：023-47696252
重庆市江津区规划和自然资源局 2023年9月13日

重庆祥安实业有限公司青木殡仪馆骨灰存放室搬迁公示
由于重庆祥安实业有限公司青木殡仪馆进行改扩建，重庆祥安实业有限公司9月底起对青木殡仪馆骨灰存放室的骨灰搬迁至沙坪坝区大道路陵存放，需领取骨灰的家属于2023年9月20日前到青木殡仪馆领取。9月20日后需领取骨灰的家属请联系青木殡仪馆，联系电话：(023-65602896)。
特此公示。
重庆祥安实业有限公司青木殡仪馆

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆宜美多暖通设备有限公司：本委受理的徐波，刘灿灿、伍昕、林泽宇、王煜、苟永红、张阳、周鑫、秦伟、刘云兵、何欣家、范庄、蒋隆海与你单位劳动争议一案，现已审理终结。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定向你单位公告送达渝北劳人仲案字（2023）第1499-1500、1502-1503、1506-1507、1509-1512、1514、1516、1518号仲裁裁决书。自公告之日起三十日内到本委领取仲裁裁决书(地址:重庆市渝北区栖霞大道10号仲裁院200室)，逾期视为送达。本裁决为终局裁决。用人单位有证据证明本裁决有《中华人民共和国劳动争议调解仲裁法》第四十九条第一款规定的情形之一的，可自本裁决送达之日起三十日内向重庆市第一中级人民法院申请撤销裁决。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2023年9月13日

关于2023年长万路、路面维修工程施工期间实行交通管制的通告
为保障长万高速(G42沪蓉高速)公路良好的技术状况，提升行车安全性和舒适性，根据中华人民共和国《道路交通安全法》，将在长万高速公路(澄溪—云台)进城方向进行路面病害预防性施工，现公告如下：
一、预计施工时间：2023年9月14日(8:00-19:30)；
二、交通管制方式：采取封闭施工的交通组织方式(进城方向云台匝道封闭施工)；
三、注意事项：1.施工期间导致拥堵、施工期间实施管制地点进行相应调整，并发布管制信息，请过往驾驶人员注意观察可变情报板、交通提示标志、指点(023-12122等及时获取相关信息。2.过往车辆遵行交通管制区域时，应自觉遵守交通法规，按照现场交警指挥员的指示行驶，服从高速公路交巡警和施工现场安全警示人员的指挥，遵守交通管制区域时减速慢行。3.施工期间，请过往车辆及驾驶人员提前掌握路况信息，避开封闭时段错峰出行或选择其它行驶路线绕行，避免造成交通拥堵。特此通知
重庆市公安局交通巡逻警察总队高速公路第四支队长寿大队
重庆市交通运输综合行政执法总队高速公路第四支队一大队
重庆渝万高速公路养护工程有限公司

清算公告
重庆江北金色年华幼儿园校举办者蒲丽云因学校终止办学清算需要，请有关债权人在见报之日起45日内向学校申报债权，逾期不申报的视为弃权。现予公告。
联系人：李微 联系电话：17725006215
地 址：重庆江北区四季知福花园40号金色年华A区14号楼
重庆江北金色年华幼儿园 2023年9月11日

璧山烟草专卖局(行政处理决定书)送达公告
2022年6月20日本局在重庆市璧山区璧泉街道懒山路4号申请执递查获涉嫌无烟草专卖品非法证运输烟草专卖品一案，本局依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十八条的规定已于2023年9月12日作出对先行登记保存的卷烟予以没收的行政处理决定。因受送达人下落不明，且邮寄无法送达，故我局无法直接送达，邮寄送达上述文书。
根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条(第(四)项的规定，现将烟烟处理(2023)67号予以公告送达。自本公告发布之日起经过三十日，即视为送达。如不服本处理决定，可以自收到本决定书之日起60日内向重庆市烟草专卖局申请行政复议，也可以在6个月内直接向当地人民法院提起行政诉讼。
璧山区烟草专卖局 2023年9月12日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆手派网络有限公司：本委受理的向迎莹与你单位劳动争议一案，现已审理终结。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定向你单位公告送达渝北劳人仲案字(2023)第1874号仲裁裁决书。自公告之日起三十日内到本委领取仲裁裁决书(地址:重庆市渝北区松石北路106号附11号龙山仲裁庭)，逾期视为送达。如不服本裁决，可在公告期满后十五日内到有管辖权的基层人民法院诉讼，逾期未起诉的，本裁决书发生法律效力。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2023年9月13日

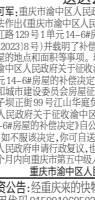
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
南昌市银广置建筑工程有限公司：本委受理的蒋贞福与你单位劳动争议一案，现已审理终结。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定向你单位公告送达渝北劳人仲案字(2023)第3305号仲裁裁决书。自公告之日起三十日内到本委领取仲裁裁决书(地址:重庆市渝北区栖霞大道10号劳动人事争议仲裁院200室)，逾期视为送达。如不服本裁决，可在公告期满后十五日内到有管辖权的基层人民法院起诉，逾期未起诉的，本裁决书发生法律效力。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2023年9月13日

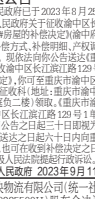
送达公告
陈小兰：重庆市渝中区人民政府已于2023年8月25日依法作出《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号9-6单房屋的补偿决定》(渝中府征补(2023)10号)并裁明了补偿方式、补偿明细、产权调换房屋的地点和面积等事项。现依法向你公告送达《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号2-9单房屋的补偿决定》，你可至重庆市渝中区住房和城市建设委员会房屋征收科(地址:重庆市渝中区李子坝正街99号江山华庭负二楼)领取。《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号2-9单房屋的补偿决定》自公告之日起三十日即视为送达，如不服该决定，你可自送达之日起六十日内向重庆市人民政府申请行政复议，也可在收到补偿决定之日起六个月内向重庆市第六中级人民法院提起行政诉讼。
重庆市渝中区人民政府 2023年9月11日

送达公告
谢遂芬：重庆市渝中区人民政府已于2023年8月25日依法作出《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号2-9-2单房屋的补偿决定》(渝中府征补(2023)10号)并裁明了补偿方式、补偿明细、产权调换房屋的地点和面积等事项。现依法向你公告送达《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号2-9-2单房屋的补偿决定》，你可至重庆市渝中区住房和城市建设委员会房屋征收科(地址:重庆市渝中区李子坝正街99号江山华庭负二楼)领取。《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号2-9-2单房屋的补偿决定》自公告之日起三十日即视为送达，如不服该决定，你可自送达之日起六十日内向重庆市人民政府申请行政复议，也可在收到补偿决定之日起六个月内向重庆市第六中级人民法院提起行政诉讼。
重庆市渝中区人民政府 2023年9月11日

送达公告
舒可军：重庆市渝中区人民政府已于2023年8月25日依法作出《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号1单元14-6单房屋的补偿决定》(渝中府征补(2023)8号)并裁明了补偿方式、补偿明细、产权调换房屋的地点和面积等事项。现依法向你公告送达《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号1单元14-6单房屋的补偿决定》，你可至重庆市渝中区住房和城市建设委员会房屋征收科(地址:重庆市渝中区李子坝正街99号江山华庭负二楼)领取。《重庆市渝中区人民政府关于征收渝中区长江滨江路128号1单元14-6单房屋的补偿决定》自公告之日起三十日即视为送达，如不服该决定，你可自送达之日起六十日内向重庆市人民政府申请行政复议，也可在收到补偿决定之日起六个月内向重庆市第六中级人民法院提起行政诉讼。
重庆市渝中区人民政府 2023年9月11日

减资公告：经重庆市璧山区福星汽车救援服务有限公司(统一社会信用代码91500107605385500H)股东会决议，现将注册资本从110万元整减至2万元整，根据《公司法》规定在登报之日起45天内，请相关债权债务人到本公司办理相关事宜。特此公告。
本人平祖东(身份证510221196902273913)于2008年1月16在重庆市璧山县丁家镇新车站进口处捡一女婴，取名李妮妮，女孩现居住于重庆市璧山区丁家街道民发路4栋4-1。现请女孩亲身父母在本公告发布之日起30天内持相关资料前来认领，逾期将依法收养。
联系电话：13274039269

寻亲启事

本人于王中（身份证号510221197407146816）与妻子李群英（身份证号510221196901053944）于2018年7月6日在丰都县名山街道烟鸣寺6栋长江二桥桥底捡到一名女婴，取名王诗琪。若该女婴家属见报请与本人联系，电话15923979937

寻亲公告

王永龙（身份证500224198607291833）于2020年11月15日中午12点左右在广东省惠州市重城区学溪新村垃圾桶旁边捡拾一名男婴（出生年月约2020年11月15日）现取名王远成，捡拾时一名陌生男着，现寻找该男婴亲属，请见报后立即与王永龙联系，电话18523839612

商业房产拍卖公告
受委托，本公司依照(拍卖法)及相关法律、法规定于2023年9月22日上午10:00在本公司拍卖大厅对重庆市酉阳县桃花源大道商业门面一批进行公开拍卖，整体优先，可分零，整体拍卖参考价:5150万元。标的资料详见本公司网站:www.hs518.com
竞买者应于2023年9月21日16:00前将竞买保证金缴至我司指定帐户，持有效证件在我公司办理竞买登记手续，取得竞买资格。
展示及报名时间:2023年9月20-21日标的现场进行展示，办理竞买手续。标的以现状进行拍卖和移交，过户费用按法律规定由买卖双方各自承担。其余未尽事宜按本场拍卖会(竞买须知)执行。
联系方式:023688628777，13389608381 苏先生
重庆恒升拍卖有限公司 2023年9月13日

重庆市双桥经开区启帆小额贷款有限公司强制清算公告
成渝金融法院裁定受理重庆市双桥经开区启帆小额贷款有限公司强制清算案。启帆小贷公司债权人应自本公告见报之日起45日内以书面形式向清算组申报债权，逾期按相关法律法规处理。启帆小贷公司债务人或财产持有人，应自公告之日起45日内，向清算组清偿债务或交付财产。
联系地址:重庆市九龙坡区华轩路51号;联系人:周老师;电话:17623095102
特此公告
重庆市双桥经开区启帆小额贷款有限公司清算组 2023年9月12日

李春梅，身份证号:510215197401232329遗失重庆华润置地发展有限公司弹子石万象汇L1层123商铺脚朴家收据1张，收据编号1897897，记载金额¥10000元装修押金，特此声明作废。由此产生的经济纠纷及其法律后果由我司承担，与重庆华润置地发展有限公司无关。