寒潮来袭，谨防肾结石“偷袭”

随着大雪节气的到来，天气是越来越寒冷。寒潮活动频繁，山东省第二人民医院泌尿外科主治医师于广洋提醒大家，注意添衣保暖防冻伤的同时，还要警惕肾结石的发生。

天寒地冻的冬天为何肾结石风险陡增

“寒潮天气容易导致人体新陈代谢减缓，血液循环不畅，进而影响肾脏的正常功能。此外，寒冷的环境可能使人们更倾向于摄入高热量、高脂肪的食物，这些食物可能增加尿液中的钙、尿酸等成分，从而增加肾结石的风险。”于广洋医生说道。

1.天气寒冷，运动变少

室外气温低，不想出门，缺乏运动，不利于身体对钙的吸收，令尿液中的钙盐增多，易产生肾结石或尿路结石。

2.喝水变少，尿量减少

气温低在一定程度上会导致饮水量减少，随之而来的是尿液变少且被过度浓缩。当尿中盐类浓度增高，沉淀增多，同样容易形成肾结石或尿路结石。

3.过多食用高嘌呤食物

冬季吃火锅成为很多人御寒的方式之一，动物内脏、海鲜等含有较高嘌呤的食物，通常是热门的火锅食材。当嘌呤食物进入体内后，经过新陈代谢后的产物是尿酸，它可能促使尿中草酸盐沉淀。如果过多摄入含嘌呤丰富的食物，会促使草酸盐在肾脏中沉积而形成肾结石。

除了引发剧烈疼痛肾结石对人体还有这些危害

肾结石会像塞子一样堵住患者的输尿管，一旦输尿管被堵住，肾盂包括输尿管就会用力收缩，把肾脏不断产生的尿液排出去，这种收缩会导致疼痛，就像腿抽筋时的疼痛一样，是由肌肉痉挛导致的。于广洋医生提醒，当出现剧烈腰痛，尿频、尿急、尿痛，血尿，恶心呕吐等症状时，要警惕肾结石的发生，建议及时就医。除了引发剧痛，肾结石对人体的危害也不容小觑。

1.感染

肾结石移位到输尿管时，可能引起梗阻，导致尿液滞留，为细菌滋生提供了“温床”，提高了尿路感染的风险。严重时，还可能发展成肾盂肾炎、肾积脓，甚至脓毒血症。

2.肾功能损害或丧失

结石造成的尿路梗阻可引起肾积水，长期积水会增加肾脏内压，导致肾实质受损、肾小球滤过率下降，严重时可造成肾功能部分或完全丧失。

3.尿路梗阻

结石堵塞尿路，导致尿流受阻，进一步加剧感染和肾积水的风险。

4.局部损伤与长期并发症

长期存在的结石可能对肾盏、肾盂等结构造成压迫和损伤，引起局部炎症、溃疡，长期的慢性刺激还可能促进息肉形成，少数情况下甚至可诱发肿瘤。

5.急性并发症

如双侧输尿管结石或孤立肾输尿管结石引起尿路完全梗阻，可能导致急性肾衰竭，需要紧急处理。

冬季如何预防肾结石记准6个保健小妙招

肾结石早期往往没有明显症状，尤其是一些小结石，可能长期存在而不被察觉，当结石移动，刺激肾脏或堵塞尿路时，会出现上述症状。于广洋医生指出，预防肾结石的发生，要从养成良好的生活习惯做起。

1.保持水分摄入：冬季，由于室内外温差大，人们容易感到口渴，因此要增加水分摄入，保持尿液的稀释状态，减少结石的形成；

2.调整饮食结构：避免过多摄入高脂肪、高蛋白、高盐的食物，增加蔬菜、水果的摄入，有助于平衡体内代谢，预防结石的形成；

3.适量运动：尽管天气寒冷，但适量的室内运动仍有助于促进新陈代谢和血液循环，降低肾结石的风险；

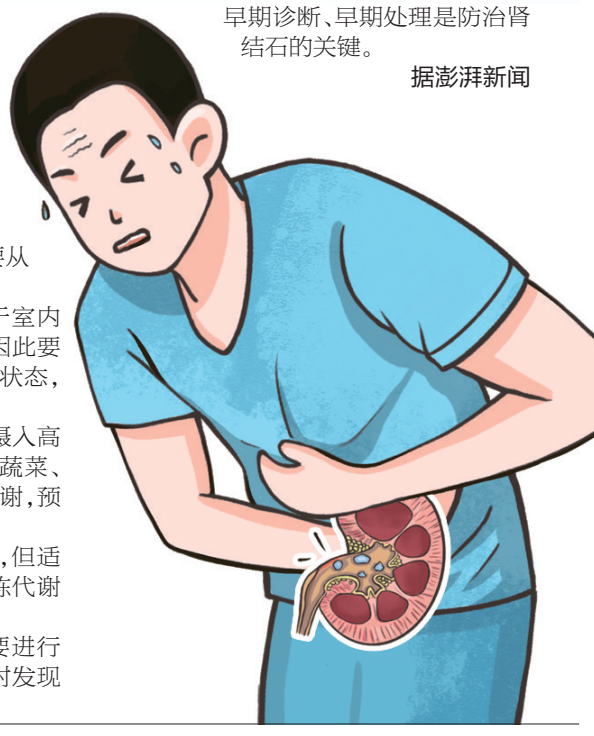
4.定期体检：如感到不适，要进行尿常规、肾功能等检查，以便及时发现并处理肾结石隐患；

5.注意保暖：避免长时间暴露在寒冷环境中，在外出时穿戴足够的保暖衣物，减少身体受到寒冷刺激的机会，有助于保护肾脏功能；

6.避免长时间憋尿：因天气寒冷，户外活动的人们会减少排尿频率，但长时间憋尿可能导致尿液浓缩，增加结石的风险，因而要避免这种行为。

最后，于广洋医生提醒大家，心理压力也是导致肾结石发生风险增加的重要因素之一，建议大家保持积极的心态和舒畅的心情。早期发现、早期诊断、早期处理是防治肾结石的关键。

据澎湃新闻



男子体表大面积烧伤获赔21万元

这种疗法有人冬天爱做……

冬天到了，不少朋友热衷于拔火罐，有人拔完火罐之后身体确实舒服很多了，但还是要提醒大家，一定要去有资质的医院。

男子拔火罐致大面积烧伤

据江苏广电《零距离》节目报道，前不久，江苏的田某和妻子前往一家养生馆拔火罐，由于工作人员操作失误，导致田某大面积背部、颈部烧伤。随后，该店负责人立即将田某送医治疗，最终田某被诊断为二度烧伤，总体表面积15%。

田某出院后，双方就赔偿事宜未能达成一致意见，便将该养生馆起诉到法院。泰州医药高新区人民法院民事审判团队法官王芸介绍，治疗期间，田某去了泰州医院，还去了南京、上海等各大医院进行治疗，患者伤得很严重，可能后期还需要植皮治疗。法院经审理认为，公民的健康权受法律保护。行为人因过错侵害他人生命健康权的，应承担相应侵权赔偿责任。本案中，田某至养生馆消费养生项目，在此过程中因操作失误导致田某被烧伤，且并无证据证明田某存在过错，故养生馆应对田某的各项损失承担全部赔偿责任，最终田某赔款21万元。

拔火罐，请要找专业的

事实上，因“拔火罐”烧伤的事件也不少。今年劳动节假期，平时工作繁忙的刘先生想趁此好好放松一下，便到某养生馆拔火罐，谁知在拔罐过程中，刘先生感到背部一阵剧烈的疼痛，回头一看，自己的背部竟然着火了。烧伤整形科接诊医生第一时间用凉水冲洗烫伤处，随后收入病房进行进一步治疗。

今年8月，浙江50岁的张先生感觉中暑了，想到最近网购了拔火罐工具，就按照教程自己在家里尝试拔罐治疗。起初，张先生感觉背部传来阵阵温热，甚是舒适，便持续了半小时左右。等到感到背部疼痛不适，让家人一看，竟然满是密密麻麻小水泡，像葡萄一样，于是赶紧来到医院急诊。负责烧烫伤处理的急诊当班医生检查后发现，张先生后背约有6%的皮肤面积被烧伤，确诊为Ⅱ度烧伤。

每次拔过火罐后，皮肤上留下的是一个个红圆圈或是黑圆圈，而且，拔过后罐子里都是水滴。有人说这是湿气被排出来了，也有人说皮肤上印记深是毒素被排出来了。但是拔火罐真的是湿气和毒素被拔出来了吗？答案是否定的，北京同仁医院针灸科主任医师杨威表示，这是因为人体里是没有毒素的，只有湿气。而且，在古代人们拔火罐也不是为了湿气，火罐真正的用处是消肿止痛，加快血液流动速度。像人们把火罐里的水滴认为是湿气被排出的想法也是错的。水滴的出现，不是说明体内湿气被排出来了，而是罐子太热，挤压皮肤太紧，让皮肤里的水分渗透出来，和湿气是没关系的。

杨威提醒大家，拔过火罐后，一定要注意保暖，不只是不能洗澡，也不能让拔火罐的地方见风。毕竟，拔火罐把血管都挤破了，要是见到风很容易让湿气、寒气进入身体伤害健康。

这5类人不适合拔罐

虽然拔罐有好处，但是并不是所有人都适合拔罐，杨威提醒这5类人不适合拔罐：

1.体质弱者、皮肤容易过敏或有溃疡的人；

2.全身剧烈抽搐或情绪烦躁不安者；

3.重度失血的人；

4.女性月经期以及妊娠女性；

5.肺部基础病患者。

最后，再次提醒大家，想要拔罐，一定要去专业的医疗机构，以免造成不必要的伤害。

据新闻晨报

中国体育彩票排列3第24339期开奖公告 本期开奖号码：9 1 8

中国体育彩票排列5第24339期开奖公告 本期开奖号码：9 1 8 6 3

中国体育彩票超级大乐透第24147期开奖公告 本期开奖号码：12 18 21 22 31+01 07

重庆市体育彩票管理中心 2024年12月18日

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/ 各类登报
注销减资/公告声明/题花广告/出售转让/商业广告……

♦遗失王朝警官证，证号112062，特此声明作废。
♦重庆市长寿区城乡建设档案室工会委员会遗失建设银行长寿桃花支行开户许可证，核准号J6530119450101，声明作废。
♦重庆市帅圣二号楼管理委员会遗失中恒工商银行股份有限公司重庆七星岗支行开户许可证，账户号3603018426102，声明作废。
♦遗失重庆陆融建筑劳务有限公司公章编号5001023071250 声明作废
♦西阳县祥富矿业有限公司遗失公章，编号5002425040086，声明作废
♦重庆润能电设备有限公司9150010MA60006XGJ遗失公章(5001068227844)财务专用章,法人章(法人邓含春)作废
♦遗失重庆市武隆区跨文燃料有限公司建设工程规划许可证(建字第500156202400023 号)1本，声明作废
♦遗失重庆渝英房地产营销策划有限公司公章，财务专用章，甘伦英私章声明作废
♦邓爱华遗失护士执业证，证号：202250006073，执业单位：重庆非梵医疗美容门诊部，声明作废
♦重庆大生活传媒有限公司(统一社会信用代码9150010332236224411)遗失公章,财务章,声明作废
♦重庆市钓鱼协会遗失银行开户许可证，号码：J6530000536201，声明作废。
♦遗失重庆美的家装饰工程集团有限公司装修隔介合同：吴B1372，吴B1628各2份，声明作废。
♦遗失涪陵区宏图页岩砖厂公章编号5001023067809发票专用章编号5001023068591声明作废
♦遗失沙坪坝区乐亿购食品经营部(个体工商户)公章编号5001080467325声明作废
♦薛从松，因保管不善，将白象街65 号向号6-3的房屋的租赁凭证遗失，特此声明
♦遗失重庆兴项劳务有限责任公司公章编号5001023137418 声明作废
♦重庆谷丽商贸有限公司遗失2023年10月26日核发的增值税普通发票一份(发票代码：051001938140，发票号码：07097007254)，财务专用章一枚，编号5001097127351作废
♦遗失重庆市渝中区圣雅日用品经营部公章编码5001035014566 声明作废
♦遗失重庆市綦江区万丈崖日来水有限公司公章一枚，编号5002222072660 声明作废
♦声明：巫溪县金缘物业服务有限公司发票专用章一枚，编号5002389800093 遗失注销
♦遗失重庆市大足区古龙茶叶有限责任公司公章编号5001117017496 声明作废
♦遗失重庆军安和祥生态服务有限公司法定名称章(重庆市)编号5002341027932)及其印章备案回执，声明作废
♦吴世淇遗失重庆市商业储运公司开具的保证金收据1份，编号：0056675，金额：2000元，声明作废。
♦罗祥芳遗失重庆市商业储运公司开具的保证金收据1份，编号：13876，金额：3000元，声明作废。

重庆市南川区烟草专卖局公告
南川烟公(2024)第67号
2024年12月16日，我局在重庆市南川区东城区联中雄快递货运部查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟叶(中华)龙14条卷烟，并依法予以先行登记保存。请当主下本公告发布之日起60日内到重庆市南川区金佛大道143号南川区烟草专卖局市场稽查四大队402室接受调查处理，联系人：夏康(220019520393)，袁文祥(220019506033)，联系电话：023-77631127，逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
重庆市南川区烟草专卖局 2024年12月19日

关于白居寺长江大桥开展变形观测的通知
根据《城市桥梁养护技术规范》要求)，对白居寺长江大桥开展变形观测。经相关部门批准，将对全桥实施全封闭，封闭时间段为：2024年12月24日00:00~06:00(遇雨顺延)，该时间段内禁止社会车辆通行。特此通知。
重庆中交二航长江大桥建设发展有限公司
2024年12月18日

重庆市万州区烟草专卖局关于案件调查处理的公告
2024年10月12日，我局执法人员联合公安在万州区高笋塘二梯方商国际商贸一旦，查获电子烟烟具RELX(Green Grape)，vapin(SWEETHEART)等12个品种，共计电子烟产品3503.0个。因无法查清该批电子烟货主和来源等信息，无法证实其属于违法知晓范畴，经万州区公安局审查，不符合刑事立案标准，于2024年12月16日交由我局立案调查处理。请货主于本公告发布之日起60日内到万州区烟草专卖局(万州区国本路112号505室)接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十二条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
联系人：熊江、何杜龙 联系电话：023-61017067
重庆市万州区烟草专卖局 2024年12月16日

陈吉全遗失重庆双福农产品批发市场有限公司2014年6月18日开据的22a-013棚位保证金票据，票据号1036184，金额5850元；重庆双福农产品批发市场有限公司2022年1月14日开据的22a-013棚位保证金票据，票据号1923039，金额1800元，特此声明作废
♦遗失重庆嘉新机动车驾驶培训有限公司财务专用章编号5001023021574声明作废

重庆巴骏公共交通站场管理有限公司就 2025年巴骏公司员工直饮水系统设备租赁服务进行询价。欢迎各单位前来递交询价资料，询价资料递交地址：重庆市渝北区红黔大道1号理想大厦A栋2408 工程保障部 联系电话：023-60333997(报名时须提供营业执照、法人身份证复印件及授权委托书)
重庆巴骏公共交通站场管理有限公司 2024年12月19日

本人因自身原因邮寄过程中将重庆文理学院开具的发票遗失，发票号码：19560234，发票代码：050001900104，项目：技术服务费，金额：¥100000.00(叁拾万元整)，声明原发票作废，此造成的经济责任及纠纷与重庆文理学院无关，本遗失声明作为发票遗失后冲红票的有效证明，与遗失原件开具时间、项目内容、开具金额等均表内容一致，替代遗失票据履行权利和义务。
声明：重庆市涪陵区涪南大道一路
重庆市涪陵区涪南大道一路

重庆市万州区烟草专卖局
通 告
段刚(身份512928197408087***)，你于2024年12月4日下午从公司正常安排，严重违反了公司员工管理制度以及与公司签订的出租车单车经营承包责任制协议书约定擅自离岗至今未归。现正式通知你于本通告见报之日起7日内(2024年12月25日前)到公司办理相关手续，逾期不至公司将根据相关法律法规进行处理。特此通告。
重庆市渝北北岸客运有限公司

公告：根据公司章程规定，重庆富普企业管理集团有限公司(统一社会信用代码91500109MA5U7JUJ6Q)决定于2024年12月24日上午9点召开股东会，请各位股东准时参会。会议地点：重庆市北碚区蔡家企业管理有限公司二楼会议室(重庆市北碚区北温泉街道文鸥路35号)。会议议题：关于重庆富普企业管理集团有限公司聘请资产及调整经营范围事项。
重庆富普企业管理集团有限公司 2024年12月19日

重庆恒骅贵丰建筑工程有限公司(统一社会信用代码：91500104MAABQ57484)遗失：公章、财务专用章、法人印鉴章(法人：杜冰雪)各一枚，声明作废。

声 明

近日，重庆墨尔墨律师事务所收到反映，有个别咨询公司、个体工商户或个人以“墨尔墨法律咨询公司”、“墨尔墨”、“墨尔墨法律咨询部”等假冒或混同我所名义承接法律服务收取费用的违法线索。本所郑重声明，本所未设立或未授权通过任何主体或个人代表本所承接法律服务业务，该类主体所实施的行为与本所无关，请广大市民注意甄别，避免风险，本所将持续依法维护自身权益。
重庆墨尔墨律师事务所

公告 重庆华晟工机械制造有限公司：黄莉(申请法名：2024年4月25日16时30分左右，重庆华晟工机械制造有限公司员工黄莉，在车间操作冲压机时被冲压机压伤)于2024年8月1日向本院提交的工伤认定申请，本机关于2024年8月22日受理。本局通过邮政EMS特快专递向你单位送达的渝北人社伤险举字[2024]539号举证通知书，用人单位(工单位举证期内未提供证据材料，2024年10月18日，我局作出渝北人社伤险认字[2024]3106号认定工伤决定书，认定为伤手滑血管神经断裂损伤，右指指腹掌关节以远至皮肤软组织缺损伴外露，右手指指近节指骨近段以远缺失，右手第2,4,5掌骨基底部骨折，右手第4掌骨远端骨折，右手中指从小指近节指骨基底部粉碎性骨折，右手环指近节指骨粉碎性骨折，右手环指近节指骨骨折不愈合，右手指关节脱位，右手中指末节指骨骨折。2024年10月20日向你单位邮寄送达了渝北人社伤险认字[2024]3106号认定工伤决定书，逾期已，现依法向你单位公告送达渝北人社伤险认字[2024]3106号认定工伤决定书，如对本工伤认定决定不服，可在公告送达之日起6个月内，向渝北区人民政府申请行政复议，或者60日内依法向重庆市渝北区人民政府申请行政复议，自公告之日起30日即视为送达。特此公告。
重庆市渝北区人力资源和社会保障局 2024年12月19日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆市渝北区人力资源和社会保障局：
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会(以下简称我委)受理申请人与你单位劳动争议一案，现已审理终结，因无法直接送达，邮寄送达上述文书，根据《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，可以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 2024年12月18日

重庆市巴南区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆市渝北区人力资源和社会保障局：
重庆市巴南区劳动人事争议仲裁委员会(以下简称我委)受理申请人与你单位劳动争议一案，现已审理终结，因无法直接送达，邮寄送达上述文书，根据《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，可以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 2024年12月18日

重庆市万州区烟草专卖局关于案件调查处理的公告
2024年12月18日，我局联合公安在万州区高笋塘二梯方商国际商贸一旦，查获电子烟烟具RELX(Green Grape)，vapin(SWEETHEART)等12个品种，共计电子烟产品3503.0个。因无法查清该批电子烟货主和来源等信息，无法证实其属于违法知晓范畴，经万州区公安局审查，不符合刑事立案标准，于2024年12月16日交由我局立案调查处理。请货主于本公告发布之日起60日内到万州区烟草专卖局(万州区国本路112号505室)接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十二条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
联系人：熊江、何杜龙 联系电话：023-61017067
重庆市万州区烟草专卖局 2024年12月16日

重庆市万州区烟草专卖局关于案件调查处理的公告
2024年12月18日，我局联合公安抓获万州区高笋塘二梯方商国际商贸一旦1楼1号店铺内经营人员谭某某(男，1990年3月出生，住址：重庆市万州区高笋塘二梯方商国际商贸一旦1楼1号店铺)，现场查获电子烟烟具RELX(Green Grape)，vapin(SWEETHEART)等12个品种共计电子烟产品3503.0个。因无法查清该批电子烟货主和来源等信息，无法证实其属于违法知晓范畴，经万州区公安局审查，不符合刑事立案标准，于2024年12月16日交由我局立案调查处理。请货主于本公告发布之日起60日内到万州区烟草专卖局(万州区国本路112号505室)接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十二条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
联系人：熊江、何杜龙 联系电话：023-61017067
重庆市万州区烟草专卖局 2024年12月18