吃饭快和吃饭慢的人 谁更有健康优势

你关注过自己的吃饭速度吗？生活中仔细观察你会发现每个人吃饭速度各有不同：有快的，有慢的；有狼吞虎咽的，也有细嚼慢咽的。那么，长期吃饭快和吃饭慢的人，在身体健康方面谁更占优势呢？

吃饭慢的人更有健康优势

吃饭快慢不仅是速度不同，在医学探究下，这两类人群未来身体健康的走向也各有不同。

1.对体重的影响

浙江大学医学院附属邵逸夫医院曾对644位居民进行研究发现，吃饭快的人体重指数、腰围、内脏脂肪面积均比细嚼慢咽的人都要大。就男女而言，吃饭快对男性“局部胖”的影响更显著，增加104%腹型肥胖风险，85%的内脏型肥胖风险。对于女性来说，吃饭快则对“全身胖”更有影响，会增加59%的超重与肥胖风险。

2.吃饭快可影响消化吸收功能

北京中医药大学东方医院营养科魏帼指出，很多慢性胃炎患者最根本的病因是在年轻时进食不规律、狼吞虎咽。这样的吃法，食物并没有经过充分的咀嚼就进入了胃肠道，给胃肠造成负担不说，长期这样的结果就是导致消化吸收功能下降，出现消瘦、胃肠不适的症状表现，甚至出现胃炎。

3.吃饭慢可降低“三高”风险

已有研究发现，增加咀嚼频率，减缓进食速度，可以减少2型糖尿病的患病率。2015年发表在《国际肥胖杂志》的研究指出，长期进食速度快的人，患有代谢综合征的比例为11.6%。包括高血压、高血糖、高血脂等，进而引发动脉粥样硬化等多种慢性疾病。

2022年，有机构曾做过一个实验，同样的饭菜，一位参与者5分钟吃完，另一位参与者30分钟吃完。5分钟吃完的人，撑着肚子却不满足，试图再找一些吃的，很快感受到了困倦；30分钟吃完的人，吃完饭一下午都很饱，也不想再吃别的，没有很困。而且24小时动态血糖仪测试发现，吃得快的人，血糖波峰更高且波动面积更大，吃得慢的人，血糖的波峰更平缓且波动面积更小。

5个方法让吃饭速度慢下来

当然，也不是吃饭越慢越好。国家心血管疾病重点实验室技术员付淑芳2020年在科普中国刊文建议，早餐时间控制在15~20分钟，中晚餐的话一般25~30分钟。

1.有意识增加咀嚼的次数

想要降低吃饭速度，首先要做到细嚼慢咽，充分咀嚼后再下咽，这也是控制食量的小策略之一。

2.保证一日三餐定时定量

有些人之所以吃饭速度快，是因为饥饿。所以要保证一日三餐定时定量，不要暴饮暴食，也不要饥一顿饱一顿。提前安排好一天时间，给自己留下充裕的吃饭时间。

平时也可以在三餐之间适当进行加餐，吃一些水果，或者将酸奶、牛奶等奶制品或者坚果作为零食放在两餐之间食用。

3.多选需多次咀嚼的食物

比如大块的或者膳食纤维丰富的食物，利用这些本来就比较需要多次咀嚼的食物，先培养起食物在嘴中咀嚼的感觉，渐渐就能改掉平时狼吞虎咽的习惯。

4.吃饭时也要集中注意力

吃饭的时候尽量做到集中精力，只做吃饭一件事。避免玩手机、处理其他事务，这样也可以充分享受到食物的美味，增加进食的满足感。

5.把餐具换成小巧一些的

比如大汤勺可以换成小汤勺，或者每次用餐具舀起来的食物少量一些，都有助于减慢吃饭速度。

据人民日报

幽门螺杆菌是胃癌推手 还是减肥神器

“查出幽门螺杆菌阳性，我离胃癌还有多远？”“听说感染了会暴瘦，能靠它减肥吗？”……针对这些网络热议话题，记者特别邀请重庆两江新区人民医院消化内科副主任医师刘畅，带来科学专业的解答。

感染了不治疗会得胃癌吗

感染幽门螺杆菌，只是增加了患胃癌的风险，但绝不等同于一定会得胃癌。

我们可以用一个比喻来理解：幽门螺杆菌就像是胃里的一块“盐碱地”，它让（胃黏膜）的生长环境变差了，确实更容易长出“杂草”（胃炎、溃疡）甚至“毒草”（胃癌）。但是，从“盐碱地”到“毒草”，还有很长很长的路要走，绝大多数人的地里，只会长点“杂草”。约半数中国人都感染了幽门螺杆菌，但最终患上胃癌的只是极少数。

感染它会导致身体暴瘦吗

幽门螺杆菌不会像“减肥药”一样直接导致暴瘦。这种说法容易引起误解。真正可能导致体重下降的机制是：

1.胃肠道症状影响：如前所述，感染可能引起腹胀、腹痛、食欲不振等症状。当你因为不舒服而吃得少了，营养摄入不足，体重自然就会下降。

2.消化吸收功能减弱：长期的慢性胃炎可能会影响胃的正常消化功能，导致营养吸收不良。

3.心理因素：对感染疾病的过度焦虑和恐慌，本身就会影响食欲和睡眠，从而导致消瘦。

生活中如何预防和治疗

幽门螺杆菌主要通过“口－口”和“粪－口”途径传播：

①推行分餐制或使用公筷公勺，是阻断唾液传播最有效的方法；

②注意食品卫生，不喝生水，不吃生食或未彻底煮熟的食物；

③养成良好的卫生习惯，饭前便后彻底洗手；

④不要口对口喂食婴幼儿；

⑤不共用牙刷、水杯等个人物品。

Hp（幽门螺杆菌）胃炎是一种感染性疾病，无论有无症状或并发症，只要证实感染，且无抗衡因素者都需要接受根除治疗。在抗生素耐药率高的大背景下，目前铋剂四联方案仍然是首选，高剂量的二联方案也是一种选择，须在医生指导下按标准用药。

上游新闻-重庆晨报记者 何艳

[每日科普]

如何与红斑狼疮从容共处

重庆市奉节县人民医院风湿免疫科 曾一

28岁的小雅反复低烧、关节痛半年，以为是劳累过度，直到面颊出现蝶形红疹，最终确诊为红斑狼疮。数据显示，我国约有100万人正与这项自身免疫疾病共处，15~45岁女性占比达90%。医生提醒，出现不明原因发热+关节痛，需立即前往风湿免疫科就诊，并检查抗核抗体谱、补体、尿蛋白定量等关键项，确诊后需记录体温、皮疹、服药情况。

揭开红斑狼疮的神秘面纱

红斑狼疮（SLE）是免疫系统将自身组织识别为“敌人”，发动无差别攻击。这种混乱的根源尚未完全明晰，但医学界已发现关键诱因：携带易感基因（如HLA-DR2/DR3）人群；紫外线照射；EB病毒等感染；肼屈嗪等药物诱发；雌激素分泌异常；遭受重大创伤或长期高压。

红斑狼疮的症状复杂多样。典型表现为鼻梁与双颊的蝴蝶状红疹；雷诺现象；光敏感，紫外线照射后皮疹加重。此外，多器官症状为手指、腕部晨僵肿痛，但不同于类风湿；泡沫尿、下肢浮肿；白细胞、血小板锐减致异常瘀青；头痛、癫痫，甚至出现幻觉。

现代医学的对抗策略

虽然目前无法根治，但规范治疗可使80%患者生存期超过20年，过程中需分层治疗：所有患者必备羟氯喹和维生素D；中重度患者则需准备糖皮质激素，免疫抑制剂方面，建议选择霉酚酸酯和贝利尤单抗，可有效针对狼疮肾炎和精准靶向B细胞。

日常生活中，应做好防晒，物理防晒比防晒霜更可靠，当紫外线指数>3时避免外出；饮食上多吃深海鱼、深绿色蔬菜、低脂乳制品，慎食苜蓿芽、人参、菌菇、蜂王浆等敏感食物；适度运动（太极、瑜伽）和坚持每天15分钟正念冥想，可降低炎症因子、改善关节活动度；保证充足睡眠，提升免疫力修复。

对于生育期的女性患者，病情稳定1年以上，在风湿科与产科共同监护下，70%可成功生育。但需注意，孕前停用甲氨蝶呤等致畸药，抗SSA抗体阳性者需监测胎儿心脏。数据显示，经过积极治疗，2020年红斑狼疮患者的20年生存率已达90%。需注意，患者要定期复查抗dsDNA抗体和补体C3、C4，其指标比症状更早预示复发。北京大学人民医院栗占国教授指出：狼疮治疗已进入“临床无药状态”时代——无症状也需坚持用药。

现代医学下，狼疮已从“不治之症”转变为可控的慢性病，让我们无需恐慌、从容应对。

专家点评

重庆市奉节县人民医院风湿免疫科 翟鹏辉

这篇科普文精准出色，从病因到生活管理覆盖全面。语言极富巧思，将专业知识转化为易懂行动指南，同时也传递出积极信念，是兼具科学性、实用性与人文关怀的典范。

刊登热线 13018333716 15023163856 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

♦重庆商业储运公司1-2-016经营户陈支川遗失保证金收据一张，收据号42087 金额8000.00元，原收据作废。
♦遗失渝中区下罗家湾3号10-5房屋产权为孙银秀的房地产权证，声明作废。
♦遗失谢承兰执业药师资格证书，管理号2015026550262015558010008694作废
♦马姝遗失禹州博学家二期15栋2单元204收款收据，收据号：00003964、00003965 声明作废
♦遗失张泽开重庆西南医院开具的住院票据编号251004638296，金额54328.96元，声明作废。
♦产权人：金新贞，遗失坐落于渝中区鲤鱼村10栋2-6-1的房屋所有权证，证号：房权证101字第049397号，声明作废。

公 告

重庆鸿鑫水产有限公司：我周对你单位作出的北岸人社监罚[2025]4号行政处罚决定书已经发生法律效力，根据《中华人民共和国行政强制法》第五十四条的规定，我局作出了行政处罚催告书（北岸人社监罚催告[2025]9号），因其他方式无法向你单位送达，现依法予以公告，自公告之日起满30日视为送达。

重庆市北碚区人力资源和社会保障局

重庆市荣昌区荣隆镇油菜中心小学迁销公告

根据梁委编委会发[2025]41号文件精神，撤销重庆市荣昌区荣隆镇油菜中心小学（统一社会信用代码12500022649589533244），学校经费预算、银权债务、设施设备、校地校舍等整体并入重庆市荣昌区荣隆镇中心小学，请上述单位的债权人按照有关规定向清算组申报债权。特此公告

重庆市荣昌区荣隆镇油菜中心小学2025年11月4日

♦重庆市渝北区康银厨都大药房（个人独资）变更前名称为渝北区康银药房，其公章5001127038129，财务章5001127038130，遗失作废
♦兹有吴学财遗失上海红星美凯龙品牌管理有限公司重庆江津分公司出具的三棵树艺术漆定金收据，编号3006503，金额10000元，声明作废。
♦遗失重庆鸿鹏电子有限公司公章5002260013916财务专用章5002260013017法人芦玮磊章5002260013918声明作废
♦遗失重庆荣祥家电有限公司公章编号5002260011344财务专用章编号5002260011345发票专用章编号5002260011346法人张雷贵私章编号5002260011347声明作废

注销公告：重庆市巴南区木洞镇港湾幼儿园（统一社会信用代码52500113573425632K）已经理事会形成注销决议，现向社会公告，请债权人在本公告见报之日起45天内向本单位申报债权。联系人：漆海燕 联系电话：15310259993

重庆市沙坪坝区烟草专卖局送达公告

沙烟送公（2025）1139号

2025年8月19日16时36分，本局在重庆市沙坪坝区虎溪街道大学城北路92号附328号查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品卦石（烟支荷花）10条、白沙（精品二代）10条。本局于9月1日依法公开进行现场开箱，至今无人认领，依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十二条，本局决定将无行登记保存的假冒注册商标且伪劣卷烟依法公开销毁。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第六十五条第一款第四项的规定，现将（重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书）（沙烟处理[2025]139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。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月4日

南岸区汇龙路66号12号楼一层部分房屋招商公告

为体现公开、公正、公平的原则，我司位于南岸区汇龙路66号12号楼一层部分房屋（建筑面积：116.99平方米）房屋面向社会公开招租。请有意向的营业机构（单位）或自然人于2025年11月14日15:00前，将营业执照（单位）、法人身份证明或自然人的身份证明、商务条件意向书等相关资料送达至南岸区九龙坡区南坪路68号彩电中心进行报名。

详情咨询：李老师 曹老师023-68183137

重庆广电物业管理有限责任公司

重庆市渝北区康银厨都大药房（个人独资）变更前名称为渝北区康银药房，其公章5001127038129，财务章5001127038130，遗失作废

重庆市渝北区康银厨都大药房（个人独资）变更前名称为渝北区康银药房，其公章5001127038129，财务章5001127038130，遗失作废

♦兹有吴学财遗失上海红星美凯龙品牌管理有限公司重庆江津分公司出具的三棵树艺术漆定金收据，编号3006503，金额10000元，声明作废。
♦遗失重庆鸿鹏电子有限公司公章5002260013916财务专用章5002260013017法人芦玮磊章5002260013918声明作废
♦遗失重庆荣祥家电有限公司公章编号5002260011344财务专用章编号5002260011345发票专用章编号5002260011346法人张雷贵私章编号5002260011347声明作废

重庆市沙坪坝区烟草专卖局送达公告

沙烟送公（2025）1139号

2025年8月19日16时36分，本局在重庆市沙坪坝区虎溪街道大学城北路92号附328号查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品卦石（烟支荷花）10条、白沙（精品二代）10条。本局于9月1日依法公开进行现场开箱，至今无人认领，依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十二条，本局决定将无行登记保存的假冒注册商标且伪劣卷烟依法公开销毁。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第六十五条第一款第四项的规定，现将（重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书）（沙烟处理[2025]139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。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月3日

重庆市万州区烟草专卖局送达公告

无主：2025年6月27日本局联合公安在重庆市万州区五桥六家坝家具城内板兔块进分货中心查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案，因无法找到案件当事人，无法进一步查明案件事实，我局已于2025年11月4日依法作出将先行登记保存的卷烟中软硬120条予以公开销毁的决定。因受送达人下落不明，且其他送达方式均无法送达行政法律文书，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第六十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市万州区烟草专卖局行政处罚决定书》（万州烟处理[2025]95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。

重庆市万州区烟草专卖局 2025年11月4日

重庆市綦江区烟草专卖局公告

2025年11月3日，本局联合部警部门在重庆市綦江区工业园区快递处理中心（韵达快递分拣中心）依法查获涉嫌超限量寄递、异地携带电子烟产品、雾化物、电子烟用烟碱的快递包裹（单号为4044339243777171），内有ZERROS（HONEY PEACH）3个、ZERROS（HAMMELON）5个等2个品规，共8个电子烟烟弹，邮管部门现场交由本局依法处理。通过收件人发寄件人等相关信息，本局无法与货主取得联系。本局现公告寻找该批电子烟烟弹的货主，请以上电子烟烟弹货主于本公告发布之日起60日内前来我局（地址：重庆市綦江区文龙街道九龙大道37号；联系人：白太安；电话023-49628339）接受调查处理，逾期不到的，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规定，依法对该批电子烟烟弹作出处理决定。

重庆綦江区烟草专卖局 2025年11月5日

重庆市万州区烟草专卖局送达公告

无主：2025年6月27日本局联合公安在重庆市万州区五桥六家坝家具城内板兔块进分货中心查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案，因无法找到案件当事人，无法进一步查明案件事实，我局已于2025年11月4日依法作出将先行登记保存的卷烟中软硬120条予以公开销毁的决定。因受送达人下落不明，且其他送达方式均无法送达行政法律文书，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第六十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市万州区烟草专卖局行政处罚决定书》（万州烟处理[2025]95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。

重庆市万州区烟草专卖局 2025年11月4日

1.重庆市北川区南大街街道兴隆村上地膜股份经济合作社，开户行可证号码：J6530111902601 遗失，现登报声明作废。
2.重庆市北川区南大街街道兴隆村深井湾股份经济合作社，开户行可证号码：J6530131779501 遗失，现登报声明作废。
3.重庆市北川区南大街街道兴隆村魏家坝股份经济合作社，开户行可证号码：J6530111779701 遗失，现登报声明作废。
4.重庆市北川区南大街街道兴隆村拱桥股份经济合作社，开户行可证号码：J6530111929101 遗失，现登报声明作废。
5.重庆市北川区南大街街道兴隆村滩龙桥股份经济合作社，开户行可证号码：J6530111901201 遗失，现登报声明作废。

重庆市涪陵区烟草专卖局（行政处理决定书）送达公告

无主：2025年6月23日9时57分，本局在重庆市涪陵区涪陵镇韵达快递分拨中心，现场未发现当事人涉嫌无烟草专卖品准运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》第七十三条的规定，已于2025年10月31日作出依法公开销毁本案伪劣卷烟：无牌号（自制烟）99条。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》第五十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市涪陵区烟草专卖局行政处罚决定书》（涪烟处理[2025]51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。

重庆市涪陵区烟草专卖局 2025年11月3日

重庆市沙坪坝区烟草专卖局送达公告

沙烟送公（2025）1141号

2025年8月27日10时53分，本局在重庆市沙坪坝区渝能路街道杨梁路160号查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品无牌号（自制烟）600条。本局于8月29日依法公开进行现场开箱，至今无人认领，依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定将无行登记保存的伪劣卷烟依法公开销毁。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书》（渝烟处理[2025]141号）予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月4日

重庆市武隆区烟草专卖局（行政处理决定书）送达公告

无主：2023年2月17日，本局在武隆区凤山街道龙湖西六洲国际物流园韵达快递分拣场，查获涉嫌无烟草专卖品准运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》第七十二条规定，于2023年11月14日作出将证据先行登记保存的106条真假品卷烟予以公开依法变卖的决定。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》第五十五条第一款第四项的规定，现将重庆市武隆区烟草专卖局行政处罚决定书（武烟处理[2025]第42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。

重庆市武隆区烟草专卖局 2025年11月4日

注销公告：重庆市巴南区华艺教育培训学校（统一社会信用代码52500113089116800X）已经理事会形成注销决议，现向社会公告，请债权人在本公告见报之日起45天内向本单位申报债权。联系人：张杏晖 联系电话：18983770007

重庆市沙坪坝区烟草专卖局（行政处理决定书）送达公告

无主：2025年6月17日7时59分，本局在重庆市沙坪坝区沛梁镇云路53号路边摊位，现场未发现当事人涉嫌无烟草专卖品准运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》第七十三条的规定，已于2025年10月31日作出依法公开销毁本案伪劣卷烟：无牌号（自制烟）30条。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》第五十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书》（沙烟处理[2025]50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。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月3日

重庆市沙坪坝区烟草专卖局（行政处理决定书）送达公告

无主：2025年6月27日上午10时，本局在重庆市沙坪坝区凤凰路二期一家菜场内板兔块进分拨中心查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案，因无法找到案件当事人，无法进一步查明案件事实，我局已于2025年11月4日依法作出将先行登记保存的卷烟中软硬120条予以公开销毁的决定。因受送达人下落不明，且其他送达方式均无法送达行政法律文书，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书》（沙烟处理[2025]51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。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月4日

重庆市沙坪坝区烟草专卖局送达公告

沙烟送公（2025）1138号

2025年8月19日16时28分，本局在重庆市沙坪坝区虎溪街道大学城北路92号附329号查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品苏烟（五星红标）20条。本局于9月1日依法公开进行现场开箱，至今无人认领，依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十二条，本局决定将无行登记保存的假冒注册商标且伪劣卷烟依法公开销毁。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第六十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书》（沙烟处理[2025]138号）予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月4日

重庆市大渡口区烟草专卖局送达公告

渡烟送公（2025）第26号 无主：2025年8月27日本局在重庆市大渡口区福园路恒通国际汽摩城中通快递公司查获当事人涉嫌无烟草专卖品准运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》第十二条的规定，于2025年11月4日作出将先行登记保存的卷烟中软硬（精品）99条。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》第五十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市渡口区烟草专卖局行政处罚决定书》（渡烟处理[2025]第26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。

重庆市大渡口区烟草专卖局 2025年11月4日

重庆市沙坪坝区烟草专卖局送达公告

沙烟送公（2025）1137号

2025年8月19日16时28分，本局在重庆市沙坪坝区虎溪街道大学城北路92号附329号查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品苏烟（五星红标）20条。本局于9月1日依法公开进行现场开箱，至今无人认领，依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十二条，本局决定将无行登记保存的假冒注册商标且伪劣卷烟依法公开销毁。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第六十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市沙坪坝区烟草专卖局行政处罚决定书》（沙烟处理[2025]137号）予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2025年11月4日

重庆市璧山区烟草专卖局公告

璧烟公（2025）第47号

2025年11月3日，我局在重庆市璧山区璧泉街道华龙一支路路口附近道路旁查获的无牌号自制烟，并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市璧山区烟草专卖局（地址：重庆市璧山区璧泉街道金剑路217号，联系人：邓旭东，联系电话：023-47189963）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相应处理。特此公告。

品种规格	单位	数量
无牌号自制烟（200支）	条	281
其计：（品种）1个	总计：（数量）281条	

重庆市璧山区烟草专卖局 2025年11月3日

重庆市荣昌区烟草专卖局送达公告

荣烟送公（2025）第57号 2025年10月27日，我局在重庆市荣昌区昌州街道昌州大道东段37号查获在渝昌州工业园区路路旁查获的无牌号自制烟，并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市荣昌区烟草专卖局（地址：重庆市荣昌区昌元街道昌州大道中段248号，联系人：李超，联系电话：023-46790776）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相应处理。特此公告。

品种规格	单位	数量
天子香王（硬）	条	13
云烟软珍品（白沙和天下）	条	4
南京悦都（中华软）	条	5
其计：（品种）5个	总计：（数量）46条	20

重庆市荣昌区烟草专卖局 2025年11月4日

徐光碧遗失购买若梅拉文化旅游（山东）有限公司开发隐秀37-523室商品房认购书一份，编号0000208，声明作废。

益重庆住房产经营管理有限公司1-7-2栋经营户罗开凤遗失保证金收据一张，收据号1919906金额1000.00元，原收据作废。
益重庆市渝能运输公司1-7-2栋经营户罗开凤遗失保证金收据一张，收据号0045420金额2000.00元，原收据作废。