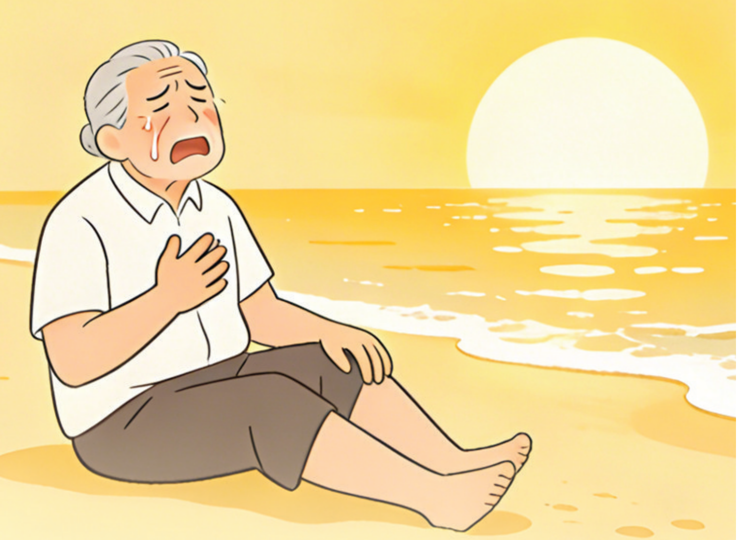
春节避寒南迁度假

当心候鸟式心血管疾病



寒假开启，春节假期将至，不少市民选择前往海南等南方温暖地区避寒过冬。短时间内跨气候带迁徙带来的温差异常，易引发人体血压剧烈波动，增加心血管疾病发病风险，这类“候鸟式”心血管病发病高峰多在抵达目的地后3天左右，一周内为急性应激期。医学专家提醒，有高血压、冠心病等基础疾病的老年群体，需提前体检调药，抵达后做好血压监测，全程规律服药。

南北温差大别让心受累

寒假遇春节，南下避寒成了不少人的选择，海南、广西、广东等温暖地区迎来一波旅居热潮。但医学专家提醒，从北方的寒冷却到南方的温暖，短时间内的气温骤变，很容易给心血管系统带来负担，尤其老年人更要当心。

“在重庆上飞机时气温10℃左右，抵达海南时接近30℃，这种温差对一些人来说冲击很大。”重庆医药高等专科学校附属第一医院心血管内科副主任医师赵星解释说，气温快速变化对血压影响显著，老年人血管调节能力弱，骤升的温度会直接影响心脏和大脑供血。重庆大学附属沙坪坝医院心血管内科主任唐刚也表示，“候鸟式”心血管病多在抵达后一周内发作，3天左右是发病高峰。不仅如此，寒潮带来的气温骤降同样会冲击心血管，寒潮过后，医院心脑血管介入手术量会明显增长。

出门前先把身体查明白

想要安心南下避寒，出发前的准备工作得做足，尤其是有高血压、冠心病等基础疾病的老人，别忙着收拾行李，先把身体状况摸清楚。

赵星建议，有南迁计划的基础疾病患者，出发前一定要做一次全面体检，除了常规的血压、血糖检测，还需做心电图、脑血管评估等项目，明确自身健康状况。同时要主动告知医生出行计划，由专业医生根据目的地气候，调整日常服用的药物，避免因环境变化导致药效不佳。专家共识也推荐，迁徙前要做好动态血压监测，建立健康信息卡，记录既往病史、服药清单等关键信息。

另外，出发前可以逐步调整室内温度，每天调0.5至1℃，慢慢接近目的地的气温，让身体提前适应。还要按旅居时长多备7天的药量，硝酸甘油等急救药品要放在随身易取的地方，同时提前了解目的地的医疗资源，优选周边有三甲医院的住宿地点。

到地方稳住血压和作息

抵达温暖的目的地，别忙着游玩打卡，身体的适应期才是关键，核心就是稳住血压，别让作息和饮食乱了套。

唐刚提醒，抵达后前3天要重点监测血压，建议每天测3次，后续一周每天测2次，一旦血压不达标，要第一时间咨询医生。很多老人觉得身体舒服了，就自行减药甚至停药，这是大忌，即使血压有小幅下降，也需在医生指导下调整用药。同时要保持情绪稳定，陌生环境的焦虑容易诱发血压升高，清淡饮食、规律作息也不能少，别熬夜赶行程，也别一次性吃太多当地的海产品、甜点心，减少身体负担。

唐刚还建议，抵达后前3天要避免爬山、游泳、长时间泡温泉等剧烈活动，以防大量出汗导致血压骤降；每天保证1500至2000毫升的饮水量，避免血液黏稠；即便天气温暖，一早一晚气温偏低时也尽量减少外出，做好保暖。

不舒服别硬扛及时就医

不管是南迁的途中，还是在当地旅居，一旦身体出现不适，千万别抱着“忍忍就好”的想法，及时就医才是最稳妥的做法。

赵星提醒，出行途中如果出现头晕、胸闷、心慌等症状，要立即停止活动，坐下或平躺休息，解开衣领保持呼吸通畅，同时测量血压，若症状持续不缓解，要马上联系乘务人员寻求医疗帮助。长途出行时，每1至2小时起身活动一下，伸伸腿、动动脚，促进血液循环，避免久坐引发血栓。

旅居期间，若出现收缩压骤升至180毫米汞柱以上、剧烈头痛、胸痛、肢体麻木等症状，这是急性心脑血管事件的前兆，要立即拨打120急救电话，同时准备好健康信息卡、用药清单，方便医生快速了解病情。有基础疾病的老人，家中要常备急救药品，家人也需熟悉当地的急救流程和附近医院的位置。

赵星表示，其实“候鸟式”心血管病并不可怕，核心就是应对好气温骤变带来的身体调节失衡。只要做好提前体检、全程监测、规律作息，不舒服及时就医，就能有效降低发病风险，让春节避寒之旅既温暖又安心。

上游新闻-重庆晨报记者 何艳

老人用筷子蘸酒喂5月龄宝宝尝，致其近乎肝衰竭

蘸酒逗娃不可取 莫让年味变苦味

近日，河南郑州一名5月龄宝宝被老人用筷子蘸酒喂食，出现肝损伤近乎肝衰竭，此类儿童接触酒精的危险案例多地均有发生。春节家庭聚会增多，医生紧急提醒，婴幼儿身体尚未发育完善，对酒精耐受度极低，一滴酒也可能造成不可逆伤害，需杜绝蘸酒逗娃行为。

饭桌陋习成隐形杀手

新春佳节，本应是阖家团圆、共享天伦的温馨时刻，然而一个流传已久的陋习，却可能在欢宴中埋下健康隐患。近日，河南郑州一名仅5个月大的婴儿，因家中老人出于喜爱和逗趣，数次用筷子蘸取白酒让其吮吸，婴儿随后出现精神萎靡、嗜睡、皮肤明显发黄等症状。经医院紧急检查，孩子的肝脏已遭受严重损伤，相关指标逼近肝衰竭边缘，生命一度垂危。

“尽管因此导致急性肝损伤的案例在临床上并非最主流，但每逢春节、家庭聚会密集时期，类似风险就会显著增加。”武汉儿童医院消化内科主任医师王宝香对此深感忧虑。她指出，许多家长，尤其是长辈，严重低估了酒精对婴幼儿的毒性，往往将“沾一点尝尝”视为无伤大雅的玩笑或表达亲昵的方式，殊不知这看似微不足道的一滴，对孩子稚嫩的身体而言，不啻于一剂“毒药”。

这起令人揪心的事件绝非孤例。近年来，国内多地均出现过因喂食含酒精食物或直接用酒逗弄幼儿，导致儿童酒精中毒、脑损伤甚至危及生命的报道。这些悲剧反复敲响警钟：在儿童健康问题上，任何基于“传统”或“经验”的疏忽，都可能造成无法挽回的后果。

幼小身体难挡酒精侵袭

为什么对成年人来说可能仅是“一小口”的酒，对婴幼儿却会造成如此严重的伤害？其根源在于儿童，特别是婴幼儿，身体各系统远未发育成熟，尤其是负责解毒的肝脏和正在高速发育的大脑。

王宝香主任从生理机制上给出了清晰的解释：“婴幼儿的肝脏功能是一个逐步完善的过程。负责代谢酒精的酶类，如乙醇脱氢酶和乙醛脱氢酶，在儿童体内活性非常低。”这意味着酒精进入幼儿体内后，代谢速度极其缓慢，有毒的中间产物乙醛会在体内长时间滞留并积聚，其毒性被放大，从而对肝细胞造成直接且猛烈的攻击。这种损伤往往是急性的、进展迅速的，极易导致脂肪肝、酒精性肝炎，乃至急性肝衰竭。

更为严重的是，酒精对儿童神经系统的损害可能是永久性的。王宝香强调：“婴幼儿的血脑屏障尚未发育完善，酒精可以轻易穿透，直接毒害正在分化、生长的神经细胞。”这种神经毒性会影响孩子未来的认知能力、学习记忆和行为发育，造成的智力或行为落后往往是不可逆的。此外，酒精还会对幼儿的心脏、胰腺等器官造成损害，并增加远期健康风险。

医学界的共识非常明确：对于婴幼儿及儿童而言，酒精不存在所谓的“安全剂量”。无论是白酒、啤酒、黄酒，还是常被误认为“无害”的米酒、酒酿，甚至是大量使用料酒烹调的菜肴，都应严格避免让孩子接触。

误饮酒这样做才最稳妥

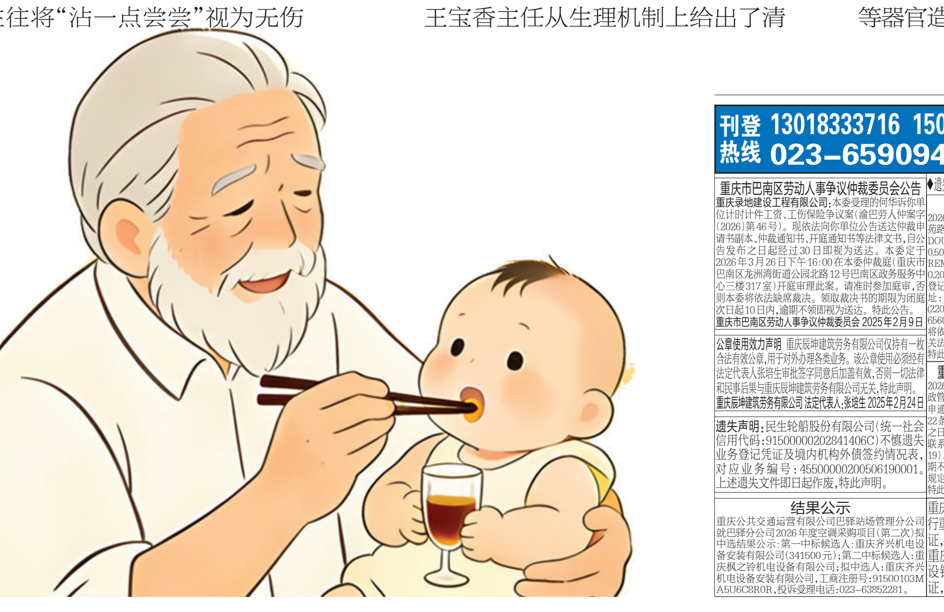
如果孩子不慎误饮酒精，家长保持冷静是第一步，科学处理能最大程度降低伤害，盲目操作反而可能加重危险。

首先要立即阻止孩子继续接触酒精，观察孩子的状态，看看是否出现面色潮红、头晕、呕吐、嗜睡等症状，同时查看误饮时间和剩余酒量，估算大致摄入量，为就医提供准确信息。

若孩子意识清醒，可让其大量饮水，用干净手指或压舌板轻轻按压舌根催吐，切记不要用筷子、棉签等硬物，也不要用不干净的手指，避免损伤孩子娇嫩的咽喉和食管。但如果孩子已经嗜睡、意识模糊，绝对不能催吐，否则呕吐物吸入气管可能引发窒息。

一旦孩子出现烦躁、呼吸异常、昏迷、抽搐等情况，要立即拨打120，等待救护车时让孩子保持侧卧位，及时清理口鼻腔异物，确保呼吸通畅澎湃新闻。也可给孩子喂纯牛奶或鸡蛋清，在胃黏膜形成保护层，减少酒精吸收。

据新京报



刊登热线 13018333716 15023163856 023-65909440 微信同号

重庆市巴南区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆录地建设工程有限公司：本委受理的何华诉你单位计时计件工资、工伤保险争议案(渝巴劳人仲案字〔2026〕第46号)。现依法向你单位公告送达仲裁申请书副本、仲裁通知书、开庭通知书等法律文书，自公告发布之日起经过30日即视为送达。本委定于2026年3月26日下午16:00在本委仲裁庭(重庆市巴南区龙洲湾街道公园北路12号巴南区政务服务中心三楼317室)开庭审理此案。请准时参加庭审，否则本委将依法缺席裁决。领取裁决书的期限为闭庭次日起10日内，逾期不领即视为送达。特此公告。
重庆市巴南区劳动人事争议仲裁委员会 2025年2月9日

公章使用效力声明 重庆辰坤建筑劳务有限公司仅持有一枚合法有效公章，用于对外办理各类业务。该公章使用必须经有法定代表人张培生审批签字同意后加盖有效，否则一切法律和民事后果与重庆辰坤建筑劳务有限公司无关，特此声明。
重庆辰坤建筑劳务有限公司 法定代表人：张培生 2025年2月24日

遗失声明：民生轮船股份有限公司(统一社会信用代码：91500000202841406C)不慎遗失业务登记凭证及境内机构外债签约情况表，对应业务编号：45500000200506190001。上述遗失文件即日起作废，特此声明。

结果公示
重庆公共交通运营有限公司巴驿站场管理分公司就巴驿分公司2026年度空调采购项目(第二次)拟中选结果公示：第一中标候选人：重庆齐兴机电设备安装有限公司(341500元)；第二中标候选人：重庆枫之铃机电设备有限公司；拟中选人：重庆齐兴机电设备安装有限公司，工商注册号：91500103MA5U6C8R0R，投诉受理电话：023-63852281。

♦遗失江翠红渝派精品服饰城伍千元保证金收据0025625作废

重庆市沙坪坝区烟草专卖局公告
2026年02月02日，我局在重庆市沙坪坝区虎溪街道景苑路8号附11号旁查获卷烟，品种有ESSE(CHANGE DOUBLE Applemint Wine)0.40条，PEEL(suika)0.50条，爱喜(幻变)0.50条，520(薄荷晶球SUPREME)0.70条，peel(caracara)0.70条，peel(melon)0.20条等6.0个品规，共计3.0条卷烟，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(地址：重庆市沙坪坝区烟草专卖局，联系人：闫小兵(22000652038)，邓淇(22000652024)，联系电话：65602665)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。 重庆市沙坪坝区烟草专卖局2026年2月3日

重庆市垫江县烟草专卖局涉案卷烟无主公告
2026年2月6日，重庆市垫江县烟草专卖局联合垫江邮政管理局在重庆市垫江县牡丹大道86号客运中心后面申通快递查获涉案卷烟：中华(双中支)20条、中华(软)22条，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(地址：重庆市垫江县桂南大道83号，联系人：胡圣童(22003152013)、黄丽羽(22003152019)，联系电话：023-74511061)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》第七十三条的规定，对涉案卷烟依法进行处理。
特此公告 重庆市垫江县烟草专卖局 2026年2月6日

重庆市江北区天主教爱国会遗失中国工商银行重庆市江北区支行五里店分理处开户许可证，核准号：J6530015897801，声明作废。

重庆市江北区天主教德肋撒堂遗失中国建设银行重庆市江北五里店支行开户许可证，核准号：J6530131645801，声明作废。

国网合川供电公司印章遗失说明
遗失：1.中国共产主义青年团国网重庆合川区供电有限责任公司委员会财务专用章(1枚)；2.国网重庆市电力公司合川供电分公司项目管理中心(1枚，编号：5003827052988)；3.国网重庆市电力公司合川供电分公司业务专用章(4)(1枚，编号：5003827053049)；4.国网重庆市电力公司合川供电分公司供用电合同专用章(12)(1枚，编号：5003827053074)；5.国网重庆市电力公司合川供电分公司供用电合同专用章(3)(1枚，编号：5003827053062)；6.国网重庆市电力公司合川供电分公司供用电合同专用章(10)(1枚，编号：5003827053072)；7.国网重庆市电力公司合川供电分公司业务专用章(3)(1枚，编号：5003827053048)；8.国网重庆市电力公司合川供电分公司业务专用章(10)(1枚，编号：5003827053055)；9.国网重庆市电力公司合川供电分公司发票专用章(2)编号：5003827053466)、(3)编号：5003827053467、(4)编号：5003827053468、(5)编号：5003827053469，(4枚)；10.中共国网重庆市电力公司合川供电分公司机关第一支部委员会(1枚，编号：5003827066890)；11.中共国网重庆市电力公司合川供电分公司机关第二支部委员会(1枚，编号：5003827066898)；12.中共国网重庆市电力公司合川供电分公司供电所支部委员会(1枚，编号：5003827066892)。合计：15枚，声明作废。

重庆市大渡口区烟草专卖局公告 渡烟公〔2026〕第12号
2026年2月4日，我局在重庆市大渡口区恒通国际汽摩城中通快递公司查获卷烟南京(雨花石)2条、中华(细支)2条、熊猫(经典细支)2条，并依法予以先行登记保存。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第四十七条之规定，我局执法人员对先行登记保存的物品进行了拍照和移送有关机关进行鉴定。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市大渡口区烟草专卖局(地址：重庆市大渡口区春晖路89号2-1，联系人：王宗菁、周亮，联系电话：023-68950992)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》第七十三条及有关法律法规规定，依法对涉案卷烟作出处理。特此公告。 重庆市大渡口区烟草专卖局 2026年2月6日

♦吴廷婷遗失护士执业证书，编号201650010582，声明作废。

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会公告
渝北区嘿猴餐饮店(个体工商户)：本委受理黄羽与你单位劳动争议一案(渝北劳人仲案字〔2026〕第868号)。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，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2026年3月30日上午9时在重庆市两江新区桂馥大道10号劳动人事争议仲裁院206(仲裁二庭)开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。
重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会2026年2月9日

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会(原重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会)公告
重庆焘极餐饮文化有限公司机场六店、重庆焘极餐饮文化有限公司机场一店、重庆焘极餐饮文化有限公司：本委受理周世秀、张金凤、唐星星、张政与你三单位劳动争议一案(渝北劳人仲案字〔2026〕第778-781号)。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，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2026年3月30日上午9时在重庆市两江新区桂馥大道10号劳动人事争议仲裁院仲裁三庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。
重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会2026年2月9日

兹重庆市商业储运公司1-7-016经营户廖方全遗失保证金收据一张，收据号31499金额2000元，原收据作废。
兹重庆市商业储运公司1-7-017经营户廖方全遗失保证金收据一张，收据号31500金额2000元，原收据作废。
兹重庆恒升资产经营管理有限公司1-7-017经营户廖方全遗失保证金收据一张，收据号1920048金额1000元，原收据作废。
兹重庆恒升资产经营管理有限公司1-7-016经营户廖方全遗失保证金收据一张，收据号1920047金额1000元，原收据作废。

遗失声明：重庆世瑞精密机械制造有限公司遗失公章(编号5003817120034)、遗失重庆世瑞精密机械制造有限公司2021年4月27日核发营业执照正本、副本，统一社会信用代码：91500116MAABP92RX0，声明作废。

重庆市云阳县烟草专卖局《行政处理决定书》送达公告
2025年12月2日本局在重庆市云阳县双江街道迎宾大道886号中通快递查获其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》第七十三条规定，于2026年2月6日作出将先行登记保存的违法物品全部销毁的决定。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(四)项的规定，现将重庆市云阳县行政处理决定书云烟处理(2025)89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。
重庆市云阳县烟草专卖局 2026年2月6日

重庆市两江新区(原渝北区)劳动人事争议仲裁委员会公告
渝北区洽果熊水果经营店(个体工商户)、吴锋：本委受理的刘敏、李凤玲、杨勇萍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〔2026〕第78、79、80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(地址重庆市两江新区桂馥大道10号仲裁院209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。
重庆市两江新区(原渝北区)劳动人事争议仲裁委员会 2026年2月9日

公 告
开州规资公[2026] 25号
位于重庆市开州区竹溪镇荷花街533号房屋，建筑面积103.02平方米。经竹溪镇荷花街居民委员会第五居民小组、竹溪镇荷花街社区居民委员会、竹溪镇村镇建设服务中心、竹溪镇人民政府确认，该房屋建成时间为1989年7月。经我局现场查看，符合竹溪镇土地利用总体规划。现谭建蓉申请上述房屋初始登记，无法提供房屋权属来源证明。按照《重庆市土地房屋权属登记条例》第四十二条规定，现对上述拟登记事项予以公告。相关权利人或利害关系人如有异议，请以书面形式向我局提出，如无异议或异议不成立的，自登报公告之日起30日后，我局将对该房屋依法登记。
重庆市开州区规划和自然资源局 2026年2月4日