值班编辑：王万琼 校检：罗 艳
E-mail:qdnrbggb@163.com 热线电话：0855-8262760
黔东南日报

我州首家减重医学中心成立 科学减重护航健康

本报讯（记者 王书燕 黎北平）为倡导和推进文明健康生活方式，提升全民体重管理意识和技能，5月20日，黔东南州人民医院成功举行减重医学中心揭牌仪式暨多学科大型义诊活动，为广大肥胖患者提供科学、系统、个性化的健康管理服务。

当天，黔东南州卫生健康局和黔东南州人民医院相关领导以及相关科室负责人出席揭牌仪式，共同见证这一重要时刻，标志着该中心全面投入运行。随后，在多学科大型义诊现场，前来咨询的市民络绎不绝。来自内分泌科、营养科等相关领域的专家团队为前来咨询的市民免费提供肥胖评估、代谢性疾病筛查及营养指导等咨询诊疗服务，并耐心解答关于减重的疑问，活动现场气氛热烈。而在减重医学中心门诊也有不少市民前来排队咨询诊疗。

“夏天快到了，谁都想显露自己苗条的身材，来到这里有医生对我自身的情况，对我的年纪，对我的饮食控制一对一的指导，我觉得特别好，科学减肥，健康体重很重要。”市民罗女士说。

据悉，黔东南州人民医院减重医学中心作为集多学科优势于一体的专业诊疗机构，整合了该院内分泌科、临床营养科、中医科、内镜中心等九大学科资源，可通过多学科协作（MDT）模式，打破学科壁垒，针对不同患者的个体差异，制定个性化的综合减重方案，提供权威、科学、系统的减重诊疗服务。

“这个减重医学中心，我们是有专业的一个团队进行全面的评估，针对患者是一人一方，治疗方案是由我们的这个团队来共同进行制定的，对（患者）他进行一个全周期的管理。”黔东南州减重医学中心执行主任说。

黔东南州人民医院作为三级甲等综合医院，积极响应《健康中国2030规划纲要》，该减重医学中心的成立标志着黔东南州人民医院学科建设迈入整合化、精准化的新阶段，展现了公立医院服务国家战略的责任担当，填补了区域专业诊疗的空白，有效推动全州居民健康素养与全州代谢性疾病防治能力提升。

黔东南州人民医院（贵州医科大学附属医院黔东南医院）党委副书记、执行院长说：“作为黔东南州首家专业的减重医学中心，进一步增强医院的综合竞争力，推动医院从‘治病’向‘健康管理’的转型，未来计划与省级医院、高校合作开展肥胖的相关流行病学调查等科学研究，输出‘黔东南经验’。我们不仅要治病救人，更要成为健康生活方式的倡导者和推动者。”

没有出汗，可以不洗澡吗？

科普知识

夏天到了，因为温度太高，浑身黏糊糊的感觉真难受。

出汗了要洗澡，清爽又舒服，这是大家都知道的基本共识，但如果没有出汗，还要不要洗澡呢？

我们知道，人类的皮肤表面几乎布满了汗腺。以手掌和脚掌为例，每平方厘米的皮肤（大约像成人小指甲盖的大小），就有250个到550个的汗腺。

当我们在运动、高温环境或情绪激动时，皮肤的汗腺就会分泌汗水，然后通过蒸发、散热调节体温，避免身体过热，这时候的汗，大家能明显感觉出来。

但是，即使感觉不出来时，我们也无时无刻不在出汗，这种主观上没有感觉出来的出汗，就是“不显性出汗”。

汗水含有很多的微量成分，比如钠离子、氯离子、钾、维生素和矿物质以及其他的一些代谢产物等。

尤其在腋窝、私密处等部位，还会有特殊的汗腺，我们叫做大汗腺。它产生的汗水黏稠、油分重，还有蛋白质、糖和氨，再加上细菌的“催化”，更容易产生汗臭味。如果这种汗臭味更严重一些，就是我们说的狐臭、腋臭了。

我们拿数据说话，以正常成年男性为例，体表面积大概是1.75平方米，研究发现，在环境温度分别为22℃、27℃和30℃的时候，休息状态下，每天不显性出汗的总量分别是381毫升、526毫升和695毫升。

也就是说，人啥都没做，每天皮肤都会悄悄地排掉差不多一瓶饮料的汗水。

此外，要注意的是，即使出汗不多，皮肤仍然会接触到环境中的灰尘、污垢和空气中的污染物。

除开外界环境因素，身体表面本身的细菌含量也会增多，皮肤还会自然分泌油脂和死皮细胞，这些都可以在身体表面堆积。

所以说，即使没有明显的出汗，建议仍要有适度的洗澡频率，保持身体清洁基本卫生要求。

那么，从健康的角度考虑，每天洗几次澡最好？对于个体而言，洗澡频率其实没有定论，南方和北方各有自己的洗澡习惯，但从健康角度来说，还是更推荐夏天勤洗澡，最好每天洗一次澡。洗澡时需要注意避免烫洗，洗完后建议加强皮肤保湿，涂抹润肤霜。

根据调查发现，如果每天洗澡的话，不但能够舒缓压力，对健康状况的自我感觉更好，并且睡眠质量也更高。对老年人来说，勤洗澡还可以减少失能的风险，能够较好地预防抑郁或认知功能下降。

综上所述，没有出汗并不代表身体是清洁的，所以不管有没有出汗，夏天都建议大家最好每天洗一次澡。

（摘自《科普中国》）

凯里市住房和城乡建设局 批准商品房预售公告

根据《中华人民共和国城市房地产管理法》《城市商品房预售管理办法》及《贵州省城镇房地产开发经营管理条例》的规定，经本局审核批准，下列商品房已具备预售条件，准予上市。预售下列商品房的单位应当在合同签定之日起三日内到凯里市住房和城乡建设局进行登记备案。

项目名称：凯里恒大城
房屋坐落：贵州省黔东南苗族侗族自治州凯里市金山大道88号
建设工程规划许可证号：建字第520000201810611号
在建项目开工时间：2019年3月25日 竣工时间：2024年6月30日
预售房屋栋号：凯里恒大城一期2号地下室
预售证号：2024凯里商房预字第010号
预售面积：6110.61㎡，其中住宅：0㎡，非住宅：6110.61㎡
建设工程规划许可证号：建字第522601202000060号
在建项目开工时间：2019年8月1日 竣工时间：2024年12月31日
预售房屋栋号：凯里恒大城二期B区地下室
预售证号：2024凯里商房预字第009号
预售面积：14176.75㎡，其中住宅：0㎡，非住宅：14176.75㎡
建设工程规划许可证号：建字第520000201810611号、建字第522601202000060号
在建项目开工时间：2019年3月25日 竣工时间：2024年5月30日
预售房屋栋号：凯里恒大城8栋9栋商业14栋商业15栋商业16栋商业17栋商业
预售证号：2024凯里商房预字第007号
预售面积：5356.41㎡，其中住宅：0㎡，非住宅：5356.41㎡
售房企业名称：贵州凯地置业有限公司
法定代表人：谢鑫生 联系电话：0855-8225299
土地出让年限：终止日期：住宅用地至2081年1月27日止
商业用地至2051年1月27日止
预售资金监管银行：中国建设银行股份有限公司黔东南州分行
预售资金监管账号：52050166363600002228-0005
以上商品房预售许可公告内容若有异议，请与凯里市住房和城乡建设局联系，联系电话：8211290。

黔东南润潮广告有限公司 关于召开股东会的通知

各位股东：

本公司决定于2025年6月5日在办公室（贵州省黔东南苗族侗族自治州凯里经济开发区红星美凯龙五楼8021号）召开关于黔东南润潮广告有限公司注销的会议。

请公司所有股东成员：马建歧、郭亚军、王淋务必于2025年6月5日到办公室参加会议。

特此通知

黔东南润潮广告有限公司
2025年5月21日

声 明

苗富侗侨已转让，请2024年12月21日前充值的会员请于2025年5月31日前到店办理转会员卡业务（本店更换新系统），如未及时办理造成损失本店概不负责。

详情请咨询：0855-2218888
联系人：熊经理 15685566690
特此声明

凯里市苗富侗侨足浴养生馆
2025年5月21日

遗失声明

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区2(15)栋2单元501号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005621；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：94.13平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区2(15)栋2单元602号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005640；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：94.13平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区2(15)栋2单元1001号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005627；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：94.13平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区3(16)栋2单元201号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005579；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：81.43平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区3(16)栋2单元602号房《商品房预售合同登记备案表》

遗失声明

原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005603；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：106.51平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区3(16)栋2单元801号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005588；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：81.43平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区2(15)栋2单元401号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005620；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：94.13平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失黔东南州贵仁房地产开发有限公司丽景东庭项目三区2(15)栋2单元402号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2014005637；坐落：凯里市开怀片区金山大道78号；面积：94.13平方米。特声明作废。
冯济乾
2025年5月21日

●不慎遗失贵州虹祥房地产开发有限公司凯里分公司《购房收据》1张，收据号：18307605；金额：20000元。房号：10-1-5-4。特声明作废。
周登富
2025年5月21日

●不慎遗失《不动产权证书》1本，证号：黔（2018）凯里市不动产证明第0022028号；房屋坐落：凯里市金山大道68号虹祥东城里项目一期10栋5层5-4号；面积：84.85平方米。特声明作废。
周登富
2025年5月21日

●不慎遗失贵州虹祥房地产开发有限公司10栋5-4号房《商品房买卖合同》原件1份，合同编号：2018008604；坐落：凯里市金山大道68号虹祥东城里项目一期10栋5层5-4号；面积：84.85平方米。特声明作废。
周登富
2025年5月21日

●不慎遗失贵州虹祥房地产开发有限公司10栋5-4号房《商品房预售合同登记备案表》原件1份、合同编号：2018008604；坐落：凯里市金山大道68号虹祥东城里项目一期10栋5层5-4号；面积：84.85平方米。特声明作废。
周登富
2025年5月21日

●不慎遗失《食品经营许可证》正、副本，许可证编号：JY35226270354177，特声明作废。
天柱县立蒙儿童之家幼儿园有限公司
2025年5月21日

●不慎遗失《营业执照》正、副本，统一社会信用代码：92522702MABYWA4U0C，特声明作废。
福泉市凌祖植炸鸡汉堡店
2025年5月21日

地址：贵州省凯里市宁波路18号 邮编：556000 电话区号：0855 广告刊登：8262760 办公室：8251142 总编室：8274930 采访部：8274951
日报事业部：8226625 夜班编辑室：8259828 广告许可证：黔0008 贵州日报当代融媒体集团有限责任公司印务分公司承印 印刷地址：贵阳市乌当区高新北路1号 定价：每份1.36元