

声 明

●泸州市泰祥物流有限公司不慎将所属船舶“泰祥008”的中华人民共和国船舶所有权登记证书遗失,号码为:391111000012,特此声明作废。声明单位:泸州市泰祥物流有限公司。

●通航货13遗失船检证书(证书编号:201721000846)、所有权证书(印刷号:11A0110440)、国籍证书(印刷号:11F0146921),声明作废。

刊登公告(声明) 注意事项

请您提供以下资料:

1、传真刊登内容,该内容请跟证件签发机关确认(传真电话:027-82830904 027-82767441)

2、传真刊登内容后请及时拨打传真电话核实登报费用,然后通过银行或邮局汇款。

3、汇款后请及时传真汇款单、您的联系地址及收件人手机号码。

4、您会在报纸刊登后的5-7个工作日收到样报。登报当天可登陆中国水运网查询。(网址:<http://www.zgsyb.com>)

银行汇款方式:

户名:中国水运报社

开户行:招商银行武汉分行青岛路支行

账号:

271181484510001

地点:湖北/武汉

邮局汇款方式:

收款人:中国水运报社

地址:武汉市沿江大道147号

邮 政 编 码 : 430014

公告服务部电话:

027-82830904

027-82767441

公告服务部邮箱:syb82830904@163.com

com

学会这几招 跟冻疮说“拜拜”

来源:扬子晚报

冻疮是冬季常见的一种皮肤疾病。它是由于气候寒冷、环境潮湿等因素引起局部皮肤产生的一种异常炎症反应。

冻疮的复发率很高,往往“一年生冻疮,年年生冻疮”,很大程度上跟体质有关。

防止冻疮复发,关键在预防,学会以下几招,跟冻疮说“拜拜”:

1、要保持局部温暖,衣服、鞋袜要穿暖和。保暖后全身血管收缩功能好,可以抵御寒冷从而预防冻疮的发生。

2、要避免潮湿,因为潮湿的环境容易增加局部寒冷诱发冻疮的发生,保持局部干燥可预防冻疮的发生。

3、可适当吃一些防寒保暖的食物,如羊肉、牛肉、鸡肉、辣椒、川椒、生姜、大蒜等。

4、平时应坚持体育锻炼,常用冷水洗手、洗脸、洗脚,增强自身抗寒能力。

5、每天数次搓手、耳朵等局部皮肤,每次数分钟至局部皮肤发热为止,用揉擦按摩的方法加强局部的摩擦及运动,以迅速改善局部的血液循环。