

声 明

●船员倪勤勤，遗失船员服务簿，印刷号：01031627；遗失违法记分页，印刷号：A01031602。以上证书声明作废。

●内河船舶检验证书簿一本遗失，船名：疏浚8号，船检登记号：1989A2102207。以上证书声明作废。

●松园67船舶营运证遗失，营运证编号：皖 SJ(2013)04-2589，现声明作废。

●兹有芜湖海联航运有限公司所属船舶“芜湖海联867”船主不慎将船舶IC卡（卡号：2811079231）遗失，声明作废。

●湘常德工顺发号（船籍港：常德）中华人民共和国内河船舶检验证书簿遗失（No 823492632 编号：201442310400 船舶识别号：CN20137795048 船检登记号：2014S410113 总吨位：1788 净吨位：536 发证单位：湖南省常德市船舶检验局 发证日期：2014年9月4日），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

www.zgsyb.com

**百香果红糖茶
有助缓解痛经**

百香果能舒缓人的心情，也能缓解痛经吗？近日，《家庭医生在线》载文称，百香果的确有缓解痛经的功效。

中医认为，痛经主要是由于宫血运行不畅、肾气亏损、气血虚弱、气滞血瘀、寒凝血瘀、温热蕴结等因素引起的，而百香果性温，能促进气血运行，从而减轻身体疼痛感。如果把百香果打成果汁，与生姜红糖水混合饮用效果更佳。

做法：将一个百香果洗净、对半切开，用勺子挖出果肉，放入杯中；随后根据自己的口味，放入适量的红糖，用温热水兑开后，即可食用。每次痛经时，可饮一杯，一天可以多饮几次，以2-3次为宜。因为红糖水有活血化瘀、促进经血排出的作用，月经量大者不宜喝。（来源：中国妇女报）