

慢阻肺用药的注意事项

宁琰萍 西藏自治区人民医院高原医学科

当谈到慢性阻塞性肺疾病（COPD），也就是我们常说的慢阻肺，我们可以把它想象成肺部的“交通堵塞”。这种情况下，空气进入和离开肺部的通道变得狭窄和僵硬，导致呼吸困难。这是一种常见的病，特别是对于长期吸烟或长期暴露在空气污染中的人来说。

首先，患者需要在医生的指导下用药，避免私自用药，以免用药不当对身体造成影响，不利于疾病的恢复；要长期规律的使用长效支气管扩张剂，因为慢阻肺是慢性的气流受限性疾病，其气流受限，会逐渐的加重，呈不可逆性的进展，慢阻肺是一种需要长期管理的疾病，症状虽然缓解了，但炎症反应很多时候会长期存在，所以无论哪个季节都要坚持规范用药。

患者只有长期规律使用长效支气管扩张剂，例如，噻托溴铵粉吸入剂来改善患者的临床症状，但需要注意的是，患者使用这种药物时，可能对于青光眼或者对于前列腺肥大的患者排尿可能会受到一些影响，那么要注意一旦出现这些问题就要及时就医调整药物。

其次，要注意用药期间，有无药物的不良反应发生，特别是在吸入糖皮质激素以后，务必要彻底漱口，以防患者口腔发生真菌感染。

另外，在使用短效支气管扩张剂以及茶碱类药物时，要注意有无心慌、手抖、四肢肌肉震颤等不良反应。

患者如果咳嗽，咳痰明显时，特别是痰液粘稠时，不要大量口服强效止咳药物，避免因痰液不易咳出，堵塞支气管，诱发患者气喘胸闷，甚至出现呼吸衰竭、窒息等情况。

除了药物，改变生活方式也很重要，比如戒烟、远离环境中的粉尘、刺激性气体（包括藏香等）、接种疫苗以及康复训练等，如散步、太极拳等，还可以通过做呼吸操、吹气球等方式锻炼和提高肺功能。

另外，还需定期检查，就像定期检查你的汽车一样，定期检查肺功能也很重要，一般每半年-1年复查，这可以帮助医生了解病情的进展，并调整治疗方案。

每个人的病情都是独特的，所以治疗方案也应该个性化。与医生保持良好的沟通，确保治疗方案适合自己。记住，通过合理的用药和生活方式的改变，我们可以更好地控制病情，提高生活质量。治疗期间，注意避免剧烈运动，避免接触刺激性气体，避免去人群密集的公共场所，出门建议戴口罩，如无禁忌证（如心衰、肾衰等），建议多饮温开水，忌烟忌酒，多吃新鲜的水果和蔬菜，情况没有改善时，建议及时就医。如果你或你认识的人有慢阻肺，一定要与医生密切合作，制定最佳的治疗计划。

关于选定外墙清洗单位的公告

拉萨经济技术开发区万泽置业服务有限公司拟向市场选定外墙清洗单位，清洗面积共计11000m²。

1. 报名时间：9月6日至9月9日，报名时请携带营业执照原件及复印件（加盖公章）。2. 报名时公司将组织现场勘察。3. 拟定于9月10日召开现场公开询价评审会议，各单位需提供书面加盖公章的报价。（具体时间以通知为准）

联系地址及电话：拉萨经济技术开发区投资发展有限公司205办公室，18413760828（旦先生）

拉萨经济技术开发区万泽置业服务有限公司
2024年9月6日

遗 失 声 明

次旺不慎，将仁钦蔡公馆8-1-01号房装修押金和管理费收据丢失，编号：0003932，金额：4000元，声明作废。

特此声明

次旺
2024年9月6日

注 销 公 告

西藏澜宗商贸有限公司（统一社会信用代码：91540125MABMBORM94）经研究决议，拟向公司登记机关申请注销登记，请债权、债务人于本公告见报之日起45日内到本公司申报债权、债务。

特此公告

西藏澜宗商贸有限公司
2024年9月6日

变 更 声 明

慈有西藏亚兴建筑工程有限公司，公司经研究决定，现将公司法定代表由洛桑旦增变更为“洛桑土旦”。

特此声明

西藏亚兴建筑工程有限公司
2024年9月6日

声 明

朱荣术：

西藏鸿扬玻璃科技有限公司已于2019年4月4日出售给你，至今还未办理法人变更手续，限你于本声明见报之日起7日内与公司法人联系处理法人变更相关事宜，逾期一切后果由你自行承担。

特此声明

公司法人：易相
联系电话：18081557613
2024年9月6日

遗 失 声 明

★拉萨鲁固阿妈商贸有限公司不慎，将食品经营许可证副本丢失，许可证编号：JY25401020105077，声明作废。

★张彦民不慎，将西藏自治区福利彩票发行中心开具的设备押金条收据丢失，编号：00480422，金额：10000元，声明作废。

★白旦顿珠不慎，将道路运输货运从业资格证丢失，号码：5400008026，声明作废。

★曲水桑林小卖部不慎，将营业执照正副本遗失，注册号：540124600007902，声明作废。

★德吉不慎，将房权证丢失，号码：房权证拉萨市私字第1010025312，声明作废。

招 标 公 告

招标编号:XZXHZB-20240010

1. 招标条件

本招标项目尼木县纪委监委业务用房改造升级项目已由尼木县发展和改革委员会经尼发改字〔2024〕478号批准建设，招标人为中共尼木县纪律检查委员会，建设资金来自国家资金，项目出资比例为100%。项目已具备招标条件，现对该项目施工进行公开招标。

2. 项目概况与招标范围

2.1标段划分及建设规模：本项目共分为一个标段，业务用房建筑装饰工程430.96平方米（含屋面、外立面、内墙、楼地面、天棚的拆除及新建）；强电系统430.96平方米；弱电系统430.96平方米；给排水工程430.96平方米（含给水、排水系统）；暖通工程430.96平方米（电地暖）；加固工程1项（含墙面钢筋、楼板粘贴碳纤维加固等）以及设备购置。

2.2招标范围：施工图及工程量清单全部内容。

2.3资金来源和落实情况：国家资金，已落实。

2.4建设地点：尼木县。

2.5计划工期：3个月。

2.6工程质量要求符合合格标准。

3. 投标人资格要求

3.1具备建筑工程施工总承包叁级（含叁级）以上资质的独立法人；投标人拟派建造师须具备建筑工程专业贰级（含贰级）及以上注册建造师执业资格，具备有效的安全生产考核合格证书，且未担任其他在施建设工程项目的项目经理。

3.2本次招标不接受联合体投标，也不接受有不良记录或劣迹通报且在公示期内的施工企业投标。

3.3本次招标不接受联合体投标。

4. 招标文件的获取

1）凡有意参加投标者，请派代表于2024年9月6日至2024年9月12日（节假日除外），每日10时00分至12时30分，15时30分至18时00分（北京时间，下同），在西藏恒鑫合工程项目管理有限公司持以下资料原件及复印件装订成册加盖鲜章报名并购买招标文件

1、单位介绍信、授权委托书及身份证；

2、企业资质证书副本、营业执照副本、企业基本银行账户

许可证、安全生产许可证；

3、拟派往本项目建造师的执业资格证、有效注册证书、安全考核合格证、职称证、身份证、毕业证、社保及业绩材料；

4、拟派本项目技术负责人、五大员有效的资格证书（或岗位证书）、毕业证及身份证；

5、企业近三年独立完工的类似工程业绩（中标通知书及合同）；

6、近三年（2021-2023年）财务审计报告；

7、无行贿、犯罪记录，中国裁判文书网查询（http://wenshu.court.gov.cn）；没有被工商行政管理机关在全国企业信用信息公示系统中列入严重违法失信企业名单；没有被最高人民法院在“信用中国”网站（www.creditchina.gov.cn）或各级信用信息共享平台中列入失信被执行人名单。

2）招标文件每套售价850元，售后不退。

5. 投标文件的递交

1）投标文件递交的截止时间为2024年9月26日10时00分，

投标地点详见招标文件。

2）逾期送达的或者未送达指定地点的投标文件，招标人不予受理。

6. 发布公告的其他媒介

本项目招标公告同时在《中国招标投标公共服务平台》、《拉萨日报》网上发布。

7. 联系方式

招标人：中共尼木县纪律检查委员会

联系人：雷益民

电话：18089005456

招标代理机构：西藏恒鑫合工程项目管理有限公司

地址：拉萨市江苏大道江冲路东城一号世邦首座10-4

联系人：普琼

电话：13659511931

西藏恒鑫合工程项目管理有限公司
2024年9月6日

公益福彩 情暖高原

中国福利彩票3D游戏
开奖公告

第 2024239 期 开奖日期：2024年09月05日

本期销售总额：1,059,958 元

中奖号码：5 2 4

奖等	中奖注数	单注金额(元)	中奖金额(元)
单选	272	1040	--
组选3	0	346	--
组选6	778	173	--

中奖总金额：417,484 元 本期返奖率：39.38%

西藏自治区福利彩票发行中心

2024 年 09 月 05 日

本栏目由
西藏福彩中心
拉萨日报 主办

中国福利彩票“双色球”开奖公告

第 2024103 期

一、本期投注总额为：346,931,426 元

二、中奖号码：

红色球号码

蓝色球号码

12 21 23 27 32 33

15

三、中奖结果：

奖等	全国中奖注数	西藏中奖注数	每注金额(元)
一等奖	8	0	7,570,038
二等奖	115	0	223,481
三等奖	996	2	3000
四等奖	52,710	158	200
五等奖	1,018,243	3,330	10
六等奖	8,696,486	28,205	5

四、奖池资金累计金额：2,191,849,007.00 元 滚入下期一等奖

西藏自治区福利彩票发行中心

2024 年 09 月 05 日



西藏福彩中心在此提醒广大彩民朋友：量力而行，理智投注，未成年人，不得购彩！

如果以上开奖数字有误请以福彩中心的原始开奖数据为准，本数据仅限参考,其中中奖号码以中国福利彩票发行管理中心正式公告为准