

这些小症状 预示大病来临

□王一

三位来自美国佐治亚州的医学博士最近出版了《你身体的红灯发出警报》的修订本，介绍身体生病之前会出现哪些前兆。其中六种小症状需要格外注意，否则会有生命危险。

第一，胳膊、腿麻木、刺痛，精神紊乱、晕眩

尤其是面部或者身体一侧出现上述情况，就可能是中风，也就是脑卒中的前兆，预示向大脑供血的动脉堵塞或者破裂。如果是大动脉出问题，大脑中很大一部分就会受到影响，进而导致半身麻木，同时失去讲话等功能。如果是小血管出问题，胳膊或腿会麻木。出现上述症状应立即就医。一般说来，血栓发生三小时内是治疗的最佳时机。

第二，胸部疼痛或不适，胳膊、两颞、颈部疼痛，突发冷汗、极度虚弱、恶心、呕吐、晕眩或者气短

这是心脏病发作的前兆。另外，有些病人会出现“无痛”心脏病，其最关键的前兆是：突发晕眩、心跳加剧、气短、恶心、呕吐、冒冷汗。如果身体出现上述某些症状，要第一时间打120急救。病人口中可含一片阿司匹林或硝酸甘油，以防心脏病发作时心肌受到损伤。

第三，腿肚子酸痛、胸痛、气短、咳血

这些是危险的腿部血栓形成前兆。久坐之后最易发生，手术之后长时间卧床，也会出现这种症状。人人都可能得这种病，坐

卧时间久了，血液淤积在腿部，腿部出现血栓，小腿肚子肿胀，此时如果突然出现胸痛或者气短，说明血栓可能已经脱落并通过血液进入肺部。那可是万分危险，要立刻去医院。

第四，尿血但无痛感

如果发现尿中有血，即便没有痛感也要去医院。尿血的常见原因有肾结石、膀胱或者前列腺感染。严重的可能是肾脏、输尿管、膀胱、前列腺等部位发生癌变，当病灶很小，也就是能治的时候，病人通常是没有痛感的。因此，发现尿血就要尽早就医。

第五，哮喘不好也不坏

哮喘发作时往往伴随喘息或者呼吸困难。如果症状不消退，也不恶化，就应该去看急诊。如果哮喘发作不治疗，有可能出现严重的胸肌疲劳，甚至导致死亡。

第六，抑郁和自杀念头

有些人抑郁的时候不寻求帮助，因为他们怕别人认为他们神经不正常。实际上，他们大脑中的化学物质已经失去平衡。这也是一种疾病。抑郁症包括悲伤、疲劳、冷漠、焦虑、睡眠习惯改变、没有食欲。出现这些症状，需要尽早重视并进行相应治疗。

朝阳区大中专毕业生就业服务中心 用人单位注册登记介绍

一、北京市朝阳区大中专毕业生就业服务中心简介

北京市朝阳区大中专毕业生就业服务中心是北京市朝阳区人力资源和社会保障局所属事业单位，主要职责是落实中央、市、区关于高校毕业生就业创业工作的政策规定，为有意愿招录高校毕业生的用人单位提供政策咨询、信息发布、生源提供。

二、用人单位登记工作

为畅通用人单位与高校毕业生沟通桥梁，更好地服务用人单位，我中心开展了用人单位注册登记工作，加强资源整合，信息共享，优化就业服务工作。

(一) 登记意义

凡在我中心注册登记的用人单位可享受以下服务：

1. 免费信息提供：免费提供我中心掌握的高校毕业生信息、招聘信息以及相关政策咨询。

2. 免费信息发布：免费在“北京人才网市场报毕业生就业服务专刊”、毕业生就业服务平台及合作伙伴平台上发布招聘信息。

3. 免费参加招聘会：根据

用人单位需求，免费参加我中心组织的专场或校园招聘会。

(二) 登记对象

1. 在北京市依法注册、合法经营，具有一定规模的用人单位，且连续三年在用工方面没有任何违法违规行为；

2. 有高校毕业生见习需求；

3. 有高校毕业生招聘需求。

(三) 登记流程

需要登记的用人单位请与我中心联系，获取相关材料。

经办人携所需材料，到我中心免费办理注册登记手续，如有特殊情况可预约上门服务。

三、联系方式

办公地址：北京市朝阳区将台路5号院15号楼407室

办公时间：9:00-17:00 (周六、日及法定节假日除外)

联系人：李博纶、王焯

联系电话：010-84296037、010-84296036

微信公众平台：chbysjyfwzx (订阅号) jcbf-gov (服务号)

邮箱：jyfwzx@bjchy.gov.cn

本周33种生活必需品价格走势

采集日期：2015年4月8日

单位：元/公斤

品名	市场									日均价	周环比涨幅
	崇文门菜市场	白纸坊店 美廉美超市	府右街店 顺天府超市	双井店 家乐福超市	新华百货店 物美大卖场	公益西桥店 乐天玛特超市	太阳宫店 京客隆超市	太平桥店 永辉超市	日均价		
鸡蛋/公斤	7.76	7.58	7.70	* 7.58	7.56	7.76	7.64	7.38	7.63	-7.0%	
土豆/公斤	6.76	5.98	2.76	2.96	4.78	1.98	5.12	4.78	4.39	-15.5%	
白萝卜/公斤	2.56	1.98	1.56	1.98	1.56	1.50	1.76	1.98	1.86	0.7%	
胡萝卜/公斤	2.76	/	1.50	2.58	1.98	1.96	3.76	1.98	2.36	-13.9%	
大白菜/公斤	3.76	/	/	3.59	3.18	3.96	3.58	3.98	3.68	0.8%	
西红柿/公斤	7.98	7.96	5.98	6.58	5.98	5.96	7.36	5.98	6.72	-8.4%	
黄瓜/公斤	7.16	5.98	4.76	5.00	4.78	3.50	5.16	4.78	5.14	-6.3%	
葱/公斤	3.98	3.16	2.50	3.98	1.98	2.56	3.36	2.78	3.04	16.9%	
姜/公斤	13.98	13.96	11.00	9.98	11.98	15.60	13.96	13.98	13.06	4.7%	
蒜/公斤	7.36	7.98	5.98	7.38	5.98	8.76	7.96	5.98	7.17	-7.9%	
圆白菜/公斤	5.16	4.78	4.90	3.98	3.98	5.16	2.78	4.78	4.44	5.8%	
芹菜/公斤	4.36	4.76	/	* 2.98	2.78	3.36	2.56	3.98	3.63	-1.6%	
菠菜/公斤	5.16	5.16	6.30	* 2.98	5.18	3.96	2.76	5.38	4.84	5.1%	
油菜/公斤	3.76	2.78	3.90	* 2.98	2.78	3.96	2.56	3.98	3.39	4.1%	
富强粉/公斤(古船)	* 3.18	3.18	3.78	3.96	3.18	3.98	3.96	/	3.67	-9.2%	
大米/公斤	6.60	4.78	4.70	* 3.70	4.78	4.78	5.56	4.98	5.17	-1.0%	
玉米面/公斤	4.40	4.76	4.56	11.60	3.78	5.16	3.90	4.76	5.37	3.8%	
绿豆/公斤	12.98	12.98	14.80	13.96	13.98	19.36	12.40	13.98	14.31	-10.6%	
花生油/升(鲁花一级)	/	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	0.0%	
大豆油/升(金龙鱼)	9.18	9.68	8.56	8.58	9.68	8.70	8.58	8.58	8.94	1.1%	
香油/升(古币)	57.56	57.56	55.88	55.60	57.56	50.88	57.11	50.89	55.38	-1.3%	
后臀尖/公斤	33.80	21.96	19.80	21.96	17.98	21.80	23.60	17.16	22.26	-2.1%	
前臀尖/公斤	33.80	21.96	19.80	19.60	15.98	11.96	22.60	13.16	19.86	1.1%	
五花肉/公斤	39.60	13.96	15.80	* 11.80	13.96	15.80	41.20	15.16	22.21	-13.6%	
牛腩/公斤	83.60	47.96	39.60	99.60	49.96	87.60	55.80	59.96	65.51	-1.9%	
羊肉片/公斤	87.60	79.60	69.60	59.60	97.60	69.80	51.80	75.60	73.90	2.1%	
鲤鱼/公斤	19.60	21.98	17.60	19.98	15.16	19.80	/	15.98	18.59	5.6%	
整鸡/公斤	21.60	37.60	25.60	15.96	17.98	16.76	19.98	23.96	22.43	11.3%	
鸡翅中/公斤	53.00	35.96	51.60	43.60	35.96	35.98	51.80	35.98	42.99	-5.4%	
鸡胸/公斤	23.80	29.60	15.00	15.00	13.98	15.20	/	15.98	18.37	-1.3%	
三元加钙(袋)243克	2.05	2.10	2.10	/	2.20	2.10	2.10	2.10	2.11	-0.4%	
加碘低钠盐(限份)(400克)	2.80	2.80	2.70	2.80	2.80	2.80	/	2.80	2.79	-0.5%	
白糖/公斤	* 10.98	/	12.40	10.00	10.98	11.80	13.00	12.40	11.76	-1.5%	

说明：表中各商品价格为该市场最低价。*为会员价

乐天玛特促销信息

单位：元

限日促销				限日促销				
促销日期	商品名称	单位	促销价格	促销日期	商品名称	单位	促销价格	
4月8日-4月10日	带皮前肩	500克	5.98	4月8日-4月14日	芹菜	500克	1.68	
	精五花	500克	11.8		圆茄子	500克	2.98	
	前排	500克	9.9		进口香蕉	500克	4.98	
	尾骨	500克	6.8		小合农芒果	500克	5.98	
	小里脊	500克	11.8		白萝卜	500克	0.75	
	1:9肉馅	500克	8.9		豆角	500克	2.98	
4月11日-4月14日	带皮后尖	500克	5.98		麒麟瓜	500克	2.58	
	精选前肩	500克	10.8		进口红提	500克	11.58	
	棒骨	500克	6.8		鸡脖	500克	2.99	
	肋排	500克	18.9		羊排	500克	28.9	
	大排	500克	9.9		带鱼段3/5	500克	2.98	
	瘦肉馅	500克	11.8		冷冻黄鱼300/400	500克	9.98	
限日促销					限日促销			
促销日期	商品名称	单位	促销价格		促销日期	商品名称	单位	促销价格
4月8日-4月14日	普通黄瓜	500克	1.75	鸡翅中	500克	18.98		
	苹果	500克	4.58	牛肋条	500克	26.8		
				鲜海虾	500克	19.8		
				冷冻鱼排	500克	5.98		

京客隆促销信息

单位：元

商品名称	单位	促销售价	日期	商品名称	单位	促销售价
赵州雪花梨	500g	2.98	4.10-23	古币450ml芝麻香油	桶	22.50
圆架豆	500g	3.56	4.10-23	康师傅240g榛子巧克力甜酥饼干	袋	7.90
京客隆排酸猪瘦肉馅	500g	11.9	4.10-23	乐天360g巧克力派	盒	11.99
京客隆排酸牛胸膈连体	500g	29.9	4.10-23	金鸽260g多味葵花子	袋	7.99
冻去头沙丁鱼	500g	4.18	4.10-23	溜溜梅160g青梅/雪梅	袋	8.80
金钻菠萝	500g	5.98	4.10-23	怡达200g果丹皮	袋	5.99
西红柿	500g	3.28	4.10-23	芝麻官700g糖水黄桃/山楂罐头	瓶	9.90
京客隆排酸猪肋排	500g	21.8	4.10-23	国泰120g张二嘎怪味豆/兰花豆	袋	2.80
京客隆去骨羊后腿	500g	29.9	4.10-23	乐事155g意大利红烩味/自然黄瓜薯片	袋	8.99
冻舟山小黄花鱼	500g	7.9	4.10-23	三元200ml黄小蕉牛奶饮品	盒	3.30
双狗1kg猪肉天津包子	袋	14.50	4.10-23	伊利900ml每益原味低糖乳酸饮料	瓶	13.90
三全500g三鲜馄饨	袋	8.90	4.10-23	西麦1kg罐筒装燕麦片	罐	22.80
猫不闻400g骨肉相连	袋	11.99	4.10-23	百花700g荆花蜂蜜	瓶	19.90
恒慧350g鲜香梅花肉	个	16.90	4.10-23	黑人140g白茶茶倍健牙膏7折装	盒	7.80
白玉375g绿色北豆腐	盒	3.30	4.10-23	ABC 8片超极薄棉柔排湿表层日巾	包	7.90
义利490g果子双联包	包	7.99	4.10-23	中华200g健齿白清薄薄荷牙膏	支	4.50
龙菲2.1L原汁鲜酱油	桶	8.99	4.10-23	心相印10卷340节优选卫生纸	提	20.90
宽2L米醋	桶	9.30	4.10-23	妙洁中号点断式垃圾袋	包	4.90
大喜大454g鸡精	袋	13.90	4.10-23	云蕾5片10298海绵百洁擦	包	5.90
远大500g混合芝麻酱	瓶	12.90	4.10-23	克林莱抽取式(100个)保鲜袋	盒	14.90
王致和500ml特制料酒	瓶	4.60	4.10-23	铜牛130-8202汗布女马甲	件	29.90
利是5kg东北寒地长粒稻香米	袋	36.50	4.10-23	捷森300g可夹心牛角面包	袋	23.80
汇福5L芝麻花生调和油	桶	41.90	4.10-23	优鲜沛170g原味蔓越莓干/蓝莓味	袋	19.80

(以上信息由北京市职工物价监督总站提供)