莞邑乡村新动能

南城百花林公园鸟语花香 市民家门口感受“诗和远方”

百花林公园里湖水碧波荡漾

文/羊城晚报记者 文聪 图/羊城晚报记者 王俊伟

园内花团锦簇

一月的东莞，阳光和煦，花开正艳。6日上午，在位于南城街道的百花林公园内，市民们三三两两，或休闲拍照，或散步健身，享受着美好的冬日暖阳。过去的近一年时间里，百花林公园让南城西平片区的绿化面积实现了“倍增”，也让附近的居民在家门口就感受到“诗和远方”。

家门口的鸟语花香美景图

百花林公园位于南城西平，由入口广场交流区、滨水休闲活动区、山林生态漫步区等三大区域构成，与东骏豪苑小区、南城阳光第八小学和南城中心幼儿园分园（雅园园区）相邻。园内绿树成荫，花团锦簇，鸟儿飞翔其中。走进园内，一幅家门口的鸟语花香美景图展现眼前。

鲜花次第开，鸟语时时鸣。公园里，有市民在散步聊天，有人在给绿草浇水。拾级而上，灰白色的台阶直通山顶，山顶的亭子里有椅子供市民休息，可俯瞰南城阳光第八小学，花香与书香在这里交织。

据南城街道农林水务局有关负责人介绍，百花林公园规划用地面积62878平方米，种植了120余种植物。其中，花卉50多种，包括三角梅、郁金香、向日葵、月季等。这些花卉的花期不同，可营造一个常年鸟语花香的好环境。公园还设有生态湿地、西式礼堂、五彩花海、玻璃栈桥等多个特色景点，可以很好满足市民休闲需求。

市民在园内山顶小亭健身

西平片区绿化面积“倍增”

据统计，南城街道东片区现有城市休闲景观公园、西平体育公园及零碎绿化面积共约5.2万平方米。百花林公园所在地块拥有优美独特的自然山体，高低错落有致，是现在市区少有的自然资源之一。公园建成投入使用后，提高了该片区的绿化率，使西平绿化面积实现“倍增”。

陈先生家住东骏豪苑小区，他告诉记者：“我在西平住了近十年。近年来西平行政文化中心区办公、商住氛围逐渐浓厚，人口也越来越多，大家对公共活动空间的需求日益提高。但此前公共配套设施建设相对滞后，傍晚想出来散步，可去的地方并不多。百花林公园里‘有山有水’，鸟语花香，很好地满足了我们对公共休闲地的需求。”

“一直以来，南城高度重视公园建设，百花林公园是2021年2月正式开放的，给南城城市建设锦上添花。”南城街道有关负责人表示，当时除了百花林公园外，还有一个市民花园也同时开园。这些不仅是南城深入实施乡村振兴战略、建设生态宜居美丽乡村具体举措的体现，更推动了南城城市品质、整体形象提升，有助于更好地吸附各类人才聚集。接下来，南城将继续坚持以人民为中心的发展思想，科学规划城市建设，打造生态环境优美、人文气息浓厚、更加宜商宜居的中心城区。

打通宪法宣传“最后一公里”

与其他公园不一样的是，百花林公园里面还建了一个占地约1030平方米的宪法广场。

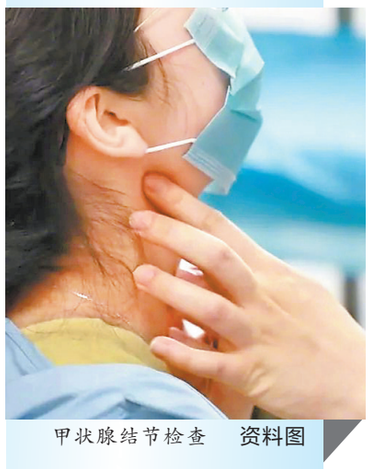
站在公园主入口，映入眼帘的是一座庄严肃穆的青铜法鼎雕像，寓意宪法的神圣和权威。法鼎背后矗立着一面高大的宪法墙，宪法墙正中央雕刻着宪法宣誓誓词，左边雕刻宪法发展历程，右边是现行宪法的主要内容。市民每每经过宪法墙，驻足细读时，如同上了一节宪法普及课。

“宪法广场的设立，是普及宪法的创新举措，市民可以在此亲法、悟法、思法、学法，在恬静闲适之中涵养宪法精神和法治信仰。”据南城街道办相关负责人介绍，宪法广场采用现代简约的造型来创造人性化和功能化艺术品，展现了东莞市法制文化的精神风貌，打造了具有东莞市文化和法制特色的多功能节点。

“西平片区人流量多，在这里设立一个宪法主题公园能够让市民在休闲之余了解宪法，营造了很好的宣传氛围。”李女士在百花林公园附近经营着一家教育培训机构，她时常会前往公园散步，“宪法广场是宪法宣传教育的重要阵地，我在散步的时候也常常会看一看宪法墙上的内容，增加了对法治知识的了解。”

打造宪法广场，是打通宪法在基层宣传“最后一公里”的一种方式。就在上月初，南城法庭携手南城人大办、南城阳光六小在宪法广场开展了一次“护航”普法校园行主题党日活动。法官现场为小学生们讲授宪法与青少年权益保护相关的法律小知识，通过宪法知识讲授，在孩子们的心中播下法治精神种子，让孩子们树立正确的人生观、价值观和世界观，做个“阳光少年”。

宪法墙前的大鼎


甲状腺结节检查 资料图

近年来，随着影像学手段和检查技术的进步，发现结节变得越来越容易，很多人体检时甚至还查出身体不只一处有结节。那么，结节是否等同于癌症？哪些结节有癌变的可能？发现结节需不需要尽快手术切除呢？就许多人关心的问题，笔者采访了东莞市人民医院的医学专家。

身体发现结节怎么办？

四个方面可初步判断区分良性结节和恶性结节

身体三部位结节高发

据介绍，结节是医学上一个笼统的概念，用来描述我们机体当中组织器官内体积比较小的肿物，它既可以是感染产生的炎症反应，也可能是疾病痊愈后留下的瘢痕，还有一些是并没有太大危害的良性肿瘤，我们平常最担心的恶性肿瘤只占很小的比例。从统计数据来看，健康体检的时候，最容易查出的是甲状腺结节、乳腺结节和肺结节。

东莞市人民医院肿瘤内科门诊医生蔡彦敏表示，门诊或体检发现的甲状腺结节中，甲状腺癌大概占整体甲状腺结节的3%到5%。目前颈部彩超已经可以发现毫米级别的甲状腺结节。

结节就是癌症先兆？

不少人在查出体内存在结节后，认为自己离癌症很近，事实却不是如此。蔡彦敏指出：结节是大部分人身上都或多或少存在的病症，结节可分为良性和恶性，体检中发现的结节超九成都是良性结节，不会给健康带来额外的影响，人体可做到长期和结节共存。

当然，也有部分结节会有一定恶变倾向。但是，这些结节被查出来也不失为一件好事，因为从有恶性倾向的结节演变成癌症还需要几年时间，查出后及时干预治疗，可很大程度预防其演变成癌。

换句话说，并不是所有的结节都会演变成癌，反而是大部分的结节都不会演变成癌，常见的结节包括乳腺结节、甲状腺结节等，恶变的可能性都很微小，发现后不必过于忧心。

如何区分良性和恶性？

蔡彦敏表示，区分良性结节和恶性结节，一般从四个方面进行判断。

一是结节的硬度：对于一些皮下可触摸到的结节，可通过触诊的方式来判断良恶性，恶性结节多数质地坚硬，而良性结节摸起来相对质软、韧，是可以移动的。一些存在于体内无法通过触诊碰到的结节，则需要依靠其他的手段来进行判断。

二是结节的大小：结节大小也是判断良恶性的一个重要指标，一般情况下6mm是结节良恶性的一个分界点。小于6mm的结节多为良性，只需要保持定期随访即可，而大于6mm的结节，则需要及时进行切除。

三是结节形态：除了上述的两个判断方式以外，结节的形态也非常重要。良性的结节应为边界清晰、规则，和周围组织很好区分。如果结节边界不清晰，和周围组织发生粘连的话，则需要警惕。

四是生长速度：良性的结节在短时间内不会快速增长，甚至是结节的大小不会发生改变。如若在随访中发现结节有持续增大的可能性，则需要在医生的指导下及时进行处理。

发现结节该怎么办？

根据不同的结节，有不同的处理方式，如若发现结节大于6mm或是结节小于6mm但是存在边界不清晰、生长速度快或是质地坚硬等形态，则需要及时进行切除。

除此之外，一些结节较小且没有恶变倾向的结节，定期进行随访即可。不同部位的结节所需做的随访措施也不同，如甲状腺结节需进行超声检查、乳腺结节需要进行胸部B超/彩超、肺部结节则需要进行CT检查等。

除了定期检查以外，在生活中做好以下三点，可以很大程度地预防结节发生。

首先结节更易发生在一些身体肥胖的人群身上，想要预防结节发生，在饮食上需要有所节制。日常要注意少吃高脂肪、高热量以及高胆固醇的食物，饮食上以新鲜的水果蔬菜和适量肉类为主，在保证身体可摄入足够营养元素的同时，将体重控制在健康范围内；其次在长期抑郁、暴躁、易怒等情绪下，会导致内分泌系统紊乱，易引起结节发生。想要预防结节，情绪上要保持稳定，在感觉情绪不对时要及时进行纾解，避免“积郁成结”；此外，注意少去一些污染较为严重的地区，如新装修的房屋、粉尘重的地方或是吸烟区，这些环境内可产生大量有害气雾，长期吸入易导致结节甚至是一些其他病症的发生。

（文/图 姚梓婷）

尿毒症预防是关键 这些症状应该警惕

26岁的小刘平时工作繁忙，有着熬夜、饮食不定时等不良习惯。近段时间小刘突然出现呕吐、恶心、头晕脑胀、排尿量减少等症状，过了几天甚至还出现四肢水肿。后来去医院诊断才得知患上了尿毒症。这么年轻为何会得尿毒症呢？医生表示，这种病与日常生活很多因素有关系。主要是肾脏已经过度透支引发肾衰竭，自身的免疫系统崩溃，最终引发尿毒症。

如今，在多数人眼中尿毒症等于“不治之症”，也不清楚尿毒症究竟是什么症状。其实尿毒症不是单一的疾病，指的是慢性衰竭所带来的各种问题，患者经常会出现电解质和酸碱代谢紊乱及其他的并发症。尿毒症的发病因素较多，肾病是导致尿毒症最主要的原因。

很多肾病患者因为发现时间较晚，后期治疗不及时，发展为尿毒症，比如慢性肾小球炎症患者等。此外，糖尿病以及高血压患者患尿毒症的风险比健康人群更高。

笔者采访医学专家了解到，从尿液的颜色可以判断肾脏的健康状况。尿液的颜色会因身体而异，一般属于清澈的淡黄色，服用维生素的时候会短暂出现深黄色，如果肾脏出现问题，尿液的颜色也会出现其他的变化。

一定要注意蛋白尿和血尿，当肾脏过滤功能出现伤害，本不应该出现的蛋白质会泄露到尿液，尿液的颜色会逐渐浑浊，泡沫会更加明显。但值得注意的是，运动完以后或者发烧的时候会短暂出现蛋白尿。

如果肾脏过滤功能变差，红细胞会导致尿液混合并排出体外，尿液呈深褐色，有时会呈现棕色。提到血尿，有些人可能会担心是肾癌，但血尿也发生在急性肾炎中，因此不能立即确定是肾癌，如果肾脏有疼痛或者肿块，一定要尽早去医院检查。

口臭也是尿毒症患者早期的症状，可能很多人会疑惑，尿毒症怎么和口臭有关系呢？主要是因为肾脏没办法代谢身体的垃圾毒素，各种代谢产物会停留在身体当中形成发酵，形成难闻的味道。这些味道会在口腔当中传出，同时会带有一股尿臭味，形成口臭。

此外，食欲变差可能也是尿毒症来临的症状，因为尿毒症发生以后，肾脏分解垃圾毒素的能力会逐渐下降。

医生提醒，如果在日常生活中遇到疑似尿毒症早期症状，且服药后仍然没有改善，一定要去医院检查肾脏。（文/姚梓婷）

公告·声明·启事

公 告
中广核东力燃气有限公司吸收合并东莞市东力燃气物流有限公司。合并前，中广核东力燃气有限公司注册资本为14285.7143万元，东莞市东力燃气物流有限公司注册资本为100万元，合并后，中广核东力燃气有限公司注册资本为14285.7143万元。中广核东力燃气有限公司与东莞市东力燃气物流有限公司债务由合并后中广核东力燃气有限公司承继，请债权人自登报之日起45日内申报债权。于2021年12月3日股东决定成立清算组，清算组负责人:邵建明，清算组成员:邵建明、谢恩创，联系人:上官丽丽，联系电话:0769-81239777，13929260168。 中广核东力燃气有限公司 东莞市东力燃气物流有限公司

遗失声明
广东得冠智能科技有限公司遗失公章一枚，特此声明作废。

遗失声明
珠海市亨泰咨询服务有限公司遗失公章一枚，声明作废。

公 告
原东莞市百兴五金有限公司于2021年3月15日更名为蒋诚五金制品有限公司，原百兴五金有限公司及原法人:钟百军自2021年3月15日以前，所有原百兴五金有限公司及钟百军个人的经营债务和个人民间借贷及其他个人或公司债务，均与蒋诚五金制品有限公司无关。蒋诚五金制品有限公司不予承担自2021年3月15日以前的任何(百兴五金有限司及原法人个人的一切债务)关于原百兴五金有限公司的一切债务问题请及时联系，原公司法人:钟百军进行磋商处理。特此公告！东莞市蒋诚五金制品有限公司、法人：田文英 2022年1月7日

遗失声明
东莞市沙田东沙港副食店遗失营业执照正副本，统一社会信用代码:92441900L777436577;遗失食品流通许可证正副本，许可证编号:粤食流证字2015441915000109，特此声明作废。

遗失声明
广东龙塑降解新材料有限公司遗失营业执照副本，统一社会信用代码:91441900MA55953D9W，声明作废。

减 资 声 明
东莞市高铭灯饰有限公司经公司股东决定，同意减少公司注册资本，由原来人民币50万元减少为人民币30万元，请有关债务债权人自本公司声明见报之日起45日内，向本公司申报债权，本公司特此依法向企业登记主管机关申请减资登记，特此声明。 2022年1月7日

遗失声明
中企动力科技股份有限公司东莞第二分公司遗失以下商务合同，编号:NCE21A-VM0002728、NCE20D-MHYQQMHGJ0005993、NCE20D-MHYQQMHBZ0004585、NCE20C-MHYQQMH0001305，声明作废。

遗失声明 广州跨越速运有限公司粤AA26103有效期2021年9月15日至2021年12月31日的城市配送通行证丢失，现声明作废。

遗失声明
东莞市康远达医药有限公司遗失财务专用章一枚，特此声明作废。

遗失声明
赵勇遗失警官证，证号:武字第19951878号，声明作废。

遗失声明
东莞市凤岗煜城早餐店遗失食品经营许可证副本，编号:JY24419110520190，特此声明作废。

遗失声明
刘芳宏遗失城乡规划工程师证，证件号:1300102171938，声明作废。

遗失声明
刘带娣遗失东莞市石碣镇四甲叶屋股份经济合作社原始股权证1份，证书编号:1007010044，及东莞市石碣镇四甲股份经济联合社原始股权证1份1007000044，声明作废。

遗失声明
东莞市川铭蜀鑫实业投资合伙企业(有限合伙)遗失公章、财务章各1枚，现声明作废。

遗失声明
东莞市汇时电子科技有限公司遗失财务章及私章(谢寿富)各一枚，特此声明作废。

遗失声明
东莞市卓亭酒店管理有限公司遗失公章，财务章及私章(薛明辉)各一枚，特此声明作废。

遗失声明
陆丰市粤福家生鲜超市遗失食品经营许可证副本，许可证编号:JY14415810110231，声明作废。

遗失声明
叶田遗失东莞市石碣镇四甲叶屋股份经济合作社原始股权证1份，证书编号:1007010041，及东莞市石碣镇四甲股份经济联合社原始股权证1份1007000041，声明作废。

遗失声明
毛风荷遗失东莞市石碣镇四甲叶屋股份经济合作社原始股权证1份，证书编号:1007010042，及东莞市石碣镇四甲股份经济联合社原始股权证1份1007000042，声明作废。

遗失声明
东莞市锐城物流运输有限公司遗失公章、财务章各一枚，特此声明作废。

遗失声明
叶志坚遗失东莞市石碣镇四甲叶屋股份经济合作社原始股权证1份，证书编号1007010045，及东莞市石碣镇四甲股份经济联合社原始股权证1份1007000045，声明作废。

遗失声明
东莞市宁好药业有限公司高埗分店遗失药品经营许可证副本，编号:粤DB7694062，声明作废。

遗失声明
东莞市中资环保科技有限公司遗失公章一枚，特此声明作废。

遗失声明
东莞市旭怡饰品有限公司遗失未备案公章财务章，声明作废，由本公司印章所引起法律责任经济纠纷自行承担。

遗失声明
广东昆仑金业管理发展有限公司遗失财务章一枚，特此声明作废。

遗失声明
东莞市六期物流有限公司遗失财务章一枚，特此声明作废。

遗失声明
东莞市丰庆滚筒制造有限公司遗失财务章一枚，特此声明作废。

声 明
东莞市广旭建材有限公司遗失公章一枚，特此声明作废。

更正声明
东莞市原正家具制品有限公司于2021年10月29日在本报刊登的《分立公告》，刊登日期更正为:2021年10月29日。特此声明。

清 算 公 告
东莞市黄江物资公司经公司股东决定解散，成立清算组清理公司债权债务，请债权人自本公告发布之日起45天内向我公司清算组申报债权。清算组联系人:袁振杰，联系电话:18929139468，地址:东莞市黄江镇江南路三号。东莞市黄江物资公司 2022年1月7日

减 资 声 明
东莞市丰实清洁环保有限公司经公司股东决定，同意减少公司注册资本，由原来人民币500万元减少为人民币129万元，请有关债务债权人自本公司声明见报之日起45日内，向本公司申报债权，本公司特此依法向企业登记主管机关申请减资登记，特此声明。 2022年1月7日

遗失声明 佛山市南海区欣欣芝韵电子商务商行公司遗失营业执照正副本，统一社会信用代码:92440605MA53FRAQ07，声明作废。

清 算 公 告
惠东县同济实业有限公司决定，拟向企业登记机关申请注销登记，请算组由林荣发等人组成，请债权人自第一次公告之日起45日内，向本公司申报期其债权，逾期不报，视为自动放弃权利。本公司将依法向企业登记主管机关申请注销登记。联系人:范丽云律师，电话:13539219981，地址:博罗县罗浮山大厦16层广东标远(博罗 律师事务所。惠东县同济实业有限公司 2022年1月7日

减 资 公 告
东莞市可变电子有限公司经公司股东会决议减少公司注册资本，由5000万元人民币减少至350万元人民币，请债权人自本公告见报之日起45日内向本公司申报债权，本公司将依法向企业登记主管机关申请减资登记。特此公告。东莞市可变电子有限公司 2022年1月7日

遗失声明
叶志镖遗失东莞市石碣镇四甲叶屋股份经济合作社原始股权证1份，证书编号:1007010046，及东莞市石碣镇四甲股份经济联合社原始股权证1份1007000046，声明作废。

遗失声明
佛山市南海区欣欣芝韵电子商务商行公司遗失公章(编号:4406051400569)一枚，声明作废。

遗失声明
东莞市余光灯饰有限公司于2021年10月25日遗失公章一枚，特此声明作废。

遗失声明
东莞市虎门燕弦日用品店遗失营业执照副本，统一社会信用代码:92441900MA52TKPA1G，编号:0114384，特此声明作废。

遗失声明
中企动力科技股份有限公司东莞第二分公司遗失以下商务合同，编号:NCE20C-YDSC-0004176、NCE20C-YDSC-0004185、NCE21C-SEOSYB0000018、NCE21C-SEOSYB0000019、NCE21A-YM0002757、NCE21A-YM0002758、NCE21A-MHYQQMHGJ0005150、NCE21A-MHYQQMHGJ0005151、NCE20D-QQYZYB0001294、NCE20D-QQYZYB0001295、NCE21A-MHYQQMHGJ0005131、NCE21A-MHYQQMHBZ0005733、NCE20D-QQYZYB0001281、NCE20B-QQYZYB0001437、NCE20B-QQYZYB0001434、NCE20D-MHYQQMHBZ0004601、NCE21A-SEOSYB0009219、NCE18D-GG0007528、NCE20D-MHYQQMHJC0008414、NCE20C-YDSC-0003337、NCE20D-QQYZYB0001291、NCE20D-YM0008935、NCE21A-SEOSYB0009277、NCE20D-MHYQQMHGJ0005999、NCE20D-MHYQQMHBZ0004603、NCE20D-MHYQQMHJC0008476、NCE21A-SEOSYB0009269、NCE21C-YM0000151，声明作废。

遗失声明
广州焕纠网络科技有限公司遗失法定名称章、财务专用章、发票专用章、法人章(徐承泽)各一枚，声明作废。

遗失声明
东莞市新信誉运输有限公司遗失公章，财务章各一枚，声明作废。因未备案造成的法律经济责任自行承担。

遗失声明
叶满枝遗失东莞市石碣镇四甲叶屋股份经济合作社原始股权证1份，证书编号:1007010043，及东莞市石碣镇四甲股份经济联合社原始股权证1份1007000043，声明作废。