



意大利科莫湖畔交响乐团在演出中。

从科莫湖畔到湘江边

意大利交响劲旅将奏响“长沙晚报之夜”新年音乐会

长沙晚报1月16日讯(全媒体记者黄能)携带几许意大利科莫湖的诗情画意,一支交响劲旅即将来到长沙献演。1月25日晚,“长沙晚报之夜”2024科莫湖畔交响乐团新年音乐会将举行,本场音乐会由长沙晚报社联合长沙音乐厅打造,将再次奏响“长沙晚报之夜”这一享誉省会的新年音乐会品牌。

科莫湖是一处冰川湖,形如“人”字,位于阿尔卑斯山脉,水光潋滟,山色如黛,这里是享誉世界的旅游胜地。伴随着湖光山色的浸染,科莫湖畔交响乐团成立20多年来,发展为一支实力不俗的交响乐团。乐团拥有许多传统歌剧的保留剧目,在意大利北部的众多剧院进行过演出,并成为歌剧剧目中更灵活、更受欢迎的乐团之一。

从意大利科莫湖畔到中国湘江边,科莫湖畔交响乐团此次长沙之旅,似乎与“水”有特别的缘分。事实上,仔细聆听,水也有韵律和节奏,就像音乐一样,而无论是中国的《高山流水》,还是西方的《水上音乐》,水与音乐一直有着深厚的渊源。当这支交响乐团登上长沙音乐厅的舞台,万千音符绵绵流淌而出,必让广大观众沉浸在音乐的河流中。

本场音乐会汇集一批杰出的音乐家,科莫湖畔交响乐团音乐和艺术总监罗伯特·贾诺拉担任指挥,还有意大利学院交响乐团第一小提琴手、艺术总监伊万·扎里利,女高音歌唱家森田弘子,男中音歌唱家维克多·加西亚·塞拉,钢琴家毛里齐奥·莫雷塔加盟。罗伯特·贾诺拉是一位音乐“多面手”,不仅指挥经验丰富,还善于组织音乐演出活动,同时出过唱片;伊万·扎里利被公认为表演和诠释歌剧音乐的专家,他曾与著名歌剧团和剧院合作,创作出令人难忘的歌剧作品,他还是一位备受推崇的教育家,培养了众多有抱负的音乐家;森田弘子以优异成绩毕业于日本音乐高校,在意大利深造,赢得过许多国家和国际比赛,获得各种奖项和证书;维克多·加西亚·塞拉是一位拥有超过30年经验的专业歌唱家,在世界各地享有盛誉,也是国际知名戏剧导演和布景设计师;毛里齐奥·莫雷塔出生于科莫湖畔的小镇格拉韦多纳,是一位优秀的钢琴家,他曾担任重要的艺术角色,包括意大利科莫省政府的艺术顾问和诸多音乐节的艺术总监。

本场音乐会曲目包含《卡门》《匈牙利舞曲》等经典作品,以及《向约翰·威廉姆斯致敬——星球大战 加勒比海盗》这样的全球热映大片主题曲,力图呈现一场打破时间和空间壁垒的音乐对话。

长沙晚报社多年来致力于普及推广高雅音乐,长沙音乐厅则是深受市民喜欢的音乐打卡地,此次音乐会,双方携手意大利交响劲旅,将为长沙市民带来一场顶级的音乐之旅。目前,“长沙晚报之夜”2024意大利科莫湖畔交响乐团新年音乐会已经开票,订票电话为0731-82892500/82892501。



长沙晚报之夜 2024新年音乐会 时间:2024年1月25日19:30分 演奏:意大利科莫湖畔交响乐团 地点:长沙音乐厅 订票电话:0731-82892500/82892501



钢琴家毛里齐奥·莫雷塔 均为资料图片

听理查德·克莱德曼奏响“永恒”

长沙晚报1月16日讯(全媒体记者黄能)时间进入腊月,各剧院的新春演出已经跃跃欲试。1月21日,《爱·永恒》理查德·克莱德曼钢琴音乐会将在梅溪湖国际文化艺术中心大剧院举行。这位广为人知的钢琴家将用曼妙音符提前献上新春的问候。

小到街边一隅,大到音乐殿堂,几乎都能听到法国钢琴家理查德·克莱德曼演奏的旋律,直到今天,他依然是最为世人熟悉的钢琴家之一。《星空》《秋日私语》《水边的阿狄丽娜》《爱的纪念》……理查德·克莱德曼以古典音乐为基础,将古典音乐与现代音乐融为一体。他弹奏的乐曲流畅、优雅、华美,旋律悠扬、音色辉煌,充满了诗情画意。1993年,理查德首次来到中国演出,深受欢迎。2017年,梅溪湖大剧院投入运营,之后多次引进理查德·克莱德曼的钢琴音乐会,为长沙市民奉上音乐盛宴。

与中国结缘30多年,理查德·克莱德曼将再次来华演出。为了给中国粉丝一个独特的惊喜,他投入大量精力创新编排音乐会曲目,囊括浪漫、爵士、摇滚等多种曲风,其中包括中国听众熟悉的《魅力东方情》,还有《致爱德琳的诗》《秋日私语》等经典曲目。

本场音乐会,他将打破传统风格的定律,大胆采用中国传统乐器加持,深刻诠释文化融合的波澜壮阔。当中国式旋律碰上黑白琴键,理查德·克莱德曼的音乐俨然是一种国际共通的语言,让更多音乐爱好者有机会现场欣赏原汁原味的经典之作。



今晚对阵黎巴嫩

想出线的国足没有退路可言

长沙晚报1月16日讯(全媒体记者赵紫名)17日19时30分,中国男足将迎来本届亚洲杯小组赛第二个对手黎巴嫩队。由于首战与塔吉克斯坦队战平,本场对阵黎巴嫩队有“决战”的意味,国足只有全取3分才能在小组出线争夺中处于较为有利的位置。

对于国足来说,这支来自中东的球队和首战对手塔吉克斯坦队一样相对陌生,中、黎两队上次交手还是在2009年,那时国足以1比0小胜。目前中、黎两队分别排名世界第79位和107位。作为A组第4档球队,黎巴嫩队的世界排名仅比塔吉克斯坦队低一位。在首轮比赛中,黎巴嫩队虽然0比3不敌东道主卡塔尔队,但以萨阿德为代表的黎巴嫩锋线球员个人能力突出,且身体条件优于塔吉克斯坦球员,因此中国队面对这个对手并不好踢。

当下对国足最重要的是,解决首战暴露出来的问题。首先是阵容

上的调整,首战中部分首发球员的出场失误率超过了80%,有些球员在攻防转换过程中动作迟缓,或是引发防线险情,或是贻误战机,而几名替补球员的发挥明显更好,加上第一队长吴曦重新回到合练阵容,国足教练组很可能在17日的比赛中对首发阵容做较大幅度的调整。

比起人员、技战术层面的调整,置身于压力之中的国足更需要扫除心理障碍,踢一场正常的比赛。近几日的训练中,教练及工作人员与球员之间的交流比较多,助教郑智、邵佳一、陈涛等前国脚也都在日常生活中,协助主帅扬科维奇对队员们进行心理疏导,帮助他们缓解大赛的紧张情绪。

根据规则,本届亚洲杯6个小组的前两名和4个成绩最好的小组第三名可以进入16强。比起小组赛第三名的对手卡塔尔队,国足从黎巴嫩队手里拿分的可能性显然更大,赢球,大概率出线,如果打平或输球,国足的小组出线之路可能就到头了。

三湘名医在线

健康

责编/徐媛 美编/赵耀 校对/符卓棠

6岁儿童中有45%失去远视储备! 有你家孩子吗?

眼科医生提醒,正常的远视储备能避免或延缓近视发生,预防远视储备提前消耗很重要

长沙晚报全媒体记者 傅容容 通讯员 邓昭艳

随着寒假的到来,各地医院迎来中小眼科就诊的高峰期。当前,我国儿童青少年近视呈低龄、高发态势,已经成为影响儿童青少年健康和全面发展的公共卫生健康问题之一。据国家卫健委最新公布的数据,我国儿童青少年总体近视率为52.7%,其中,小学生为35.6%,初中生为71.1%,高中生为80.5%。

据唯嘉儿科眼科医生钱素琴介绍,从近年儿童青少年近视的情况来看,近视高发的年龄段已从8至12岁提前至6至10岁。最应该让大家家长警醒的是,根据《中国儿童青少年近视防控大数据白皮书》显示,6岁儿童中有45%已经失去远视储备。什么是远视储备?远视储备不足的儿童应如何保护视力?假期孩子用眼要注意什么?今日,眼科医生为市民答疑解惑。

近年来,由于电子产品更新迭代,许多家长在带娃时会选择用手机、平板电脑、电视等电子产品吸引孩子注意力,一些家长戏称其为“电子保姆”。事实上,过早、过多让孩子接触电子产品会加快孩子远视储备的消耗。

不仅如此,缺少室外活动也成为影响孩子视力发育的重要因素之一。《中华疾病控制杂志》2023年3月刊发了广州市疾病预防控制中心等单位的一项研究,2021年广州市6至12岁非近视儿童远视储备不足检出率达到85.18%。

部分家长对儿童远视储备了解较少,缺乏保护意识。钱素琴补充道,大部分低龄儿童的家长误以为近视上学后才发生,幼儿园期间的用眼对孩子视力的影响不会太大。事实上,孩子从出生到6岁是视觉发育的关键时期。这个时期,家长尤其要注意孩子的远视储备值,如果远视储备过早透支,孩子就会近视,并且近视度数不断增长,甚至发展为高度近视。

值得注意的是,远视储备值并不是越高越好,过高的远视会导致弱视或斜视的发生。钱素琴在日常看诊中发现,主动带孩子检测眼健康发育情况的家长往往自己也有近视,由于了解“近视的父母容易生下近视眼孩子”这一遗传特点,对孩子的眼健康更为关注。而一些视力良好的家长却更容易忽视孩子视力发育的情况。其实,无论家长自身眼睛情况如何,家长都应该尽早知晓孩子的眼睛情况。12岁以下儿童到正规医院眼科进行散瞳验光,便可准确查出远视度数。



漫画/何朝霞

家长是儿童眼健康的第一责任人,如何预防孩子远视储备提前消耗呢?钱素琴介绍,除了佩戴离焦镜片这类医学手段干预之外,维持好孩子现有的远视储备,最重要的是从改变日常生活中的行为习惯和生活环境入手,协助孩子养成良好的生活习惯以及用眼习惯。

加强户外运动。每天2小时或每周10小时以上的户外活动,户外活动需要强调的是要有充足的阳光,如果在放学太阳下山后进行户外活动,那么预防近视几乎没有效果。同时,夏天要做好防晒,避开紫外线照射最强的时间段(10时至14时)。

培养合理的用眼习惯。长时间连续近距离用眼时,一般建议“20-20-20”法则——每近距离用眼20分钟,应当抬头眺望20英尺(6米)的远处,至少20秒。如果孩子需要用电子产品,建议优先选择大屏幕设备。

保持良好的生活习惯。每天保证9至10小时的睡眠;多吃富含DHA、维生素A、维生素B1的食物,控制甜食的摄入。

保持充足的光线和良好的阅读习惯。学习时,保证充足的光线,不在暗处看书,不趴着、歪着、躺着看书。读写时保持“一尺、一拳和一寸”,即握笔手指距笔尖一寸,胸口离桌沿一拳,眼睛离书本一尺。

定期检查视力。1岁以内婴儿:3月龄、6月龄、9月龄、12月龄,早产儿应在1月龄时进行第一次视力检查。1岁以上幼儿:建议每6个月进行一次详细的眼科检查。建议高度近视和病理性近视者每3至6个月做一次全面的眼科检查,并长期随访。

钱素琴提醒,家长一旦发现孩子有眼睛相关的症状,如看东西时眯眼、皱眉、偏头、眨眼等,都应带孩子就诊检查视力,及早为孩子建立屈光发育档案,做到早发现、早干预。如果孩子已经近视,要去正规的医疗机构通过科学的方法进行控制,避免发展为高度近视。

寒假即将开始,家长可带孩子到医院给眼睛做个检查,及时了解孩子的视力变化情况,以便医生根据情况帮助孩子调整近视防控方案,并有针对性地及时采取措施,科学防控近视。

45岁男子高血压5年后患上肾病

长期高血压控制不佳 可造成肾脏功能损伤

长沙晚报1月16日讯(全媒体记者 徐媛 通讯员 钟慧)45岁的李先生5年前被确诊为原发性高血压后,不但没有控制血压,还经常熬夜、暴饮暴食。近日,李先生突然出现少尿、泡沫尿等症状,双脚肿胀明显,外形像大象腿一样。李先生赶紧来到湖南中医药大学第一附属医院就诊,医生检查发现,李先生肌酐异常,确诊为高血压肾病。

该院肾脏内科主任医师彭亚军介绍,随着生活节奏加快,不少人形成了不健康的饮食习惯和生活习惯,致使高血压发病率逐年上升。调查显示,我国18岁及以上居民高血压患病率为27.5%,高血压患病率与年龄增长成正比。

高血压肾病是长期的高血压控制不佳造成肾脏功能及结构改变,最终导致终末期肾病和死亡的一种慢性肾病,严重者可导致肾功能衰竭,最终形成尿毒症。

“如果发现血压持续升高,特别是在多次测量中都超过正常范围(常规为140/90毫米汞柱),则应该及时前往医院就诊。”彭亚军提醒,高血压肾病患者可能会出现蛋白尿或泡沫尿,即尿中含有过多的蛋白质。这种情况通常会在高血压持续一段时间后出现,并且随着病情的恶化加重。同时,高血压肾病患者可能会出现血尿,即尿液中含有红细胞,这是因为高血压导致肾脏受损,使其无法有效地过滤血液中的废物和多余的水分,从而导致血尿。

根据个人体质、病情不同,高血压肾病表现症状也有所不同。部分人会出现全身性的水肿,尤其是在脸部和手脚部位。如果患者合并严重肾功能衰竭,可能出现电解质紊乱、酸中毒等情况。患者会发生明显的精神状态变化,如全身乏力、心律失常、心悸甚至晕厥。

如何预防高血压肾病?有数据显示,我国有近一半的高血压患者不知道自己患有高血压。要避免此病,首先应定期体检,监测血压,及时发现身体的异常情况。

原发性高血压患者如果发展到恶性高血压(舒张压>130毫米汞柱)可引起肾功能迅速恶化,为保护肾脏,坚持服药,早期降压并控制达标是关键。

低盐饮食有助于降低血压,减轻水钠潴留。预防高血压肾病,要健康合理饮食,戒烟限酒,劳逸结合,适当运动,充足睡眠,保持乐观情绪。

关注“三湘名医在线”公众号,即可免费为孩子建立屈光发育档案,档案包含以下项目:测量眼轴长度、测量角膜曲率、测量眼压、眼底照相相等。



扫二维码 关注“三湘名医在线”