



《魔豆》剧照 湖南大剧院供图



《疯狂理发店》演员与观众互动。长沙晚报全媒体记者 陈卓 摄

长沙动漫破圈成爆款

《仙王的日常生活》成B站动画“流量之王”

长沙晚报3月28日讯(全媒体记者 周斌 通讯员 朱莉)作为国内知名视频社区的哔哩哔哩(英文名称:bilibili,被网友们亲切地称为“B站”),今年春节过后出现一匹动画“黑马”——《仙王的日常生活》第四季两个月播放破亿。至此,该视频前四季在B站总播放量已达到14.6亿次,单季平均播放为3.6亿次,成为B站单部动画点击量之最。而制造该爆款IP的企业就是来自岳麓山下的湖南立羽文化发展有限公司(以下简称“立羽文化”)。目前,该公司制作的动漫在全网播放量超过80亿次,票房超过5亿元,一跃成为国产动画制作的主力军之一。

幕后艰辛,200人“服务”15分钟动漫作品

“祝贺《仙王的日常生活》第四季已经突破一亿次的播放量‘小目标’,感谢伙伴们的付出,我们继续努力!”不久前,立羽文化创始人黄敏在员工群里的这条微信,打破了办公室的沉寂,全体小伙伴都非常激动兴奋。

《仙王的日常生活》是一部由枯玄原作同名网络小说改编的国产动画片,讲述的是修真奇才隐藏自己的能力,在轻松的日常生活中无意拯救世界的故事。第一季在网络平台上亮相后,这部动画片以每集15分钟的小故事,凭借较好的动画质量和大量搞笑梗的灵活运用,立刻爆红。

截至目前,《仙王的日常生活》已推出四季,在B站总播放量已达到14.6亿,单季平均播放为3.6亿,成为B站单部动画点击量之最。

“我们在笑点上下了很大功夫,希望把真正的欢笑带给观众。同时,我们也希望把人物的情感非常真实地呈现出来,让观众可以跟着动画体会到真正的友情,这也是年轻观众能够在这部动画片中找到共鸣的原因。”黄敏介绍,除了总导演对整个动画片基调的把控,幕后还有近200人的团队,在为整个动画片的制作服务。

“我们单个镜头里看到的每一帧画面,至少由15个人协同参与其中。画面的制作非常严谨,比如画师要刻画每个人的连贯动作,画面不能有任何的细微偏差,否则就会影响动作的连贯性。”黄敏告诉记者。

创新驱动,9人团队扩展到近300人

2016年,黄敏从深圳带着涉及剧本、导演、分镜、动画、后期等9个重要岗位的骨干员工回到老家,在长沙创立了立羽文化。

彼时,长沙有着世界“媒体艺术之都”、动漫湘军的美誉,有着深厚的历史文化底蕴和浓郁的文化创意氛围。

立羽文化以创新为驱动力,在湖南湘江新区得到了快速发展。

从河西一处民宅搬入了宽敞的中集瑞芯企业广场,从9人团队扩展到近300人的团队,这期间立羽文化与国内知名平台及企业保持长期合作,国内二维头部IP参与度高达60%。制作了多部爆款动画项目,如动画剧集《妖怪名单2》《领风者》《镇魂街1.2》《狐妖小红娘》《仙王的日常生活2》《小绿和小蓝》《万古仙穹》《黑白无双》,动画电影《昨日青空》《十万

个冷笑话2》《妙先生》等。全网播放量超过80亿次,票房超过5亿元。立羽文化一跃成为了国产动画制作的主力军之一。

“实力派”的背后来源于多年的积淀。立羽文化不仅斩获了湖南省专精特新小巨人企业,开始专注原创IP动画的创作,逐步成为国内新生代动画公司。

“每个动画企业心中都有原创梦,而且,做原创动画附加值高,有利于掌握行业话语权,但这不是一蹴而就的。”黄敏说。

目前,企业制作的红色主旋律动画片《恰同学少年》即将开播,希望依托长沙的动画制作基础进一步完善动画工业体系,以“讲好中国故事,传播民族精神”为己任,围绕长沙的地域特色,创作更多观众喜闻乐见的IP。

世界戏剧日,在长沙感受戏剧魅力

长沙晚报全媒体记者 黄能

浑厚而悠远的歌声拉开色彩斑斓的风情画卷,活泼潇洒的舞蹈、节奏跌宕的民歌与精美的器乐服饰相结合,带领观众感受广西少数民族的绝妙风采。3月26日晚,广西民族音画《八桂大歌》亮相湖南大剧院,以音带画、情景交融,美不胜收。

3月27日“世界戏剧日”前后,多场精彩演出在长沙上演。在这座城市,无论是传统剧场里上演的音乐剧、儿童剧、话剧,还是演艺新空间极力营造的互动性和沉浸感,又或是花鼓戏入驻直播间稳“顶流”,戏剧的魅力早已融入人们的日常生活。

大剧场里看大戏,小剧场也有“小而美”

除了《八桂大歌》,日前另一部广西作品《魔豆》也在湖南大剧院上演,这是一部大型奇幻童话音乐剧,将经典童话与现代音乐、舞蹈和人偶、木偶、手偶等多种舞台表现形式相结合,大受亲子家庭欢迎。

这两部剧目是湖南省剧场演出院线联盟成立后引进的首批剧目。该院线联盟由湖南省演艺集团发起,湖南大剧院牵头成立,湖南省内文艺院团和演出场所经营机构参与,旨在通过统一运作项目的方式,整合省内与省际间的演艺资源,推动优秀剧目在省内外巡演,为全省观众送上优质演出。

不只专业剧场,在长沙,逛商场也能看好戏。3月23日晚,国内首部互动喜剧综艺《疯狂星友团》在长沙中心印象城开演,凭借青春活力的氛围、沉浸式的推理互动体验,首演上座率高达100%。

《疯狂星友团》是一种融合了互动喜剧、悬疑探案、沉浸式等多种元素的新型演出形态。观众上半场沉浸式参与真人选秀综艺,投票决定选手命运;下半场,综艺录制中意外发生,观众化身侦探全程参与探案,解锁不同结局。“两个多小

在长沙,河西的梅溪湖国际文化艺术中心大剧院也是人们看剧的好去处。这个3月,邓家佳主演的《被嫌弃的松子的一生》、刘烨主演的《悲惨世界》,都是开票不久即告售罄,演出场上座率爆满。

据了解,今年是梅溪湖大剧院开业运营7周年,剧院将策划推出“七幻乐章·2024世界音乐剧大赏演出季”,涵盖超10部30场海内外优质演出,演出季将由4月初的英文原版音乐剧《剧院魅影续作:真爱永恒》拉开帷幕。

大剧场里看大戏,小剧场里也有“小而美”。《杀死马克思》《目击证人》《众生》……去年,湖南省话剧院策划和制作了一系列具有时代感、话题感、本土味的小剧场剧目,开启“长沙驻演+全国巡演”模式,进一步开拓长沙富有活力的小剧场话剧市场。

“观众能够近距离感受演员的情绪,小剧场的沉浸感可以给他们留下美好记忆。”湖南省话剧院总经理颜伟亮告诉记者。

此外,无论是省直文艺院团的京剧、花鼓戏、木偶皮影“周末剧场”,还是长沙实验剧场和各区县的专业剧场,都常有好戏登台,引人关注。

载体,演艺新空间近年来开始崛起。与大剧场和小剧场相比,演艺新空间在表演内容和形式上进行了突破,激发起更多人的观演兴趣,正逐渐成为文旅融合发展的重要组成部分。

日前召开的2024年长沙市文化旅游广电工作会议透露,为健全现代公共文化服务体系,不断满足群众对美好生活的需求,长沙将整合现有演出场地、演艺人才等方面的资源,打造精品演出项目,开发形式多样的演艺新空间,创新适合年轻观众口味的运营模式。

时演出,观众和演员共同完成了一场盛大的“剧本杀”,很有参与感,情绪价值直接拉满。”有网友如是评价。

这是开心麻花推出的又一力作,去年,入驻大悦城的沉浸式互动剧《疯狂理发店》一年演出300余场,平均上座率高达85%,创下长沙演艺市场新纪录。

除了印象城和大悦城,在阳光100凤凰街,沉浸式悬疑喜剧《同学会》也将于4月上演,开启一场因为同学聚会引发的“烧脑”推理。

记者了解到,作为一种新兴的文化传播

艺术创作精品迭出,古老戏曲“潮”起来

作为省会城市,长沙戏剧创作实力不容小觑,一大批精彩剧目从这里诞生,并走向全国舞台和观众。

市直院团艺术创作更是精品迭出。去年,花鼓戏《花猪司令》两次受邀晋京演出,收获首都专家和观众好评,湘剧《夫人如见》获评中国戏剧节优秀剧目奖,歌剧《半条红军被》启动全国巡演,7个节目斩获乐潇湘奖。杜鹃花艺术节、第四届岳麓山青年戏剧节暨首届长沙大学生话剧节等活动火热开展,丰富了市民的精神文化生活。

长沙市艺术创作研究院副院长殷婷介绍,长沙率先全省推行院团合作共建模式,湘剧《夫人如见》和花鼓戏《花猪司令》都是由市属院团联合创排,整合优势资源,合作共赢,实现了“1+1>2”的效应。

值得一提的是,在长沙,古老的戏曲,正以更新潮的方式拥抱观众尤其是年轻观众。比如,长沙市花鼓戏保护传承中心积极开拓演出模式,2022年9月起入驻抖音直播平台,每周开展3场线上直播演出,场均观看人数超60万人次,至今坚持开展直播,助力花鼓戏火爆出圈。花鼓戏演员陈雨晴是一名网红主播,个人打造的抖音账号“花鼓戏一东”目前粉丝量超54万,点赞量超440万。

长沙市文旅广电局有关负责人介绍,今年长沙将进一步繁荣艺术创作,围绕新中国成立75周年、乡村振兴等主题抓好现实题材剧目创作,创作广播剧《约定之上》,启动花鼓音乐剧《仰望星空》创排,出版《长沙有戏》作品集。

健康

一道家常菜没焯水,男子吃进医院

预防草酸盐肾病,尽量避免摄入高草酸类食物,如需摄入应焯水去除大部分草酸

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 吴婧

蔬菜是餐桌不可缺少的食材,也有多种烹饪方法。然而,有些蔬菜若省去焯水这一步,可能会给身体带来损害。

近日,“男子吃菠菜没焯水致肾损伤”引发网友热议。经检查,医生发现该男子患了草酸盐肾病。什么是草酸盐肾病?什么因素容易诱发此病?哪些人群要特别注意?哪些蔬菜吃之前最好焯一下水?湖南省人民医院肾内科一病区主任医师殷薇进行了详细解答。



制图 何朝霞

事例 男子炒菠菜未焯水致肾功能损伤

据报道,60岁的李先生因为突然全身没力气来到医院就诊。医生检查后发现,李先生的血肌酐异常增高,超过900微摩尔/升(正常值一般在100微摩尔/升以内)。血肌酐是临床上最常用的一个反映肾功能的指标,血肌酐在短时间内快速升高,通常意味着发生了急性肾损伤,这种短时间内的血肌酐急性升高,如果能查明背后原因予以纠正,肾功能很有可能恢复。

肾穿刺活检病理检查发现,李先生的肾小管管腔内可见几十处大大小小、亮晶晶的圆盘状结晶,偏振光显微镜下可以观察到绿色扇形折光,这是草酸盐结晶。原来,大量草酸盐结晶引起急性肾小管间质损伤,导致李先生肌酐快速升高。医生由此确诊,李先生患的是草酸盐肾病。在医生的追问下,李先生这才想起来,自己发病前吃了一大盘炒菠菜,即没有焯水的情况下直接下锅炒的菠菜。医生判断,这是导致他发生草酸盐肾病的主要原因。由于李先生本来就有慢性肾脏病,这次肾功能损伤急性加重,已经需要透析治疗了。

无独有偶,52岁的老唐在自家地里种了大片菠菜,收成很好,到菜

市场卖了一些,剩下的他自己隔三天五地炒着吃。前几天,他如往常一样吃了一盘炒菠菜后,出现腹泻、呕吐等症状,还少尿,伴有全身的浮肿、胸闷气促等,被家人送到医院,检查结果显示他的血肌酐明显增高。由于他是在食用菠菜后出现这些症状的,以前没有慢性肾脏疾病,考虑急性肾损伤可能性大,医生建议他先进行血液透析,病情稳定后再进行肾穿刺活检明确病理。

老唐躺在病床上怎么也想不明白,多吃了几口菠菜怎么要做血透和肾穿刺活检呢?根据各项检查结果,医生发现老唐得的正是草酸盐肾病。好在经过及时治疗,他的尿量明显恢复,肾功能也恢复到正常范围,脱离了透析。

殷薇表示,菠菜中含有大量的草酸,对于肾脏健康的人群,偶尔食用没有焯水的菠菜,一般来说不会出现肾损伤。如果本身患有基础性疾病,尤其是肾功能受损、肾小球滤过率下降的患者,或者原本没有肾脏基础疾病的健康人群,短期内过多摄入这种含草酸的蔬菜,有可能出现肾小管阻塞从而诱发急性肾小管间质损伤,导致急性肾功能衰竭。

解析 草酸盐结晶大量沉积肾脏,易致肾脏功能受损

殷薇表示,草酸是存在于许多植物中的天然物质,人体可以从食物中摄入草酸,也可机体代谢产生(如维生素C的代谢过程)草酸。但我们的身体无法利用草酸,主要通过尿液和粪便将其从体内排出。大量或长期食用高草酸食物,或者身体处理草酸的能力减弱(如胃肠功能受损、肠道炎症等),都会导致草酸吸收增多,被吸收的草酸主要经过肾脏排泄,在肾脏中草酸可与钙结合形成草酸盐。若草酸盐结晶大量沉积在肾脏内,导致肾脏功能受损,这一类疾病就叫草酸盐肾病,又称为草酸盐沉积症。

草酸盐肾病属于代谢性疾病,主

要是尿液中含有比较多的草酸盐结晶,会导致肾小管间质损伤,出现蛋白尿,也可以出现肾小管损伤的其他表现,比如低比重尿、氨基酸尿、糖尿等。通过积极有效的治疗,多数患者能治愈。

草酸盐除引起急性肾损伤以外,还会以别的形式沉积在人体,如沉积在心脏、血管、关节、骨骼、视网膜等,都会导致草酸吸收增多,被吸收的草酸主要经过肾脏排泄,在肾脏中草酸可与钙结合形成草酸盐。若草酸盐结晶大量沉积在肾脏内,导致肾脏功能受损,这一类疾病就叫草酸盐肾病,又称为草酸盐沉积症。

需要提醒的是,四类人要注意减少草酸的摄入:经常吃高草酸食物的人;草酸代谢能力弱的人,例如肾功能不全、自身免疫疾病、胃肠道疾病患者,以及胰腺功能不全、炎症性肠病及肠切除、胃旁路术后者;患有肾结石的人群;服用某些药物(如奥利司他等)的人群,这类人群长期使用奥利司他等减肥药会导致脂肪过多排泄,不利于草酸的排泄,久而久之将大大增加草酸盐肾病的风险。

肾脏作为人体重要脏器之一,对多种外界刺激非常敏感。肾功能损伤的早期症状非常隐匿,因此,定期进行健康体检非常重要。如果发现肾功能异常等方面的问题,建议尽早前往医院就医,做到早发现、早诊断、早治疗。

提醒 减少草酸的摄入,这些食物吃之前最好焯水

60.8%;水开后菠菜下锅,菠菜变色后(约1分钟)捞出,可溶性草酸的去除率达到43%。所以,调整烹饪方式,将富含草酸的食物焯水后,就能减少其中的草酸含量。

保持肠道健康,尤其是微生物生态系统的稳定,也是应对草酸盐过量的一个好方法,可以考虑在饮食中增加一些益生菌。

饮用足够多的水是非常重要的,可以消除尿液中草酸盐过量的风险,还能大大减少肾结石形成的可能性。

腰痛半个月 竟是脑内有个“定时炸弹”

颅内动脉瘤要通过良好的生活习惯、规律饮食、定期体检等方法预防

长沙晚报3月28日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 周锦钰)“腰痛半个月,竟然是脑内‘定时炸弹’惹的祸。”湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)脑病科(神经内科)主任、脑血管介入中心主任刘叶辉主任医师近日表示,颅内动脉瘤要通过养成合理的生活习惯、规律饮食、定期体检等方法预防。

今年1月中旬,长沙的汪先生(化名)感觉后脖和腰部出现疼痛不适,以为是小毛病并未重视。一周后,汪先生的疼痛症状加重,其间还晕厥过两次,每次持续时间约3~10分钟左右。家属随即将他送到附近医院就诊,经过系列相关检查后却未能发现病因,病情也没有明显好转。2月初,患者到湖南中医药大学第二附属医院就诊,医生为其完善脑部CT检查,结果显示未见明显异常,为进一步查明病因,完善头部核磁共振提示有颅内动脉瘤可能,为检查验证,完善脑血管造影检查最终确诊为前交通动脉瘤、左侧颈内动脉瘤、蛛网膜下腔出血。

与患者及家属充分沟通后,刘叶辉手术团队为患者实施介入下行“全脑血管造影术+颅内动脉瘤栓塞术”,为患者精准拆“弹”。术后患者头颈腰部疼痛症状明显减轻,逐渐康复。

刘叶辉介绍,颅内动脉瘤是颅内动脉壁上的异常膨出,因瘤体一般很小不引起临床症状,所以在破裂之前很少被发现。动脉瘤破裂后可引起蛛网膜下腔出血等严重并发症,导致脑组织缺血、破裂出血死亡率约为30%,再次破裂死亡率可高达80%,而且存活者伤残率很高。所以颅内动脉瘤被比作脑内的“定时炸弹”。

如何预防?刘叶辉表示,日常生活中应注意适量运动,如慢跑、游泳等,有助于促进大脑血液循环,有效预防疾病的发生。规律饮食,平时应注意低脂、低糖饮食,避免长期吃炸鸡等食物,以免造成血液过度黏稠而引起脑血管堵塞,还应注意定期体检。

责编/杨蔚然 美编/何朝霞 校对/符卓豪