

“长沙出品”电影+1

《有你真好!》定档4月12日,长沙影迷又可以“找地标”

长沙晚报3月30日讯(全媒体记者 宁莎鸥)“长沙出品”电影+1!3月29日,电影《有你真好!》发布预告片及主题曲MV,官宣定档4月12日。该片由湖南楚人传媒有限公司制作,全程在长沙取景。继《长沙夜生活》《年会不能停!》《我们一起摇太阳》之后,长沙出品、长沙出品的影片又将闪耀大银幕。



主演郝蕾



电影《有你真好!》海报 均为受访者供图

真实故事改编 街舞女孩席嘉琪本色出演

落户长沙的楚人传媒一直是深耕本土电影市场的“老口子”。早在2016年,公司就拍摄了由赵丽颖、范逸臣等明星主演的《我们的十年》,带火了湖南大学和岳麓山大学科技城。随后,楚人传媒就瞄准了《有你真好!》这一故事,该片也是公司多年磨一剑的诚意之作。

影片取材于街舞女孩席嘉琪的真实故事,席嘉琪来自单亲家庭,父亲在她童年时就离开了家,母亲不得已变卖了家里的房产,带着席嘉琪离开新疆,来到了广东中山打拼。母女二人挤在城中村不到30平方米的房间,房里只摆得下一张床和书桌,但一个月租金300元,最苦的时候,席嘉琪不得不捡破烂讨生活来维系自己的街舞梦想。2017年,席嘉琪获得了世界街舞锦标赛中国区popping舞种的总冠军,并在接下来的世界街舞锦标赛总决赛舞台上,进入了popping四强。声名鹊起之后,席嘉琪上了《快乐大本营》,参加了《热血街舞团》的录制,收获了更多的拥趸,其超“燃”的励志故事感动了亿万观众。

值得一提的是,影片原型人物、CHUC青少年街舞国家队队长席嘉琪将在电影中出演自己。

“演技导师”郝蕾像是整个剧组的妈

本片的主创阵容强大,囊括了郝蕾、马苏、杨坤等实力派影星。演技大咖郝蕾与席嘉琪组成“母女档”,片中两人演绎出的深厚羁绊是一大看点。郝蕾近年来出现在《来者何人》《无限



扫码看电影 主题曲MV

超越班》等考验演技的综艺节目,以对演技要求高、评论辛辣收获了“毒舌导师”的头衔。席嘉琪作为素人,与其搭戏会有压力吗?楚人传媒CEO杜焘表示:“郝蕾在片中出演‘妈妈’,在整个拍摄过程中像全剧组的妈。她手把手教席嘉琪表演,具体到应该怎么睡觉,熟睡、失眠、做梦等十几种不同的睡觉方式如何表现,都巨细无遗地教授。在剧本和创作层面,她都给了很大的支持,包括杨坤在内的演员都会去请教她表演的业务。”

在表演方面,郝蕾照例一丝不苟。有一场在火官殿拍的戏不太满意,她硬是表示不拍好不准收工,带着几百位工作人员熬到了凌晨四时。

本次发布的由香港歌手林二汶演唱的主题曲MV《只怕不够时间看你白头》,也十分动听,为电影加分不少。杜焘表示:“这首歌和电影是天生的缘分,当电影把这首歌用进去,当歌手本人看到电影片段,双方一拍即合。林二汶特别支持主题曲MV的拍摄工作,直接从香港飞到长沙的街头,完成这支MV的拍摄。她也希望

望长沙、香港、电影三者能融为一体。”

全程长沙取景 多处地标入镜

《有你真好!》全程在长沙取景,两江两岸灯光秀、橘子洲、渔人码头、五一广场、都正街、周南中学……市民耳熟能详的长沙元素都能在影片中找到。等到上映时,影迷又可以开发“找地标”游戏了。

据悉,主创方在创作时也考虑过其他城市,最终还是选择了全程在长沙拍摄。“长沙具备一流的拍摄条件,它有烟火气但又具备一线都市的繁华景象,影片基本上可以在长沙拍摄到全部想要的场景。”杜焘如是说道。

近年来,长沙大力支持电影产业,吸引了众多优秀电影来长沙拍摄,为《出发》《春去春归》《我们一起摇太阳》《三十出头》《南方南方》等剧组提供了定制拍摄服务。长沙出品、长沙取景的电影持续闪耀大银幕。

女性的美自己来定义 我就是要做“金刚芭比”

易或洁变身“力量举”女孩,以自信健康美打破身材偏见

● 长沙晚报全媒体记者 赵紫名

结束一天9个小时烘焙师的工作,23岁的易或洁又走进健身房,来到熟悉的力举区,进行深蹲、卧推和硬拉。力量举,这个在常人看来与女性不太沾边的运动项目,却是易或洁的最爱,即便她已经从健身前的110斤涨到了健身后的140斤。

年轻的妹妹脸上加上全身健硕的肌肉,这种结合带来的巨大反差,在过去甚至现在都在让易或洁承受质疑或不解,但在热爱面前,易或洁已经开始慢慢和负面情绪和解。“女性不一定就是瘦才算美,练习力量举后,我觉得自己变美了,也更健康了,这让我拥有了更多的自信心去面对人生路上的各种困难。”

认清自己 做自己喜欢做的事

和大多数女生一样,易或洁的健身之路始于减肥。上大学时的她,跑步、骑自行车,瘦过10多斤,“但我觉得那时候自己的身材并不好看,而且一旦停下来,体重立马就反弹了。”

毕业后,对于健身依旧有兴趣的易或洁进入健身房工作,当起了销售,了解很多健身的理论和实际操作。但在健身房工作的日子并不好过,行业激烈的竞争压力让易或洁喘不过气,“如果你自己身材都不好,当销售是没有任何说服力的。”

“我一直记得当时的经理对我说,‘你的身材是所有人中最差的。’这样的评价,让天性倔强的易或洁倍受打击,她暗暗发誓一定要练得比所有人都要好。

尝试过瑜伽、普拉提,也尝试过健美训练,在不断的学习和实践后,易或洁发现,自己最感兴趣的是力量举——一项偏重于基本力量训练的项目。现在,易或洁一周至少进行5天、每天两个小时的力量举训练,在这个过程中,易或洁不断提升自己深蹲、卧推、硬拉的重量。“每当我挑战更大的重量取得成功时,我能得到最大程度的兴奋和满足感。”

跟随内心,选择自己喜欢的,在健身



易或洁在健身中。长沙晚报全媒体记者 黄启晴 摄



扫码看视频

项目选择上如此,在工作选择上也是如此,这就是易或洁的人生态度。去年,易或洁选择从健身房辞职,休息半年后干起了烘焙师。“当烘焙师是很早之前就想到的,真正做起来后感觉很平和也很充实。下班后再去健身,对我来说是最合适的状态。”

不拘一格 女性的美不止一种

练力量举带来的最直观的效果,反映在身体上就是厚厚的斜方肌以及“水桶腰”“大象腿”,看上去甚至比很多男生还要强壮,外界戏称为“金刚芭比”。质疑声随之而来,有人会觉得这种身材“太夸张”,有人会觉得上下身不搭,也有人会说“不好找伴侣”。在女性传统审美框架里,易或洁的身材是罕见且“奇怪”的,这种偏见一度让她饱受困扰,但渐渐地,易或洁开始忽视这些想法,坚定自己的喜好和审美。

“我妈昨天还在跟我说,要我把腿练瘦一点,不要搞那么壮。”对此,易或洁笑着说,她现在的腿围是61,还有提升的空间,“本身我的腿就是很粗的,所以之前才会有朋友建议我尝试力量举,如果腿粗是一种天赋,那我就更没有理由不练好这个项目了。至于别人不理解、不接

接受,我已经不那么在乎了。”

其实在近几年,越来越多女性跳出了“白幼瘦”的审美禁锢,开始把身体锻炼得更强,打造“力量美”。作为她们中的一员,易或洁说,自己从力量举中得到的最大反馈就是更自信了,“之前总觉得自己这里不好,那里不好。现在在健身房,大家都说我练得快,线条好,我也觉得我的腿很好看、很有力量。”朋友圈里,易或洁也会经常发自己的训练照。

对于健身的这段经历和体验,易或洁充满感激,她说自己收获的不仅是良好的形体、健康的身体,更是一种积极、自信的生活方式,就像在看完电影《热辣滚烫》后领会到的一样,“锻炼的核心不是为了减肥,而是为了让自己变得更好,去做不一样的自己。”

下一步,易或洁也有了打算,她想要继续提升自己的力量举水平,并争取在今年9月参加一场在长沙举办的CPA(Powerlifting Coefficient of Performance,力量举表现系数)比赛。“湖南玩力量举的女生很少,我想要向更多的女性宣传这项运动,让她们看到不一样的健康美。”

■ 我的“热辣滚烫”系列报道②

健康

责编/杨蔚然 美编/余玉山 校读/欧艳

孩子咳嗽总不好,当心是百日咳

专家提醒:及时接种疫苗,保持良好卫生习惯,适当锻炼提高抵抗力可有效预防

● 长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 纪娜

去年以来,各类呼吸道传染病“你方唱罢我登场”,人们饱受感冒咳嗽的困扰。开春至今,随着流感和支原体感染肆虐,另一种多年没什么存在感的呼吸道疾病被人们重新提起——百日咳。这几天,“百日咳再现”的话题冲上热搜。百日咳到底是什么?得了百日咳有哪些表现?哪些人容易中招?如何预防?长沙市第四医院儿科副主任、副主任医师邹登为家长们支招。

孩子咳嗽咳不停,要警惕是不是百日咳

“我家孩子一到晚上就咳嗽。”“我家孩子断断续续咳了快一个月。”“我家孩子咳了快20天了,药也吃了,怎么还不见好?”“孩子咳嗽老不好,昼轻夜重,有时咳嗽喘不上气,小脸憋得通红,有时咳嗽

后还会呕吐。”近期,长沙气温忽冷忽热,多变的气候导致有咳嗽症状的孩子明显增多,不少宝妈纷纷在家长群里吐槽。“如果检测不是甲流、乙流、新冠、支原体,建议检测一下百日咳。”有宝妈在群里建议。

7岁女孩晨晨(化名)的妈妈就是家长群里吐槽宝妈中的一个,看到孩子断断续续咳了快一个月,她向单位请假带孩子去儿童医院就诊,“医生,我家孩子白天都好,一到晚上就像闹钟,定点咳嗽。每次听她咳嗽吧,好像也没痰,但一咳就停不下来。到底是得了什么怪病?”根据问诊和查体,医生考虑晨晨最可能是得了百日咳。之后,医生对晨晨进行了百日咳鲍特菌的核酸采样。果不其然,晨晨的核酸结果提示百日咳鲍特菌阳性。

据国家疾控局官网发布的“全国法定传染病疫情概况”,2024年1月1日至2月29日,全国报告百日咳32380例,是2023年同期(1421例)的近23倍。不寻常的迹象引起了疾控部门的警惕。在最近的一次大会上,国家疾控局副局长、中国疾控中心主任沈洪兵指出,“当前我国的百日咳防控应当引起重视。”

去年以来,肺炎支原体、流感病毒、腺病毒、腺病毒、腺病毒、腺病毒、腺病毒等很多不能翻身、下肢麻木胀痛,行走困难,医生已建议做手术的患者,不管病情有多重,病史有多久,只需将他研制的“仙草活骨膏”穴位贴敷一段时间,就能像正常人一样生活,这种方法在当地民间广为流传。

咨询热线: 0731-89871315
长沙专销地址:解放西路136号楚济堂大药房(湖南省人民医院急诊楼对面),长沙市内免费送货上门,专业老师指导贴敷,外地包邮,货到付款



漫画/余玉山

什么存在感的呼吸道疾病被人们重新提起——百日咳。近日,“百日咳再现”的信息更是频频刷屏。记者从省会长沙各大医院了解到,近一两周内医院接诊的百日咳患者没有明显增多。不过,如果孩子出现持续性咳嗽,应及时就医,以便尽早诊断并排除百日咳风险。

人群普遍易感,婴儿和幼儿是高风险群体

邹登介绍,百日咳是由百日咳鲍特菌感染引起的急性呼吸道传染病,具有较长的潜伏期和持续的咳嗽症状,未经治疗可持续2至3个月,故称为百日咳。

“得了百日咳,初期可能会出现咳嗽、打喷嚏、流泪及乏力等症状,与普通感冒相似。但其咳嗽特点在于最初为单一的干咳,随后咳嗽逐渐加剧。”邹登表示,典型的百日咳病例表现为上呼吸道感染症状1至2周后,出现阵发性痉挛性咳嗽,并伴有鸡鸣样声音,咳嗽夜间加重,可伴有呕吐。有疫苗接种史或百日咳病史者,感染后症状大多不典型。

百日咳属于乙类传染病,主要通过呼吸道飞沫传播,患者、隐性感染者和带菌者在咳嗽、说话、打喷嚏时,带菌的呼吸道分泌物会排入周围的空气中,健康人吸入一定量的病原菌容易引发感染。

百日咳通常分为三个时期,分别为卡他期、痉咳期和恢复期。其中,卡他期即感染初期,常表现为流涕、打喷嚏、流泪、咽痛、阵发性咳嗽等上呼吸道感染症状,这一阶段排菌量达高峰,具有极强传染性,1至2周内会出现阵发性痉挛性咳嗽,并带有典型的“鸡鸣”吸气性吼声;痉咳期,表现为阵发性痉挛性咳嗽,反复多次,直至咳出黏痰,夜间较重,睡眠期间痉挛性咳嗽更为突出,常在咳嗽后出现呕吐,可致舌系带溃裂,面部、眼睑浮肿,眼结膜出血,咳嗽次数随病情发展而增多;恢复期,痉咳逐渐缓解,咳嗽强度减弱,发作次数减少,阵发性痉咳症状可持续数周。

接种疫苗是预防百日咳最经济有效的手段

“患了百日咳后,受烟、烟熏、哭吵、检查咽部时的刺激等,均可诱发痉挛性咳嗽发作。”邹登提醒,可以采取以下措施减轻百日咳的咳嗽:不要关闭门窗,患了百日咳的孩子由于频繁剧烈的痉挛性咳嗽,易造成缺氧不足,应有较多的氧气补充,室内也可尽量保持空气新鲜流通,空气干燥时可用加湿器适当增加湿度,或用湿拖布擦地,保持室内湿度在50%左右;有的家长以为活动会加重孩子咳嗽,这是一种误解,让孩子在空气新鲜的地方适当做些活动和游戏,往往会减轻咳嗽,但要避免疲劳过度;避免烟尘刺激,家中如有吸烟的人,在孩子生病期最好不要吸烟,炒菜时也要让孩子避开油烟。

邹登表示,预防百日咳的手段有很多,日常生活中主要是保持社交距离和佩戴口罩,减少病原体传播。一旦发现身边人出现咳嗽等呼吸道感染症状,应保持一定距离,科学佩戴口罩,降低感染风险。百日咳患者应按照医嘱居家或住院隔离治疗(隔离至有效抗菌药物治疗后5天或痉咳后21天),佩戴口罩直至咳嗽消失。

此外,保持良好的卫生习惯,勤洗手,居室定时开窗通风,湿式扫除,勤晒衣被,远离烟尘刺激。对痰液、呕吐物,可用漂白粉等含氯制剂消毒。

百日咳病期长,对孩子的身体消耗很大,平日要保证营养和休息,适当参加体育锻炼,增强抵抗力。

接种疫苗是预防百日咳最经济、有效的手段,可有效降低感染发病和重症病例发生风险。按照国家免疫规划程序,儿童应在3月龄、4月龄、5月龄和18月龄时各接种1剂次百白破疫苗,并完成全程免疫,婴儿容易感染百日咳并可能迅速发

展成重症。因此,当小宝宝出现不明原因的呼吸急促、发绀或者呕吐症状时,特别是家庭成员出现百日咳相关症状时,应及时就医。

接种疫苗是预防百日咳最经济有效的手段

“患了百日咳后,受烟、烟熏、哭吵、检查咽部时的刺激等,均可诱发痉挛性咳嗽发作。”邹登提醒,可以采取以下措施减轻百日咳的咳嗽:不要关闭门窗,患了百日咳的孩子由于频繁剧烈的痉挛性咳嗽,易造成缺氧不足,应有较多的氧气补充,室内也可尽量保持空气新鲜流通,空气干燥时可用加湿器适当增加湿度,或用湿拖布擦地,保持室内湿度在50%左右;有的家长以为活动会加重孩子咳嗽,这是一种误解,让孩子在空气新鲜的地方适当做些活动和游戏,往往会减轻咳嗽,但要避免疲劳过度;避免烟尘刺激,家中如有吸烟的人,在孩子生病期最好不要吸烟,炒菜时也要让孩子避开油烟。

邹登表示,预防百日咳的手段有很多,日常生活中主要是保持社交距离和佩戴口罩,减少病原体传播。一旦发现身边人出现咳嗽等呼吸道感染症状,应保持一定距离,科学佩戴口罩,降低感染风险。百日咳患者应按照医嘱居家或住院隔离治疗(隔离至有效抗菌药物治疗后5天或痉咳后21天),佩戴口罩直至咳嗽消失。

此外,保持良好的卫生习惯,勤洗手,居室定时开窗通风,湿式扫除,勤晒衣被,远离烟尘刺激。对痰液、呕吐物,可用漂白粉等含氯制剂消毒。

百日咳病期长,对孩子的身体消耗很大,平日要保证营养和休息,适当参加体育锻炼,增强抵抗力。

接种疫苗是预防百日咳最经济、有效的手段,可有效降低感染发病和重症病例发生风险。按照国家免疫规划程序,儿童应在3月龄、4月龄、5月龄和18月龄时各接种1剂次百白破疫苗,并完成全程免疫,婴儿容易感染百日咳并可能迅速发

罕见,阑尾里竟然藏着肿瘤 患者术后需定期复查,以预防肿瘤的复发及转移

长沙晚报3月30日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 刘雄)“阑尾炎嘛,挺挺就过去了。”“不想做手术,吃点消炎药坚持一下。”“右下腹总疼,疼得厉害了再说。”……阑尾炎作为一种常见疾病,在很多人印象中,似乎只要进行很小的手术就可痊愈,殊不知,遇到特殊情况时可能会危及生命。

70岁的邱大爷,右下腹痛4年多,以为是阑尾炎,在当地卫生院多次打针,疼痛非但没有减轻反而加重,于是赶紧到湖南航天医院就诊。检查发现,他竟然还患上了阑尾炎中的罕见病。

湖南航天医院普外科医生为患者做了详细的问诊和体检,查阅患者在外院的肠镜结果,结合体征及检查报告,考虑不是小小的阑尾炎,趁着身体还能耐受全麻,建议患者尽早手术治疗解决病痛。

征得患者同意后,医生为其完善术前相关检查,患者腹部增强CT检查发现,其阑尾明显增粗,呈囊性包块,直径为3厘米左右,普外科医生初步判断患者为罕见的阑尾黏液性肿瘤。患者既往基础疾病多,有脑梗死、糖尿病及高血压病史。经过术前评估,针对术中可能出现的风险,医生做了术前讨论及手术预案,随后完成了微创腹腔镜阑尾切除术。手术中发现阑尾镜内肿块大,约6×4厘米大小,浆膜完整,肿瘤凸向肠腔内,周围无渗出无粘连。医生在腹腔镜微创的4个小切口下,完整切除阑尾及回盲部。术中快速病检提示低级别阑尾黏液性肿瘤。手术顺利,术后结合“加速康复外科”医疗方案,患者得以顺利康复出院。

湖南航天医院普外科副主任、主任医师胡军介绍,阑尾黏液性肿瘤是一种以黏液上皮增生伴细胞外黏液产生,并呈推挤样生长,没有浸润性侵犯的肿瘤。一般生长缓慢,多数情况无明显症状,若肿瘤增大,可引起腹痛、腹胀、腹部包块、肠梗阻等。治疗主要以外科手术为主,一旦发现尽早手术治疗,对于较大的突入肠腔的,可能涉及肠道的切除等,完整切除肿瘤预后良好。若术中肿瘤破裂,黏液溢出腹腔可能引发腹膜假性黏液瘤。胡军提醒,患者术后需定期复查,以预防肿瘤的复发、转移。

颈椎病 腰椎间盘突出 有良方

见报三天买5盒送1盒,10盒送3盒,20盒送8盒,30盒送15盒

在云南保山地区很多人都知道从北京退休回乡的侯先生,他自幼酷爱中医,专攻骨科顽疾。特别是腰椎间盘突出、颈椎病、椎管狭窄、椎体滑脱、增生等很多不能翻身、下肢麻木胀痛,行走困难,医生已建议做手术的患者,不管病情有多重,病史有多久,只需将他研制的“仙草活骨膏”穴位贴敷一段时间,就能像正常人一样生活,这种方法在当地民间广为流传。

咨询热线: 0731-89871315
长沙专销地址:解放西路136号楚济堂大药房(湖南省人民医院急诊楼对面),长沙市内免费送货上门,专业老师指导贴敷,外地包邮,货到付款