

逛展换车购车,都有机会拿大奖

2024湖南车展将给观展者、购车者送上多重惊喜

长沙晚报4月25日讯(全媒体记者 彭放 范宏欢)今年买车的绝好时机来了!2024湖南汽车展览会暨长沙市汽车消费节(以下简称“2024湖南车展”)将于4月30日至5月5日在湖南国际会展中心举行。这次湖南车展是在我国推动大规模设备更新和消费品以旧换新的政策背景下推出的展会,省内的一系列利好政策将陆续出台,数十家参展的主流汽车品牌已推出了以旧换新补贴政策。25日,记者从湖南车展组委会获悉,车展期间,组委会整合多方资源,策划推出了丰厚的逛展看车大奖和现场购车大奖,整体优惠力度在往年基础上持续加码,将给观展者、购车者送上多重惊喜。

买车逛展都有机会 获“焕然一新车礼包”

新能源汽车正成为越来越多消费者的选择。2023湖南车展,新能源汽车销量超过30%;今年湖南车展也将成为新能源汽车的“大秀场”。组委会特别策划了“焕然一新 给你充电”活动,无论是新能源汽车的购车者还是逛展者,都有机会获得组委会提供的“焕然一新车礼包”。

展会6天内,每天前20名购买了参展商的新能源汽车的个人消费者,每人可获得500元的“焕然一新车礼包”。获奖者凭购车(预定)合同、购车(预定)发票或付款小票,本人手机号和身份证等有效证件,到组委会领奖台领取。

组委会为逛展者也准备好了好礼。展会期间,凡持有价票入场的消费者,均有机会通过参与抽奖的形式赢得200元的“焕然一新车礼包”,6天展期内每天将抽取10个中奖名额。



2023湖南车展盛况。资料图



扫码抢湖南车展早鸟票

购买或置换新燃油车均有油卡等你拿

换新或购买燃油车的消费者,同样有惊喜。湖南车展组委会联手中石化长沙公司,推出了车展专属的“焕然一新送油卡”和“买新车加石化好油”活动。

2024湖南车展开展期间,现场购车并满足“以旧换新”条件的消费者,可以获得由中石化长沙分公司提供的价值500元的“焕然一新加油卡”电子充值券。6天展期每日限前20名,共计120名。

符合“以旧换新”条件的

购车者:

- 1.必须是个人消费者;
- 2.在2024湖南车展开展期间(4月30日至5月5日)购车,所购车辆供应商须为车展参展商;
- 3.须报废或者转让名下在湖南省内注册登记的非营业性燃油小客车(转让或报废时间段为2024年1月1日至5月5日);
- 4.新、旧车主必须是同一个人(旧车的车主在报废或者转让后必须是同一个人

去购买新车并且完成上牌手续,即新车、旧车行驶证上的车辆所有人和新车发票上的购买方名称一致)。

如果你不是以旧换新的消费者,只要在开展期间现场购车,则可参与“买新车加石化好油”活动,同样有机会获得由中石化长沙分公司提供的500元加油卡电子充值券。现每天前120名,6天共计720名。与“焕然一新送油卡”活动不可叠加,每人只可参与一项。

置换补贴最高1万元

“全球智能电混双擎第一品牌”广汽丰田 将携全系车型亮相湖南车展

长沙晚报4月25日讯(全媒体记者 彭放 范宏欢)4月30日,2024湖南车展将在湖南国际会展中心拉开帷幕。本次车展为期6天,汇集全球20多个国家100余个汽车品牌的600余辆展车,将以汽车消费为纽带,串联起吃、喝、玩、乐、住等丰富体验,在全城上演一场精彩纷呈的汽车嘉年华。据悉,“全球智能电混双擎第一品牌”广汽丰田将携包括2024款赛那、第9代凯美瑞在内的全系车型出击湖南车展,全系车型参与让利促销,更有最高1万元的置换补贴,助力车友们以旧换新。

2024款赛那于4月23日上市,新车售价区间为28.48万至39.58万元。新款赛那打破传统改款节奏,紧跟中国用户的需求,深化地化研发,实现了三大硬核革新:安全革新,搭载E-FOUR电子四驱系统,大幅提升操控稳定性与安全性;舒适革新,搭载埃尔法同款一体式航空座椅,让二排尊享头等舱礼遇,加入后排双层隔音玻璃,并对内饰质感进行优化;智能革新,搭载主流的8155芯片,运行更流畅,采用华为智能语音助手,语音交互能力更强,并可实现人车家无缝连接。

第9代凯美瑞被广汽丰田称为“全世界最好的凯美瑞”。新车从外观颜值、动力总成、智能座舱、驾驶辅助、高端配置等方面实现了全面的深度进化,尤其是在广汽丰田“大厂原品质”的赋能下,为国内消费者带来成熟、理性的智能化、电动化解决方案。

据工信部消息,今年一季度新能源汽车市场占有率已超过31%。在新能源汽车风头正劲的当下,广汽丰田为何依然值得推荐?记者盘点了几个理由,供大家参考。

首先是有目共睹的品牌力。丰田作为全

球智能电混双擎第一品牌,1997年量产世界上第一台混动车普锐斯,踏踏实实陪伴全球用户三十载。数据显示,丰田品牌全球总销量在2020至2023年都是第一,智能电混双擎在美国2023年的销量超越特斯拉。某种意义上,销量即口碑,广大车友用真金白银投出来的票,可信度更高。

其次是智能电混双擎车型优于纯电车型的乘坐舒适性。由于新能源车存在加速响应过快、动能回收突兀、高频噪声等问题,部分人乘坐新能源车特别是纯电车型时会出现晕眩感。如果开的是一台广汽丰田,智能电混双擎加速丝滑、油电切换平顺,驾乘人员很少有晕眩等不适感。

另外,是其出色的二手车保值率。据中国汽车流通协会发布的《2024年3月中国汽车保值率研究报告》,合资品牌方面,丰田三年保值率超过60%,依然数一数二。

值得一提的是,日前,国务院印发的《推动大规模设备更新和消费品以旧换新行动方案》明确提出,加大政策支持开展汽车以旧换新,促进汽车梯次消费、更新消费,鼓励汽车生产、销售企业给予消费者更多实惠。11日,湖南省人民政府印发的《湖南省推动大规模设备更新和消费品以旧换新实施方案》也提出,实施消费品以旧换新行动。广汽丰田始终积极响应国家政策,助力产业发展,践行企业社会责任。今年湖南车展期间,广汽丰田将用更加优质的产品和服务、更加优惠的价格回馈消费者,将推出一系列购车优惠政策,如果您是以前换新的消费者,任意品牌置换广汽丰田指定车型,最高可享10000元置换补贴。届时,展会现场还有丰富的礼品派送,名额有限,先到先得。



2024款赛那 参展商供图

三湘名医在线

健康

责编/徐媛 美编/何朝霞 校对/肖应林



喝了“体考神器”更有爆发力? 不要冒险尝试!

体考期间,应通过合理饮食、适量运动、充足的休息和睡眠,保持良好的身体状态

可以提高心率快速兴奋,不建议儿童青少年服用

何为氮泵?记者查询公开资料发现,氮泵原名“Pre workout”,意为训练前补充能量的补剂。相关词条还解释称,“之所以被大家称为氮泵,是因为国内第一批接触到的pre workout中的主要成分是一氧化氮,服用后可以帮助健身者更好地达到肌肉泵感而得名。”

记者在一家氮泵的商品网页介绍上看到,产品配料里有水、左旋肉碱、牛磺酸、生咖啡粉、食用葡萄糖、维生素B2等;另一款氮泵的成分主要包含咖啡因、肌酸、β-丙氨酸、精氨酸等。

“氮泵实际上就是多种功能性补剂的混合物,常见的成分有牛磺酸、咖啡因、一氧化氮等。”蔡华介绍,氮

泵之所以起到抗疲劳、增强肌肉力量等作用,是因为其成分中有提高心率、帮助人快速达到兴奋状态的物质。

也正因为,氮泵也有副作用。例如,咖啡因含量摄入较高,可能会使人出现头晕、心率过快等症状;一氧化氮会增加心脏负担,诱发心脏意外。对于有网友反馈的“尿频”情况,这是因为心率加快以后,人的基础代谢率就会随之提升到较高水平,血液循环加快,在一定时间内流过肾脏的血液就会增加,从而加速了尿液的形成和排出。

“运动前喝氮泵,主要是使人在精神状态不佳的时候能够维持正常训练。一般不建议儿童和青少

年服用,一是氮泵中含有较高的咖啡因,可能会刺激神经,提高神经兴奋性,影响睡眠质量;二是氮泵具有一定的刺激性,如果突然间过量使用,可能会刺激心脏,甚至会出现心慌、心悸、心律失常等症状。”蔡华提醒,对于不清楚自己是否有心脏疾病史的儿童青少年来说,应尽量避免服用。

正处于生长发育期的青少年考生,他们的身体各项机能尚未完全发育,对于这些外来物质的代谢和适应能力相对较弱,服用氮泵后可能会出现一些不良反应,比如呼吸困难、心慌、呕吐、腹泻等。所以,建议青少年通过科学的饮食和合理的锻炼保障自己的身体状态。

体考期间如何保持良好的身体状态?

鸡肉、鸭肉,肉类则以瘦肉为主,避免摄入过多的肥肉。每天还需要注意摄入适量的豆类或者是豆制品,像豆腐、腐竹等。每天还要摄入500克的新鲜蔬菜,其中深绿色的蔬菜要占一半以上。同时,每天需要摄入至少一种新鲜水果,用来补充维生素和矿物质,还需要补充适量的水分。

适当提高碳水化合物比例。像包子、馒头、米粥可以增加身体糖原的储备,提高体力和抗疲劳的能力。体育中考当天,早餐的选择是非常重要的,要以易消化、高热量的食物为主,比如蛋糕、消化饼干、面包等,还可以适量饮用含有一定糖分的饮料,用来补充能量。但要注

意,避免摄入高脂不易消化的食物,以免增加身体的负担。考前30分钟到1个小时,可以适当补充水分,但要避免饮用冰镇水和碳酸饮料,以免刺激胃肠道。需要注意的是,不要吃得过饱,保持五六分饱的状态是最佳的。

除了饮食搭配外,家长还要鼓励孩子们在体考前进行适量的运动,并且保证充足的休息和睡眠时间。

若即将体考,一定不要忘记热身运动。“通过热身运动,不仅可以提高代谢率,增加肌肉充血量,提高爆发力和速度,尽快进入运动状态。同时,热身运动也是很好的一种预防运动损伤的方式。”蔡华说。

小心“特效退热丸” 成分不明

虽能短时间内控制发热
却增加了消化道出血风险

长沙晚报4月25日讯(全媒体记者 徐媛 通讯员 符佳)近日,周先生突发高烧,体温达到39.8℃,他先后自行服用了布洛芬、双氯芬酸钠等退烧药,以及不知名“特效退热丸”。服药过后,周先生体温有所下降,但接下来的4天里,周先生一直感觉胃部疼痛难忍,还接连解了几次黑便,在湖南中医药大学第一附属医院通过胃镜检查,周先生被诊断为十二指肠溃疡伴出血。

该院脾胃病科副主任医师周赛男介绍,因服用一些不知名的“偏方退热药”“特效止痛药”引起消化性溃疡及消化道出血的患者不在少数。所谓的“偏方药丸”“退热神药”“特效止痛药”,常常是多种不明成分的药物的联合使用达到疗效。虽然能在短时间内迅速控制发热或疼痛的症状,却增加了消化道出血的风险,出现呕血、黑便,甚至是头晕、乏力、晕厥等失血性休克的表现。

消化道出血高危人群为年龄大于65岁、有消化性溃疡或消化道出血病史、长期或同时服用多种易致消化道出血的药物,或其他有出血危险(如血友病或血小板减少)的患者。此类患者使用相关药物时,导致消化性溃疡或消化道出血的风险比其他人高。

如何规避消化道出血风险?患者在使用药物前,需严格掌握药物的适应症,并在专科医生的指导下用药。以“选择最少药物种类,把握最小有效剂量,尽量缩短疗程”为原则,定期监测药物不良反应,尽可能不与其他易致胃肠道黏膜损伤的药物合用。必要时可在专科医生的建议下联用抑酸护胃药,既不易导致消化道出血,又不影响药效的发挥。

服用药物后,如果出现黑便、呕血、乏力、晕厥等消化道出血的症状,应及时就医,以便明确是否有消化道出血,并接受规范诊疗。保护胃肠道,日常生活中应纠正不良饮食习惯,避免饮酒、戒烟、食辛辣刺激性食物、情绪刺激,同时完善幽门螺杆菌检查并根治。

● 长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 张维夏

“引爆肌能”“超常发挥”“更强爆发力”……又是一年体考季,号称“体考神器”的运动补剂热卖。记者在电商平台搜索关键词“体考”,带有“氮泵”的饮料比比皆是。运动补剂主要成分有哪些?真的能提升体育成绩吗?对青少年身体健康是否有影响?体考期间如何保持良好的身体状态?湖南省人民医院临床营养师蔡华进行了详细解答。

“体考神器”热卖,出现不适需谨慎

2024年体育中考正如火如荼地进行,为取得好成绩,不管是学生还是家长都全力以赴。一些“体考神器”比如氮泵、葡萄糖开始受到考生和家长青睐,尤其是氮泵,被一些商家说得神乎其神,称它“可以在短时间内提高人的兴奋度和注意力,从而延迟运动时的疲劳感,提高体育成绩”,可谓是一“瓶即开挂”。

“要体考了,我从网上买了氮泵,不知道有没有用。”记者在小红书上搜索“氮泵”,多篇帖子迅速跳了出来。其中一篇的帖主表示,自己是16岁的初中生,买了一瓶60毫升号称“爆发与耐力”二合一的氮泵。不过她在帖子中也写道:“一瓶怕太多,到时跑崩了,半瓶怕不够,大家都喝了多少啊,有没有什么不良反应。”

记者在电商平台搜索关键词“体考”,带有“氮泵”二字的饮料占据了结果页的“半壁江山”。排列靠前的链接中,有多个产品销量超过5万件,单价从十几元到几十元不等,“引爆肌能”“超常发挥”“更强爆发力”“一瓶就可开挂”“运动状态全面提升”等宣传语十分醒目。

从近期的买家评价中不难发现,不少家长是因孩子参加体育中考而买。“我家孩子之前离满分就差一点,这次体考喝了这个氮泵,满分过线了。”但评论区里并不都是认同的声音,有人留言“喝完感觉身上痒痒的”“长跑前30分钟上了3次厕所”。也有报道称,有考生在体考前喝下“体考神器”,被紧急送医接受了治疗。

“将体育纳入中考,主要是为了加强孩子们对体育科目的重视,考查学生体质能力,提升孩子的身体素质,达到强身健体的目的。”蔡华表示,在体考期间,可以通过合理饮食、适量运动、充足的休息和睡眠等,让孩子们保持良好的身体状态。

确保食物种类的丰富多样。每日摄入的食物应包含谷薯类、蔬菜水果类、鱼禽肉蛋类、奶类、豆类和坚果类,做到荤素搭配、粗细搭配,确保孩子们每日摄入的食材在12种以上,每周摄入的食材在25种以上。可以用杂粮或者是薯类代替部分的米、面,避免长期摄入一种主食。在肉类的选择上,应优先选择水产类或者是禽类,像鱼、虾、