

●长沙晚报全媒体记者 宁莎鸥

“看镜头，下巴低一点，cheese!”这个“五一”假期，“繁花Show好戏，风雅潮宗街”国风假日活动在潮宗街开场，工作人员用专业相机主动为市民游客拍照，不少外地游客在花束拼成的“潮宗街”三个大字下打卡留念。古色古香的潮宗街历史文化街区，凝聚着长沙的人文精神和历史传承，从上世纪至今，一直都是长沙城的弄“潮”儿。



游客打卡潮宗街。均为主办方供图

潮宗街 长沙城的弄“潮”儿

有机更新

历史建筑与网红打卡点同处一街

古语说得好，“不入潮宗门，不进长沙城”，说明了潮宗街在长沙的地位。潮宗街又名草场门正街，位于长沙市开福区境内，因临城隍庙而得名。寓意为朝拜祖宗。旧时街口聚居着许多挑河水卖脚夫，终日街头洒洒水，“潮”遂演化或“潮”。

潮宗街是历史文化街区，北到盘营路、南到中山路、西至湘江大道、东至黄兴北路，宋、元、明三朝都在此处砌有城墙，是长沙核心区。街区虽不大，但内有乾坤，时务学堂、九如里公馆、金九活动旧址等多处历史建筑均藏身于街区内。

这块街区是长沙城市有机更新的典范，街区始终遵循“突出宜居性、留住老长沙”的理念，在尽量保留年代特征、原有风貌的前提下，修复修缮了每栋建筑。走进街区，原生态民居、历史建筑与茶颜悦色、独立咖啡店、湘菜餐饮等网红文旅业态同处同一空间，相得益彰，既让原来的居民留住乡愁，也不断通过街区活化吸引着众多年轻游客游览打卡。

“繁花Show好戏，风雅潮宗街”国风假日活动在潮宗街举行。

书香传承

旧时有文化书店今有“长沙十二时辰”

文艺青年钟爱的“长沙十二时辰”书店也坐落于潮宗街历史街区。书店楼栋由一栋70多年历史的老建筑改建而成，传统与创新在这里碰撞出夺目的色彩。

其实，潮宗街开书店传统早在100多年前就已有了端倪。上世纪初，这里是湘雅医学专门学校所在地，当学校迁走后，部分校舍成为文化书社的驻地。1920年8月中旬毛泽东等人租佃湘雅医学专门学校3间房屋开办文化书社，9月正式营业，文化书社也成为“五四”运动后以传播新文化的重要基地。

时光穿越100多年，文化书社的书香传承也由“长沙十二时辰”书店接棒过来。“书店分为三层，第一层空间以‘时间漫游’为主题，融合了观念对谈、Coffee&Bar、鲜花生活、天井花园和数字阅读区，打造了一个观念流动、交流流动、审美流动的复合空间。二层空间以‘精神即兴’为主题，为读者提供一个深度阅读、效率自习、创意激发的场景体验。以‘灵感旅行’为主题的三层空间，更为独立、安静、私密，为读者打造一个休憩、睡眠的空间，让读者可自由沉浸于安静自我的灵感旅行。”书店相关负责人向记者介绍。

在众多的书店中，“长沙十二时辰”是独具匠心的一家，是一处适合“慢”游时光的佳处。书店内，特色书架将书籍按“晨昏昼夜”的主题分布，你可以选择每个时刻适于阅读的书籍；店中的部分区域也按时令更换模样，你可以静静感受四季的变化，特调饮品也是按时令、书籍主题制作的，你可以选一杯咖啡或醇酒慢慢阅读。

读。“十二时辰”不仅写在店门口，更洋溢在书本的字里行间，弥漫在书店的每一个角落。

越来越“潮”

多场文化活动举办成城市文化会客厅

潮宗街的“潮”是湘江之潮，也是潮流的“潮”。时至今日，潮宗街历史文化街区成为众多文化活动举办地，变成了长沙的文化会客厅。“五一”期间，“繁花Show好戏，风雅潮宗街”国风假日活动在此举行。国风怀旧、黄包车……一系列主题场景营造，让十里老街一朝梦回！国风表演《流光记》《丽人行》，带来耳目一新的视觉享受。风姿绰约的汉服美女，身姿轻盈，往来游客无不驻足停留，鼓掌称赞。茶艺老师表演宋式点茶，极致的美学演绎，将千年的茶韵文化带到众人面前。

此前，“潮起星城 锦SHOW潇湘”湖南高校国风原创音乐大赛也在此启动，在知名音乐人、音乐厂牌和星探加持下，“新生代”以原创音乐为国潮代言。国风盛典上，中南大学团委的青年舞者以群舞再现了长沙上元夜的烟火繁华；作品在音乐平台播放超10亿的国风音乐人执素兮以一曲《赤伶》，让华服、民乐和老街情景交融……

潮宗街的楠木厅等场所，已经成为舞台，经常有非遗展演、节庆活动、留学生国潮体验等活动上演。古老街区历久弥新，潮宗街的“潮”与时俱进，让老长沙的魅力与网红长沙的热辣滚烫熔于一街。



《周立波回清溪》首映式在长举行

长沙晚报5月8日讯(全媒体记者 宁莎鸥)由潇湘电影集团、湖南潇湘第二影业有限公司、湖南清溪文化旅游发展集团有限公司联合出品的电影《周立波回清溪》，8日在湖南长沙潇湘青春影城印象城店举行首映式。

周立波被誉为中国现实主义创作的代表人物，根据他自身经历创作的长篇小说《暴风骤雨》《山乡巨变》成为不朽的时代经典，他与人民的血肉联系和共同创造新生活的艺术实践，生动诠释了坚守人民立场的深刻思想内涵。电影《周立波回清溪》讲述的是六十多年前，周立波同志回到老家清溪村，他与农民同吃同住同劳动，积极投身到轰轰烈烈的农业合作化运动中，并创作出著名小说《山乡巨变》的故事。

电影《周立波回清溪》已被湖南省委宣传部列为2024年重点文艺项目，将于近期在全国上映。



《大侦探9》收官 “侦心实意”打造网综新样本

长沙晚报5月8日讯(全媒体记者 宁莎鸥)8日，《大侦探9》上线“永久珍藏”收官晚宴，迎来节目正式收官。“一个侦探，五个案件，七个嫌疑人，《大侦探9》以上中下5个小时的大体量，8位老玩家的熟人局为整季节目画上一个完美的句号。

纵观整个国内综艺市场，能够推出一百余期节目的头部网综，且实现了八年九季，《大侦探9》是首例，而《大侦探9》用“侦心实意”证明，没有一档综艺会无缘无故做到9季依然广受好评，并成为网综发展史上一个不可忽视的样本。

八年九季，为什么大家看破案看得这么津津有味？很重要的一个原因，就在于《大侦探9》始终没有放弃该系列所坚持的对于当下议题的探讨。而这一季的《大侦探9》依旧敢于发声，直面社会现实，在推理演绎中关注当下热点，聚焦社会议题。《沉默的三羊》揭露人口拐卖现象，警醒恐怖的不仅是鬼神而是心怀恶念的人；《有风的地方》关注当下社会情绪问题，呼吁我们正视心理健康疾病；《黄金风暴》则警示各类新型诈骗手法，科普虚拟货币与金融骗局……《大侦探9》将与你我相关的社会现象融入其中，并借由一个个角色和故事向社会发声。

直面社会热点的同时深入浅出地诠释、普及法律知识和法治观念，《大侦探9》继续设置《大侦探合议庭》环节，邀请来自最高人民法院的法官以案释法，以案普法，继续探索完善“推理+普法”的综艺新形态。



三湘名医在线

近来，医院收治多例不当使用防晒喷雾导致咳嗽、呼吸困难的患者，专家提醒：

“防晒神器”使用不慎 或让防晒变伤害

●长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 纪娜

随着气温升高，阳光逐渐强烈，防晒成了不少人日常护肤的重要环节。近来，防晒喷雾成了网红产品，甚至被称为“防晒神器”，不少人喜欢出门前给自己和孩子都喷一点，方便、清凉又防晒。昨日，长沙市第四医院呼吸与危重症医学科主任、主任医师欧阳辉提醒，防晒喷雾使用不当，会导致咳嗽、呼吸困难，甚至是肺部病变。

使用防晒喷雾后，小伙肺部变“白”了

几天前，3岁半的童童(化名)在房里玩，无意中看到放在桌上的防晒喷雾，便拿着玩了起来。他模仿平时妈妈给姐姐喷防晒产品的样子，对着自己身上、脸上喷了好多。“咳咳咳……”突然，童童剧烈咳嗽，呼吸也变得急促起来。在厨房准备午饭的妈妈急忙跑了过来，看到童童满身的防晒喷雾，她立刻明白发生了什么，赶紧把孩子抱到卫生间，用自来水清洗了他的嘴巴和鼻子。但童童的咳嗽并没有停止，妈妈赶紧带着童童来到附近医院。经检查，童童的血常规结果显示白细胞计数升高，中性粒细胞为主，超敏C反应蛋白正常，胸部CT结果显示两肺散在渗出性改变，被诊断为过敏性肺炎。

童童这样的情况并不是个例。前段时间，9岁女孩朵朵(化名)在家玩防晒喷雾，随即出现胸闷、气促的症状，伴有呕吐症状。妈妈事后发现，孩子喷掉了大半瓶防晒喷雾。妈妈以为朵朵只是暂时性的呛咳和呕吐，加之时间也晚了，睡一觉就会好，就没在意。不料第二天，朵朵的症状并没有缓解，还出现了呼吸困难的情况。妈妈赶紧带着朵朵来到医院就诊，胸部CT结果显示两肺炎症性改变，最后以“过敏性肺炎”收

住入院。为了防晒，26岁的小张外出经常使用防晒喷雾。近日，他对着面部喷洒时一不小心误吸，随即出现胸闷、咳嗽的症状。症状一直持续到第二天仍未好转，他急忙来到医院就诊。完善相关检查后，小张的肺部CT显示医生大吃一惊：双肺呈现大范围白色样病变。医生仔细询问后告诉他，可能是防晒喷雾吸入之后肺部发生了过敏反应，引起了肺水肿的病变，从而导致了急性过敏性肺炎。

记者从长沙多家医院了解到，医院收治多例不当使用防晒喷雾导致咳嗽、呼吸困难的患者，大多是“过敏性肺炎”。欧阳辉表示，过敏性肺炎分为急性、亚急性和慢性三种病程状态。如果在一段时间里，对着面部使用防晒喷雾时即使做到了闭气，但周边环境中的悬浮微粒不会很快沉降消散，在不自知的情况下还是会被吸入肺中，这属于长期慢性接触史，肺部的损害属于亚急性病程状态。如果这个过程超过半年以上，就可以确定为慢性病程状态。这个过程中可能没有出现过咳嗽或不适应的症状，因此没有预警，也很难引起患者的重视，但会给肺部造成不可逆的损伤。

不要直接对着面部喷洒，尤其不建议儿童使用

记者从电商平台搜索“防晒喷雾”，页面上出现上百种产品，大部分防晒喷雾的成分是保湿、抗氧化的皮肤调理剂和化学防晒剂，有些还含有丁烷、丙烷、异丁烷等推进剂。

根据2023年8月31日中国食品药品检定研究院发布的《儿童化妆品技术指导原则》规定：不建议儿童使用喷雾型防晒化妆品，如必须使用时，应当充分考虑吸入风险。在使用方法中标注“请勿直接喷于面部”“避免吸入”等类似警示用语。

欧阳辉提醒家长，由于儿童各方面发育尚未完全，呼吸控制能力较弱，再加上儿童心智尚未健全，在使用防晒喷雾过程中更易出现不慎入鼻、入口、入眼等现象，引发健康风险；如必须使用时，家长可以将该产品喷于手掌后，再涂抹于儿童皮肤表面。

此外，国家药监局提示，使用防晒喷雾化妆品，特别是含有推进剂的气雾剂型化妆品时，要注意以下三点：尽量避免吸入喷雾。要在空气流通的场所使用防晒喷雾化妆品，不在车内、卫生间等狭小密闭的空间内使用，喷洒时要注意避开鼻子、嘴部、眼睛，尽量避免吸入。如果出现大量吸入喷雾化妆品引起鼻腔痒、咽部不适、咳嗽、喘息、胸闷等，首先应及时到空气流通的空间，并将化妆品清洗干净，避免再次接触。如果出现发热症状，或者咳嗽、喘息、胸闷等症状加重，应立即就医。

健康



科学防晒是护肤的一个重要因素。长沙晚报全媒体记者 董阳摄

日常防晒，尽量选择涂抹式的防晒霜

“为了避免使用防晒喷雾时出现误吸等意外，建议尽量选择涂抹式的防晒霜。将防晒霜挤在手掌上，用手指均匀地涂抹在面部、颈部以及四肢等暴露部位，确保防晒产品只覆盖皮肤表面，而不会进入呼吸道，避免了吸入风险。”长沙市第四医院皮肤科主任、主任医师吴志强提醒，日常生活中做好以下措施，也可以防晒。

通过衣服等对皮肤进行遮盖保护，如外出时穿长袖衣服、防晒衣。

遮阳帽，帽檐宽度越大越好，最好选择可以防护四周、布料透气但不透光的帽子。

墨镜，其防晒性能主要取决于其防晒涂层或镜片中的材料，镜片以深色为宜，选择吊牌上有防UVA(长波紫外线)和UVB(中波紫外线)标志的墨镜。

待在背阴处、室内或者隔一层玻璃的地方，能有效避免60%以上的紫外线损伤。

尽量避免在上午10时至下午4时进行户外活动。

胸痛查不出原因 这个病易误诊

肋软骨炎发病人群主要为中老年人且女性居多

长沙晚报5月8日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 李益亮 袁奉财)长沙50岁的李女士近日“胸口痛”，到湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)就诊。做了心电图、拍了胸片、冠脉造影检查、抽血化验甚至新冠核酸检测后，一切结果显示正常，找不出“罪魁祸首”。这到底是怎么回事呢？该院骨科四科主任、主任医师孙绍卫表示，胸痛，在排除心脏、肺部常见病变外，还应考虑肋软骨炎。

孙绍卫介绍，肋软骨炎也叫肋软骨增生。此病在中医中属“胸痹”“肋痛”范畴，非特异性肋软骨炎、肝肋炎、肋间神经痛、非特异性肋软骨炎两种，前者比较常见。主要症状为肋软骨和胸骨之间的疼痛和肿胀，多诉钝痛、隐痛或刺痛，痛点基本固定，咳嗽、深呼吸及上肢活动均可加重症状，可见受累肋软骨肿胀隆起、质硬，压痛明显，但是表面皮肤正常。

肋软骨炎多发于20~50岁成年人，发病人群主要为中老年人，女性居多，好发于胸骨旁第2~4肋软骨。由于认识不足，此病易被误诊为肺炎、气管炎、乳房小叶增生、心脏病等。常见发病原因包括：外伤、胸部锻炼、慢性劳损，尤其是上臂长期持重的劳动者，以及其他劳动、工作姿势所致；病毒感染，近期感冒病史；软骨营养不良；如饮食、免疫调节、内分泌异常；感染性肋软骨炎，原发性多由结核杆菌、伤寒杆菌或副伤寒杆菌感染；继发性多由胸部外科手术感染引起。随着工作生活节奏的变化，免疫力下降及其他功能疾病也可能诱发肋软骨炎。

日常生活中的预防肋软骨炎？孙绍卫表示，首先要预防感冒，工作、运动时注意防护，避免长时间劳累，切忌用力过猛，避免运动及工作过程中的不当姿势等；其次要增强体质，适当锻炼。此外要注意健康饮食，食物搭配均衡，忌食辛辣油腻，戒烟限酒。

责编/杨蔚然 美编/邓莉娜 校对/肖应林