

“00后”新锐扛大旗 奥运湘军 力争1到2金

长沙晚报7月23日讯(全媒体记者 宁莎鸥)巴黎奥运会进入倒计时,中国体育代表团22日抵达巴黎。本次出征巴黎的中国健儿中有15名湖南运动员,湘籍健儿将争取拿到1到2枚金牌。

据了解,湖南选手此次参赛的项目包括8个大项18个小项,夺金实力较上届有所增加。本届15人的出征阵容也排名靠前,仅次于2021年东京奥运会和1992年巴塞罗那奥运会的16人。

23日,湖南省体育局副局长张连标就本次体育湘军出征奥运的夺金点进行了相关介绍。“这一次我们湖南有15名运动员参赛,以年轻选手为主,其中有10位运动员是首次参加奥运会。”张连标说。

奥运湘军中,首次参加奥运会的10位运动员大部分为00后新锐,其中年龄最小的周雅琴不到19岁。00后新锐担纲,奥运湘军本次目标如何呢?“今年我们的目标是争取拿到一到两枚金牌。”张连标解释,一到两枚金牌的目标设定并非保守估计,“考虑到我们这一队还比较年轻,在大型综合性赛会上,水平不一定可以完全发挥出来,所以我们也从心理上给他们减压,毕竟对手都很强。”

据悉,湖南运动员此次在巴黎奥运会上的主要冲金点集中在举重、体操、羽毛球等传统优势项目上。跆拳道项目也值得期待。举重项目上,中国派出6名选手满额参赛,湖南占据2席——分别是两名来自桂阳县的姑娘,女子49公斤级的侯志慧和女子59公斤级运动员罗诗芳,均为湖南运动员的主要冲金点。体操项目上,长沙伢子张博恒将出征男团、男子全能和单杠比赛。

本届奥运会,湖南除了在举重、体操、羽毛球、跆拳道等项目上期待“金”喜外,蹦床、花样游泳、摔跤、攀岩等项目上也保持了良好的备战实力。攀岩速度项目上,中国派出4名选手满额参赛,湖南占据3席,分别是来自凤凰县和邵阳县的男子速度运动员龙金宝、伍鹏,来自耒阳市的女子速度运动员邓丽娟,形成集团作战优势。蹦床项目上,严浪宇也一直表现不错。花游项目,长沙妹坨张雅怡此前随队获得了世锦赛冠军,也具备争金的实力。

面对即将到来的巴黎奥运会,运动员们都拿出了最好的状态和争胜的决心。就在前往巴黎前,张雅怡和邓丽娟都表示,能够参加巴黎奥运会,不仅是一份荣誉,更是一份责任,将以最饱满的精神状态和最好的身体状态迎接巴黎奥运会,争取为国争光,为湖南添彩!



张雅怡



张博恒 均为新华社供图

57件作品入选全国美展 长沙美术创作迎来井喷期

长沙晚报7月23日讯(全媒体记者 肖舜)今日,记者从湖南省美术家协会获悉,长沙市有57件作品入选第十四届全国美术作品展览。其中进京作品9件,在总投稿和入选作品数量上皆创历史新高,特别是中国画、油画、版画、水彩均取得了亮眼成绩,引发业界广泛关注。

五年一届的全国美术作品展览是我国目前规模最大、参与范围最广、美术作品种类最多、最具影响力和权威性的国家级综合性美术大展。

湖南省美术家协会副主席、长沙市美术家协会主席卢雨介绍,这些画作题材广泛、内容新颖、立意独特、技法多样,很多作品虽然捕捉到的是生活中一个细小的点,但给人留下很美的回味与思考。同时,作品形式丰富,制作精良,在装裱形式上也有打破以往的样式,特别是参展作者趋于年轻化,中青年美术工作者成为创作主体。

“作品创作历时一年,先从构思到草图反反复复修改提炼了很多遍,再从技法语言上不断锤炼。”进京作品《核盾·忠魂》作者贾文广介绍,这组人物从选题上体现国家对军事科技的高度重视,描绘了以林俊德为首在大漠里隐姓埋名研究第一颗原子弹爆发原始数据的专家组,讴歌他们崇高的爱国主义精神,展现出国之栋梁的民族气节。在画面技法语言上,选择了高难度的白色调,从防护服褶皱的变化中提炼出强有力的块面感,暗含了铜墙铁壁、坚不可摧的创作主旨。从色彩关系上,整个画面特意加强了暗部的暖色调,这样一来既能与头部颜色相呼应,又能与亮部形成强烈的明暗冷暖对比。

“面对五年一届的全国美展,究竟创作什么样的作品呢?这让我思考了很长的时间。其实最保守的就是画我参加十三届美展那张同样的‘红纸鹤’题材,但时过

境迁,当初那种创作热情已经‘变冷’,于是重新寻找创作题材与灵感。最终在我收集的各类自己感兴趣的创作素材中找到最理想又最符合主题的内容。”进京作品《灯》的作者、长沙市美协副主席李海华介绍,构图问题首当其冲,当时产生了两个方案,一个是整张画面即一个完整的框子,挂在那就像真的一样,另一个是框子外面还有一截,再在框上摆点物品……最终遵照本心,选择了第一个。

“从中国美术家协会发布全国美展的征稿启事伊始,市文联、市美协多次召开动员大会,组织开展采风创作、看稿会、作品交流会等,不仅极大地激发了长沙画家创作的热情,提高了他们参展的积极性,更是对他们高质量创作发挥了重要作用。”长沙市美术家协会常务副主席兼秘书长易衡卫介绍,作者关注时代、勇于探索、敢于创新,传承湖湘文化,创作了一大批不同形式的优秀作品,集中展现了新时代的多彩画卷和精神风貌。

湖北来长送清凉 推介十大避暑度假目的地

武当仙乐悠长”的武当山、“九宫清凉避暑天堂”的咸宁九宫山、“三峡云中草原 纯爱度假胜地”的宜昌百里荒、“大别山中品黄冈清华避暑醉天堂”的黄冈大别山、“华中凉都,南国雪乡”的巴东野三关、绿葱坡、“生态尧治河,漫步六柱堰”的保康尧治河·六柱堰、“人类发源地 康养金建始”的建始花晒谷·小西河,以及“随心随愿地 自在大洪山”的随州大洪山。

此次湖北避暑周夏季文旅推介长沙站系列活动,自7月16日“知音号”地铁在长沙等全国十城同发启动。与此同时,以“知音湖北 清凉一夏”为主题的湖北十大避暑旅游目的地相关产品与主题线路,共覆盖1500多家旅行社线下门店。湖北

除了十大避暑度假旅游目的地相关的产品和主题线路推介,推介活动现场,以休闲度假、清凉避暑为特色搭建的展台,以及特色歌舞、非遗、文创等,呈现别具一格的荆楚之夏。2024知音湖北文旅推介官代表也来到现场,向长沙市民发出盛情邀约。

活动还举行了签约仪式,湖北十大避暑度假旅游目的地和湖南本地旅行社现场签约,就长期开展“引客入鄂”达成战略合作。23日当天,来自湖南浏阳的一行46位游客出发前往湖北宜昌,成为“知音湖北 清凉一夏”湖北避暑周长沙系列推介活动以来的首个旅游团。

三湘名医在线

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 纪娜 实习生 张文艺

冰杯、冰水、冰激凌、雪糕、冻奶茶、冰西瓜……随着高温天气持续,各种冷饮和冰镇食品成了大家的心头好。若不注意饮食方法,易对人体造成伤害。这两天,“一男子一口气喝完冰镇饮料后狂吐1000毫升血”冲上热搜,引发网友热议。炎热天气里,冷饮冷食容易引发哪些疾病?哪些人群可以适量进食冷饮冷食,哪些人群不能进食冷饮冷食?专家进行了解答。

健康

责编/杨蔚然 美编/何朝霞 校读/欧艳

一口喝完一瓶冰镇饮料 男子贲门撕裂出血

据报道,近日,在哈尔滨市某医院急诊室,一名男子等待就医时一边走一边倚靠着呕吐,吐血总量大概是1000毫升,命悬一线。幸好医生抢救及时,男子脱离了危险。该男子自述自己38岁,平时身体状况良好。当日因天气炎热,他买了一瓶冰镇饮料解暑,将其一口气喝完。随后,他感觉不舒服,到医院急诊科就诊。经检查,这名男子被确诊为贲门黏膜撕裂综合征。

贲门黏膜撕裂综合征?长沙市第四医院消化内科主任、主任医师李建国解释,贲门是消化道的一部分,为食道和胃的接口部分,是胃上端的入口。食管中的食物通过贲门进入胃内,而贲门处有肌肉能舒缩,可以防止进入胃的食物和胃酸等反流入食管。如果冰镇饮料等冷饮冷食快速进入消化道,由于消化道黏膜受到强烈冷刺激,胃中血管急剧痉挛收缩,胃内压力骤然升高,从而易造成贲门撕裂,引起消化道出血。

炎炎夏日,不要贪凉乱吃『冰』

高温天气持续,各种冷饮和冰镇食品成了大家的心头好,专家提醒:

高温剧烈运动后,小伙喝冰水引发急性心梗

典型案例

狂喝冰水不仅会导致贲门撕裂,还会引发心梗等紧急情况。前段时间,22岁小辉约了几个伙伴,在社区篮球场打了一场酣畅的篮球,大汗淋漓的他一口气喝下一瓶冰镇饮料。不到5分钟,他突然感到胸闷、胸痛。一起打球的朋友见状,赶紧拨打120急救电话,将小辉送到医院。原来,小辉突发急性心肌梗死。

大汗后吃冰淇淋解暑,竟导致“冰淇淋头痛”

典型案例

近日,29岁的刘先生烈日下行走,全身出了很多汗,便在路边便利店买了一口冰淇淋解暑。第一口冰淇淋入口时,刘先生感觉非常凉爽,接着又往嘴里送了一大块,突然感到前额部往后抽筋一样疼痛,整个大脑被“冻住”似的。3分钟后,头痛症状才慢慢减轻。刘先生赶紧到医院就诊,被诊断为“冰淇淋头痛”。

专家解析

长沙市第四医院心血管内科四病区负责人、主任医师何文华表示,高温环境中,人体新陈代谢加快,为了身体散热,更多的血液循环到体表。而且,高温时人体的毛孔处于开放状态,便于汗水的排出,有效降低人体的体表温度。当开放的毛孔突然遇到冷刺激,就会突然关闭,不仅会造成外周血管收缩,导致血压升高,甚至会导致冠状动脉严重痉挛、斑块破裂,形成血栓,堵塞血管。

此外,夏季天气闷热,空气中含氧量下降,使心脏供血、供氧有所不足。如果摄入大量冷饮等,人体不能立刻适应,可能导致短时间内血管遇冷骤然收缩,使心脏、大脑等脏器的耗氧加剧,引发血压波动,从而诱发心绞痛、心梗、脑卒中等意外,严重时可能会危及生命。

专家解析

长沙市第四医院神经内科主任、主任医师余辉云表示,夏季头疼有其特点:天气炎热导致大量出汗,从而引起脑部血容量不足,出现头疼;过分贪凉,经常待在空调房内,容易导致血管收缩从而出现头疼的症状;过量或快速喝冷饮、吃冰淇淋诱发“冰淇淋头痛”,即大量食用冰淇淋之后引发的头部神经疼痛的情况。它的发病机制是,当一种冷物质接触到口腔顶部(上颚)或喉咙后部,就会导致这些区域的小血管收缩,然后迅速扩张时,就会出现这种情况。

“两种不当的吃冰方式易引起‘冰淇淋头痛’。一是将冷饮直接吞到口腔后部,对口腔黏膜造成强烈的刺激;二是运动或劳作后出汗,此时若猛吃冷饮,头面部骤然遇冷,诱发头痛。”余辉云说,若诊断为“冰淇淋头痛”,一般头痛症状消失后就没事了,不必过分担心。当然,以后吃冷饮得小心,控制量,慢点吃。



制图/何朝霞

夏天如何吃“冰”? 注意这些方面

完全没有“冰”的夏天是遗憾的,专家提醒,炎热天气进食冷饮要注意这些方面:进食冷饮冷食消暑的同时需注意分量,冷饮冷食的摄入量一次以200毫升(克)左右为宜。

进食冷饮冷食过快容易对内脏血管造成刺激,冷饮冷食入口可先含在靠近嘴唇的嘴巴前端,等冰融化、接近体温再慢慢吞下;不要用上颚来含冰,以免上颚附近的神经受到低温刺激而引发疼痛,甚至眩晕;一些低温保存的食品,如酸奶、冰西瓜、冰牛奶等,可以先室温放置20分钟或适当加热后再吃,以免太冰伤身。

早晨空腹不要吃冰凉的,食物或者饮用冷饮,饭后、饭后1小时不要进食冷饮,否则会影响消化、妨碍营养吸收;在中餐和晚餐之间,比如下午3时左右适宜进食冷饮冷食降温;胃食管反流病患者,睡前不要进食冷饮冷食。

对于不同的人群,有不同进食冷饮冷食的要求。比如,6个月以下的婴儿应禁食冷饮冷食,幼儿应该少进食冷饮冷食;月经期女性应禁食冷饮冷食,妊娠期女性最好不要食用冷饮冷食;老年人,患有胃溃疡、胃炎、肠炎等胃肠疾病的人,牙齿不健康的人群,患有心血管疾病人群,患有呼吸系统疾病人群,高血脂症和高血糖人群,谨慎进食冷饮冷食。

此外,这些情况下尽量不要进食冷饮冷食:剧烈运动后或大量流汗时,感冒发烧、腹泻患者;大清早起床时,夜间温度降低时。

“建议大家少吃冷食、少喝冷饮,最好选择白开水、淡茶水或酸梅汤、绿豆汤、冬瓜茶、荷叶茶等传统解暑饮品。此外,夏季可以食用一些偏苦味的蔬菜,如苦瓜、莴苣等,对解暑也有帮助。”李建国说。

头痛医头? 不一定,有时要医颈椎

颈源性头痛发病率呈年轻化逐年增高趋势

长沙晚报7月23日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 甘永祥)“医生,我明明是头痛,为什么要我去检查颈椎部位呢?”近日,在湖南航天医院,28岁的杨先生一手拿着CT检查结果,一边纳闷地咨询医生。该院疼痛科副主任医师鲁建仔翻阅片后,结合杨先生“一刻都离不开手机、长时间在使用手机之后感觉偏头痛等”相关症状,诊断其头痛为颈源性头痛,其实是颈椎出现了病变。鲁建表示,颈源性头痛目前在年轻人群中,发病率呈逐年增高趋势。

颈源性头痛,是一种由颈椎疾病导致的头痛,通常表现为单侧或双侧颈枕部的钝性胀痛或牵涉样疼痛,以单侧多见。这种头痛可能与劳累、劳损、损伤、退变、神经压迫、炎症刺激等因素有关。颈源性头痛的患病率为1.0%~4.1%;在严重的头痛患者中,约17.5%是颈源性头痛。

颈源性头痛的典型症状包括慢性、单侧的头部疼痛,疼痛首先发生于颈项部,然后可能扩散至额、颞及眶部,特别是颞部(太阳穴附近)。疼痛性质为钝性胀

痛或牵拉样痛,并且是间歇性发作,可能持续数小时至数日。颈部活动或劳累,以及处于不良姿势时,疼痛可能加重。伴随症状可能包括颈部僵硬、主动和被动活动受限,同侧肩部及上肢痛,有恶心、头晕、耳鸣等症状。鲁建表示,颈源性头痛的诊断较为困难,因为其症状可能与其他类型的头痛相似,如紧张型头痛或偏头痛。该病在治疗上,有药物、物理、微创介入等综合治疗。在生活中保持良好的姿势,避免久坐及长时间低头工作或者玩手机,避免头顶重物等,可有效控制此病发作。此外,适当的颈部锻炼和心理护理,有助于防治颈源性头痛发作。

目前,临床采用超声引导下,使用脉冲射频调节C2背根神经节来治疗颈源性头痛。射频治疗是一种微创介入治疗方法,它通过专用设备精准输出超高频无线电波作用于局部组织,起到热凝固、切割或神经调节作用,从而治疗疼痛疾病。射频微创治疗该病,具有精准、安全、创伤小、疗效佳及恢复快等优点,尤其适用于保守治疗无效的患者。

注销公告

湖南中山财经专修学院办学许可证(教民143000020000048号)有效期至未延续,已无实际招生办学行为。根据《中华人民共和国行政许可法》第七十条第一款规定,“有下列情形之一的,行政机关应当依法办理有关行政许可的注销手续:(一)行政许可有效期届满未延续的”,且根据《中华人民共和国行政许可法》第五十条第三款规定,“民办学校无实际招生办学行为的,办学许可证到期后自然废止,由审批机关予以公告”,湖南中山财经专修学院办学许可证自然废止,予以注销,特此公告。

联系电话:0731-84899715
联系地址:长沙市岳麓区茶子山中路320号长沙市教育局407室
长沙市教育局
2024年7月24日

注销公告

长沙长钢专修学院办学许可证(教民143010020000368号)有效期至未延续,已无实际招生办学行为。根据《中华人民共和国行政许可法》第七十条第一款规定,“有下列情形之一的,行政机关应当依法办理有关行政许可的注销手续:(一)行政许可有效期届满未延续的”,且根据《中华人民共和国行政许可法》第五十条第三款规定,“民办学校无实际招生办学行为的,办学许可证到期后自然废止,由审批机关予以公告”,长沙长钢专修学院办学许可证自然废止,予以注销,特此公告。

联系电话:0731-84899715
联系地址:长沙市岳麓区茶子山中路320号长沙市教育局407室
长沙市教育局
2024年7月24日