

长沙位列美食旅游城市第一方阵

2024美食旅游发展大会在湖南衡阳举行

长沙晚报9月21日讯(全媒体记者 宁莎鸥)9月21日,2024美食旅游发展大会在湖南衡阳举行。大会着眼美食旅游融合发展创新方向,以“融合、创新与高质量发展”为主题,为全国文旅界“政企学研”提供对接平台,以美食为媒介,讲好文旅故事。

两个湖湘案例入选“美食旅游创新发展案例”

大会发布了《2024中国美食旅游发展报告》《2024湖南美食旅游发展报告》《衡阳美食旅游现象》与“2024美食旅游融合发展案例”名单、“2024美食旅游创新发展案例”名单。在“2024美食旅游创新发展案例”名单中,费大厨——让辣椒炒肉成为国民菜、湖南卫视美食文旅探访节目《去“湘”当有味的地方》两个本土案例入选。

作为一道经典的中式家常菜,辣椒炒肉有着深厚的历史渊源和广泛的群众基础。辣椒炒肉的起源可以追溯到中国南方,特别是湖南省。湖南气候湿热,当地人民喜好辛辣食物以助于去湿驱寒,之后因其制作简单、味道鲜美、营养丰富,逐渐在民间广泛流传。如今,辣椒炒肉在湖南人的餐桌上出现的频率,比起一些价格有点“突出”的大菜和硬菜要高上很多,以费大厨为例,辣椒炒肉在门店的点击率在90%以上,绝对算得上是一道“走向神坛的菜”。9月6日,2024年(第九届)中国国际食品餐饮博览会在长沙开幕,《中国炒菜餐厅行业发展白皮书》在会上发布,白皮书显示:辣椒炒肉是国民炒菜第一。费大厨以辣椒炒肉为拳头产品,走出湖湘,普及广东、走向全国。

《去“湘”当有味的地方》节目则网罗湖南全省14个市州的独特美食,通过一道道美食、一个个美食背后的故事,组成一幅幅湖南各地乡情烟火气的美丽画卷。两者探索了湘菜走出省门的路径、打造了美食+旅游业态融合的典范,入选实至名归。



节目中,汪涵(右)带嘉宾品尝湖湘美食。

美食成为城市旅游竞争力的关键要素

会议中,中国旅游研究院院长戴斌、世界中餐业联合会会长邢颖、美团公司副总裁毛方分别作《如何建设世界级美食旅游城市》《美食旅游前景广阔 赋能城市高质量发展》《美食旅游融合发展新机遇》主题演讲。

从过去二十年的旅游消费结构看,餐饮支出占比稳定在23%左右。2019年,国内游客每次出游人均花费953.2元,餐饮花费222.1元,由此可以测算美食旅游的潜在市场约为1.33万亿元。加上入境游客的餐饮花费858.7亿元,全国旅游餐饮花费合计1.42万亿元,占当年全国餐饮收入总额的30.4%。从今年前三季度的数据来看,旅游总花费和餐饮消费将达到历史新高。

“如果说消费是理解旅游经济的关键,那么美食就是最容易打开的那把锁。”戴斌介绍,美食对目的地的支撑作用愈发明显。刚刚过去的中秋节假期,广东、山东、四川、河南、江苏、河北、湖南、浙江和安徽等游客接待规模前十位的省市,合计接待了全国60.2%的国内游客,餐饮在旅游消费结构中的比重稳步增长。城市内生的旅游景区、度假区、历史文化街区和商圈等“三区一圈”,以及城市群内嵌的乡村旅游点一直都是最重要的休闲场景和消费空间。86.4%的游客会因为美食选择去某个城市,或者因为美食而体验特色的城市空间。西安、成都、贵阳、南京、苏州、大同、顺德、长沙、汕头、福州更是以美食吸引了旅游者到访,并成为游客认同的美食旅游城市第一方阵。

东茅街茶馆带你「穿越」回老长沙

长沙晚报9月21日讯(通讯员 袁珂 全媒体记者 任波)20日,在长沙

解放西路东茅街茶馆举办了一场别开生面的“方志湖湘人文展”主题活动。通过组织湖湘学子画湖湘名人的形式,把“茶馆”这一充满市井烟火气的场地作为展示空间,传播湖湘文化。

东茅街茶馆北临解放路,直面长沙地标IFS高楼;南临东茅街,直通白果园文化老街。展现了长沙方志中记载的民国时期长沙老茶馆的景象,颇具湖湘气息。穿行在老街巷步入长沙老茶馆,颇有一种从20世纪50年代的老长沙徐徐“穿越”而来的感觉。

此次活动集茶饮消费、文创展示、线上直播、非遗体验、公益活动于一体。目前,东茅街茶馆与湖南省妇女儿童发展基金会红妈妈基金合作,由红妈妈基金为茶馆授牌“爱心驿站”,在这里定期举办公益爱心拍卖等活动,并提供湘绣、醴陵瓷、长沙篆刻、湖湘插花等非遗技艺展示和体验。

在社区公共空间中设置“茶摊档口”,为周边居民提供便利的同时,也使得老街区与现代化潮流地标奏出城市文旅交响曲,将成为吸引前来长沙观光的游客可喝可吃可听可看的城市新空间。



美人鱼表演 主办方供图

美人鱼之舞来袭

中国美人鱼(泳池)超级联赛10月湖南启幕

长沙晚报9月21日讯(全媒体记者 赵紫名)近日,中国美人鱼(泳池)超级联赛(常德、南京、长沙)暨城市体育嘉年华启幕仪式在友谊兄弟(长沙)电影小镇举行,仪式上发布了超级联赛分站赛的信息:常德站将于10月20日举行,南京汤山站将于11月1日至3日举行,长沙站将于11月22日至24日举行。

美人鱼运动是一种独特的具有趣味性与创新性的水下运动形式,通过自由潜水呼吸方式、动态单蹼的训练、花样游泳的姿势以及水下芭蕾舞动作训练等,配合鱼尾形式的服装和精美的妆容,能让参与者在水下展现各项技巧,诠释出独特的柔美与力量感。

近年来,青岛、无锡、昆明、重庆、上海等城市相继举办各项美人鱼竞技赛事。目前,我国已由“美人鱼表演赛”“美人鱼公开赛”发展至“中国美人鱼(泳池)超级联赛”。今年,美人鱼赛事更加多样化,泳池赛针对青少年、成年细分为多种赛制形式,面向更多人开放。

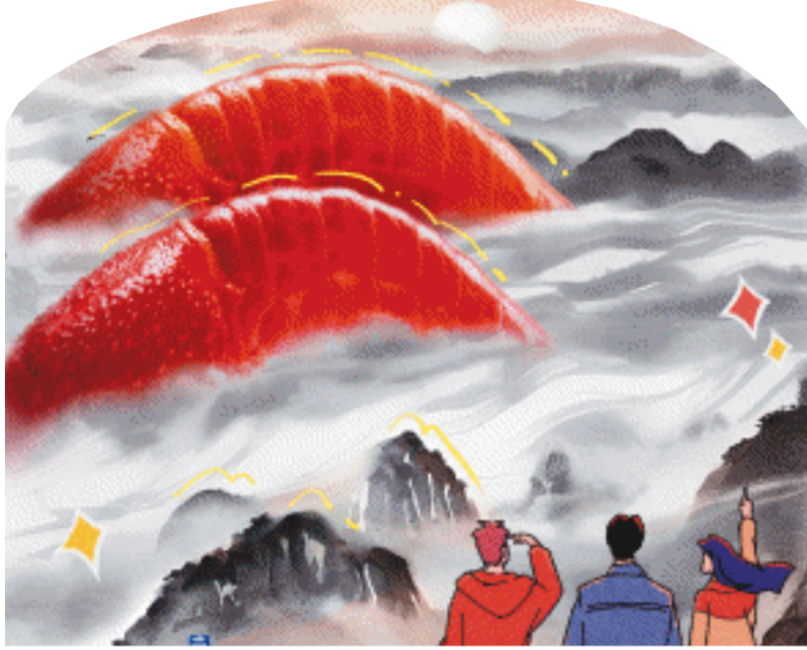
当前,全国各地不断探索、深挖城市资源,推进文旅的深度融合,2024年中国美人鱼(泳池)超级联赛两站落地湖南,不仅是对美人鱼运动的一次推广,更将进一步激发湖南体育和旅游市场活力。

10月12日至27日 6部经典舞台剧长沙影厅限时展映

长沙晚报9月21日讯(全媒体记者 宁莎鸥)2024国际舞台影像系列湖南站即将开启,凭借大热剧集获得艾美奖的朱迪·科默主演的《初步举证》、莎士比亚创作浪漫喜剧改编《仲夏夜之梦》、列夫·托尔斯泰杰作改编《安娜·卡列尼娜》、大卫·哈塞尔霍夫主演的《变身怪医》、大热IP改编的《少年派的奇幻漂流》、莎士比亚经典名作改编《哈姆雷特》6部作品将于10月12日至27日在芒果国际影城杜鵑万达店展映,现已在大

麦、猫眼平台开售。特别的是,与现场演出一致,此次舞台影像的录制中,也保留了现场观众的“幕间休息”。在此段时间里,影片的镜头通常会对准台口或观众席,你将会看到舞台灯光、幕布开合等变化或剧场现场的观众离场又返回的画面。此次参展作品群星闪耀,作品高口碑不容错过!

此次活动由湖南芒果影业发展有限责任公司、北京奥哲维文化传播有限公司主办,芒果国际影城杜鵑万达店承办。



《去“湘”当有味的地方》节目海报。均为资料图片

三湘名医在线

健康

责编/徐媛 美编/王斌 校读/欧艳

菜肴中加入“增高药”,可以助孩子长高?

专家提醒:均衡膳食+科学运动+优质睡眠,是最好的“长高秘籍”

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 纪娜

这段时间,“为儿子增高出奇招,菜肴中加入增高药”的微博热搜,引起了网友的广泛议论和关注。这种药真的能促进孩子长高吗?哪些孩子的身高问题需重视?影响孩子长高的因素有哪些?长沙市第四医院儿科副主任、副主任医师邹登进行了详细解答。

出于“身高焦虑”,家长想方设法给孩子增高

近日,一位家长因一则家庭日常视频意外成为公众关注的焦点。视频中,她为了给11岁、身高1.46米的儿子增高,特意制作了一道山药炖排骨,随后将“增高药粉”撒进菜里,称其为“长高餐”。这一做法引发了网友的讨论和争议,有网友质疑增高药的真实性和有效性,有网友担心家长过度追求孩子身高,反而忽视了孩子的健康:“这个身高也不矮啊,别给孩子瞎吃东西!”有网友提醒:“增高药里可能含有激素,一年之后,12岁的孩子就该长胡子了。”

随着生活水平的提高,越来越多的家长关注孩子的身高问题,甚至求“高”心切,陷入“身高焦虑”,纷纷寄希望于增高针、增高药、各种补品促进孩子长高。目前,真正促进孩子长高

的药物是不存在的,家长不要盲从。

“在门诊就诊的生长缓慢患儿中,只有约四分之一的人真正需要生长激素治疗。一些家长想方设法给孩子增高,反而导致孩子的骨骺线提前闭合,给孩子的身高设置了上限。”邹登说。门诊曾接诊一名患儿童童(化名),奶奶每天给他熬鸡汤和骨头汤喝,还会在汤里放比较多的盐和油,生怕他没有营养长不高。童童10岁的时候,身高达到1.5米,比身边同龄的小伙伴要高出半个头,奶奶非常开心,又买了一些补品和滋补的中药材加到汤里,童童就这样“喝”到了12岁。妈妈看着儿子的个子跟前两年没什么变化,怀疑童童是不是得了病,带他到医院就诊。经检查,童童的骨骺线已经闭合,很难再长高了。

这些孩子的身高问题,才需要引起重视

“孩子的身高是‘七分天注定,三分靠打拼’。”邹登表示,儿童的生长受多种因素的影响,包括遗传因素、营养状况、运动习惯和生活环境等。通常而言,遗传因素是决定身高的主要因素;其次,内分泌、营养、社会环境、疾病及心理状况等多种因素都会影响孩子的最终身高。

遗传因素:身高的遗传性在50%到80%之间,父母的身高往往会遗传给孩子的身高。不过,即便父母身高较矮,良好的生活习惯仍然可以帮助孩子实现潜力。

营养状况:合理的饮食是促进儿童生长的关键。孩子在生长发育期间如婴儿期、幼儿期、青春期,身体对营养的需求增加。缺乏蛋白质、钙、锌等营养成分会影响骨骼的发育,从而影响身高。

运动习惯:适量的运动可以促进生长激素的分泌,增强孩子的骨骼和肌肉,帮助提高身高。尤其是拉伸运动、游泳和跳跃等活动,被认为是有效促进身高的运动方式。

睡眠情况:生长激素主要在深度睡眠期间



制图/王斌

促进长高有哪些方法?睡好运动好很重要

近来,儿科门诊也接到了不少家长的咨询:孩子春夏季节长得很快,秋冬季节长得慢,有什么办法可以保持住快速增长?孩子过敏、鼻炎、支气管炎、哮喘,秋冬季容易反复发作,会不会影响长高?

邹登解释,秋冬季节由于新陈代谢减慢,孩子的长高速度相对春夏季放缓,这是正常的。此外,偶尔的感冒咳嗽不会影响孩子的生长发育,不需要过度担心。如果因过敏性鼻炎反复发作、长期腺样体肥大、鼻塞严重,导致孩子睡眠受到影响,则可能引起生长激素分泌不足,影响孩子长个子。

“睡眠的质量和生长激素的分泌呈现正相关的关系,睡眠质量好,深睡眠时间越长,生长激素分泌就充分。因此,孩子要养成良好的作息习惯,保持规律的生物钟,保证足够的睡眠时间很重要。”邹登补充道。

另外,每天户外运动也有助于孩子长高。研究表明,经常运动的孩子,比不运动的同龄儿童平均高4厘米至8厘米。秋冬季节,在温度适宜的情况下,建议孩子多进行户外活动,如跑步、骑自行车、游泳、跳绳、摸高、打篮球等。

为了帮助孩子健康成长,家长还可以

采取以下方法:

均衡饮食:确保孩子摄入足够的营养,饮食中应包括蛋白质、钙、锌、维生素D等。比如,肉类、鱼类、豆类及奶制品都是优质蛋白质的来源,牛奶、奶酪、绿叶蔬菜和坚果等是含钙丰富的食物,肉类、海鲜、坚果和全谷物中富含锌,鱼类、蛋黄等可以补充维生素D。

心理健康:良好的心理状态也是促进孩子生长的重要因素。要鼓励孩子参加社交活动,培养他们的兴趣爱好,帮助他们保持积极向上的心态。

定期体检:家长应定期带孩子进行体检,及时了解孩子的生长发育情况。特别矮小的儿童可以进行生长激素水平检测,生长激素水平低的儿童应予以补充生长激素等治疗。

“均衡膳食+科学运动+优质睡眠,就是最好的‘长高秘籍’。”邹登说,促进孩子的生长发育不是一朝一夕的事情,而是一个长期而系统的过程。虽然遗传因素无法改变,但通过合理的饮食、规律的作息、适度的运动和良好的心理状态,家长可以在很大程度上帮助孩子实现他们的生长潜力。

少女反复头痛高烧,竟是脑子里长了“结核”

结核性脑膜炎是结核病中最严重的肺外结核,要早诊断早治疗

长沙晚报9月21日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 粟茜 陈亚男)15岁,本应在校园享受美好的青春时光,但因为生病,马上就要步入初三的小许(化名)只能暂离校园。

今年暑假期间,小许在一次游泳后,突然出现头疼、高烧、乏力,家长起初以为是普通感冒,吃了感冒药后,症状不但没有缓解,反而愈演愈烈,高烧始终不退,还开始了呕吐,平时活泼好动的少女变得病恹恹的,丝毫打不起精神。

许妈妈意识到孩子的异常,于是带着孩子到岳阳当地医院就诊,胸片结果显示疑似为结核。8月下旬,辗转来到湖南省胸科医院。

到湖南省胸科医院内四科时,患者已经连续发了10余天的高烧,伴呕吐、厌食等症状,内四科医护团队迅速根据患者的病史、症状、体征,完善了胸部CT、痰检、颅脑核磁、脑脊液等相关检查,最终诊断其为“急性血行播散型肺结核合并结核性脑膜炎”。这一来势汹汹的疾病,对于孩子来说,是十分沉重的打击。如果治疗不及时,极易出现精神错乱、昏迷、瘫痪、脑疝甚至死亡。

内四科专家立即制定了一套详尽且全面的诊治计划:以有效抗结核药物为主的综合治疗,辅以前皮质激素治疗、抗脑

水肿治疗、脑代谢活化剂治疗等系列活动,成功帮助患者控制住病情。

9月18日,医生来到患者的病房查房,却未见孩子。孩子妈妈笑着说,孩子闲不住,跑到住院楼楼下的小卖部买零食了。说目前孩子精神状态已恢复,基本症状都已缓解。医生欣慰地叮嘱,孩子不久即可出院,但还需在家休学一段时间,继续规律地使用药物治疗并复查,才能回到学校读书。

湖南省胸科医院内四科副主任、副主任医师邱颖峰介绍,结核性脑膜炎是由于结核分枝杆菌通过血行或者淋巴道的循环,进入到脑组织,引起脑内、脑膜的结核性炎症,是结核病中最严重的肺外结核,其治疗难度是结核病之最。

临床上常见的结核性脑膜炎症状,包括头痛、发热、呕吐、全身无力、精神差等。病情严重时可能会出现昏迷、肢体瘫痪、复视、脑疝甚至死亡。但结核性脑膜炎如果能做到早诊断、早治疗,大都不会留有后遗症。因此,如果出现发热、头痛、呕吐等不适要尽早去医院就诊,尤其是伴有肺结核的患者,更应警惕结核性脑膜炎的发生,应配合医生完善相关检查,有利于早期明确诊断。只有做到早诊断、早治疗,才能改善其预后。

