

长沙非遗好“City”

长沙非物质文化遗产馆开馆六年，接待游客观众600余万人

长沙晚报通讯员龙耀华 宋林 全媒体记者 郑湘平

执传统之灯，照创新之镜。坐落于橘子洲头125号的长沙非物质文化遗产馆(以下简称“长沙非遗馆”)，自2018年11月7日开馆至今，六年来接待来自全国各地游客观众600余万人。目前，已增设家具制作技艺专业性分馆和湘阴英才益清小学2处分馆。作为传承和展示长沙非遗的重要窗口，这座集赏、玩、学、品、售于一体的活态非遗馆，以“人”为本，以非遗为媒，打造非遗共享平台，让长沙非遗在新时代绽放迷人光彩。



探索 非遗传播开启新姿势

作为13个非遗项目的保护单位，长沙非遗馆积极履行职能。自2021年开展“非遗线索征集令 我是非遗发现官”活动以来，收到非遗线索40余条。经甄选评估、调查研究，成功推荐古琴艺术、谭氏减毒蜂蟻疗法、金石篆刻(长沙篆刻)等多个项目被认定为市级、省级非遗代表性项目。六年来，长沙非遗馆始终坚持非遗人才队伍建设，指导长沙弹词、长沙皮影戏等项目多位市级非遗代表性传承人成功申报为省级。自启动《长沙非物质文化遗产分馆认定与管理办法(试行)》以来，以总分馆为核心、分馆为支撑的总分馆建设模式，现已有“长沙非物质文化遗产分馆家具制作技艺(榫卯结构小木作技艺)专业性分馆和长沙非物质文化遗产湘阴英才益清小学分馆”两座分馆正式对外运行。

通过讲解+志愿服务的形式，向全社会进行招募。通过系统的非遗讲解培训、趣味的非遗课程体验，为长沙非遗培育了一批向世界各地游客讲述长沙人文历史、传承和弘扬湖湘优秀传统文化的“非遗传播使者”，壮大了非遗服务队伍，激发全民对非遗的关注度和参与度。



在2024长沙入境旅游市场对接交流活动中，长沙棕叶编备受关注。长沙非遗馆供图

共享 非遗主题活动玩出花

六年来，长沙非遗馆打造众多形式多样、内容丰富、饱含文化情怀的主题活动，火热出圈。从景区到商场，从社区到学校，“乐玩非遗”“乐赏非遗”“非遗在社区”“非遗进校园”“非遗公益课堂”“非遗云课堂”等形式多样的非遗知识普及课程和体验活动，将非遗知识融入教育体系，激发了人们对湖湘文化的兴趣和自豪感，让非遗在人民群众中“遍地开花”。

每年于“文化和自然遗产日”期间举行的夏日文旅集市已成为长沙非遗品牌活动之一。在节日节庆期间，长沙非遗馆组织各类非遗项目开展宣传营销活动，为文旅产业带来新的增长点和创新动力，在助力长沙“夜经济”发展方面发挥着积极作用。自2021年推出非遗集市，持续在长沙各景区打造“赏、玩、购、品”夜间文旅消费新模式，并依托非遗项目打造夜间文旅体验新空间，发展夜间文旅消费新业态。

今年长沙市第三届旅发大会上，长沙非遗馆在油脂厂·1936组织开展的“长沙非遗乐市”非遗展示活动刷屏朋友圈。光影下的油脂厂，现场的湘绣、面塑、活字印刷等非遗项目展示，让旧厂焕新颜，长沙非遗玩出花。

传播 非遗交流排面拉满

长沙非遗馆以非遗为链，策划乐玩非遗&乐赏非遗、长沙非遗周资讯等专栏推送;推出“星城非遗迎新春·非遗馆里过大年”星城好礼、福韵麋鹿到梨梨——陶公庙会专场直播等20余场专场直播。借助日本大阪“欢乐春节·快乐长沙”文化旅游交流推介活动，“携来百侣曾游 环球同此星城”2024长沙入境旅游市场对接交流活动、“畅游中国幸福生活”长沙苏州双城会宣传推广暨“非一般对话”非遗交流展示活动、中国国际进口博览会等对外文化旅游交流活动，陆续让长沙非遗“走出去”，扩

大了长沙非物质文化遗产的影响力和“朋友圈”。

跃动青春 逐梦大球 开营还有8天

湖南省戏曲进校园启动 20台新创大戏走入校园

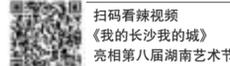


11日晚，第八届湖南艺术节湖南省戏曲进校园启动仪式在省音乐厅举行。长沙晚报全媒体记者 董阳摄

长沙晚报11月11日讯(全媒体记者 宁莎鸥)11日晚，第八届湖南艺术节湖南省戏曲进校园启动仪式在省音乐厅举行。少儿花鼓情景剧《我的长沙我的城》，以独特的魅力征服了现场观众。

天上一颗长沙星，地上一座长沙城。该剧有机融合了湘绣、长沙童谣、长沙弹词、长沙歌舞等多种艺术形式，不仅是对长沙文化的传承与创新，更是对这座古老而又充满活力的城市的深情礼赞。开篇《长沙谣》以其悠扬的旋律和动人的故事，带领观众穿越时空，感受长沙悠久的历史 and 深厚的文化底蕴。随后，湘绣这一长沙的文化瑰宝在《绣美长沙》中大放异彩，通过辛追夫人的故事，展现了湘绣精湛的技艺和独特的文化魅力。紧接着，《“窑”望长沙》和《“书”润长沙》两篇章，分别讲述了铜官窑的历史传承和岳麓书院的学术氛围，进一步凸显了长沙作为历史文化名城的深厚底蕴。

而《“燃”情长沙》则通过讲述毛泽东和杨开慧，以及陈树湘等革命先烈的英勇事迹，展现了幸福生活的来之不易。最后，整场演出在《“新”愿长沙》的歌声中落下帷幕，为观众留下了一场难忘的文化盛宴。据统计，自2020年以来，我省每年“戏曲进校园”演出1600多场，每年观演学生100多万人次。本次“戏曲进校园”活动，是第八届艺术节中的一项重要活动。省文旅厅联合省教育厅精心筹备策划，准备了20台新创大戏，如湘剧《左公柳》、舞剧《王船山》等集中体现了心忧天下、经世致用的湖湘特质，话剧《深海养牛人》、音乐剧《智造未来》等聚焦高质量发展的湖南实践，呈现出三湘儿女开拓进取的万千气象。



扫码看辣视频 《我的长沙我的城》亮相第八届湖南艺术节

大型原创湘剧《左公柳》上演

长沙晚报11月11日讯(全媒体记者 郑湘平 通讯员 彭娟)11月10日晚，第八届湖南艺术节展演剧目湘剧《左公柳》在浏阳金阳文化艺术中心大剧院上演。

湘剧《左公柳》是湖南省湘剧院2024年度重点创作剧目，讲述了晚清名将左宗棠为收复新疆而奋不顾身、以身许国的英雄气概。该剧取材厚重宏伟，于有限舞台空间精准聚焦并浓缩重大历史事件，展现出一幅具有时代感染力的画卷。舞台结构简练大气，通过其厚重的肌理与棱角分明的造型，凸显剧作的精神内涵。音乐融合了湘剧四大声腔与维吾尔族音调，以湖南民歌“牵羊买羊”的曲调作为主题音乐贯穿全

剧，展现湘剧音乐的丰富性，又保证音乐风格的统一。灯光通过强烈逆光与侧逆光的巧妙运用，不仅营造出具有深意的艺术氛围，还为史料增添了神秘与现代感，同时与服装、舞美完美融合，形成舞台上鲜活生动的人物形象。随着“湘江夜话”序幕的拉开，观众跟随剧情穿越到那个波澜壮阔的时代。舞台上，左宗棠“身无半亩，心忧天下”的气概与决心，让大家深切感受到其不屈不挠的精神风貌。观众纷纷表示，该剧不仅弘扬了传统戏曲文化的魅力，又以创新的编排歌颂英雄让人深受感动。

“第八届湖南艺术节·长沙有戏”系列报道4

三湘名医在线

健康

责编/杨蔚然 美编/邓莉娜 校对/肖应林

孩子遍尝美味，小心“食物过敏”找上门

儿童食物过敏率上升，虾类和禽蛋类最致敏，儿童过敏一般经历三个阶段

长沙晚报全媒体记者 徐媛 实习生 丁子鸣

最近，大闸蟹是不少家庭餐桌上的佳肴。然而，有的孩子却因为食用螃蟹进了医院，其中还不乏重症。经医生检查发现，均是螃蟹引发的过敏。“儿童食物过敏的患病率正在上升，中国疾病预防控制中心联合国家卫生健康委共同发布的数据显示，最新0至5岁儿童食物过敏自报患病率为4.81%，高于2010年至2013年食物过敏自报患病率3.85%。”湖南妇女儿童医院儿内科主任、副主任医师刘虹提醒，食物过敏是低龄儿童阶段的高发疾病，已成为严重危害儿童生长发育的慢性病之一，家长要注意孩子饮食规避常见过敏原，出现过敏症状及时就医。



儿童过敏三部曲，这些阶段你知道吗？

数据显示，0至5岁儿童食物过敏自报患病率随着年龄的增长而上升。0至5岁儿童食物过敏患病率较低，这可能与0至5岁儿童建议坚持纯母乳喂养，满6月龄起必须添加辅食有关。“食物过敏主要发生在儿童身上，尤其是婴幼儿。”刘虹介绍，这主要是因为儿童期是开始尝试与食物建立反应的时期，喜欢尝试各种新奇的食物，以前没有吃过的食物，更容易接触到过敏原；另外，儿童的身体发育及胃肠道的防御系统尚不完善，食物中的过敏原更容易进入身体更深层

次活动，导致过敏反应发生。“常见的食物过敏原除牛奶、鸡蛋外，还包括豆制品、坚果、海鲜(如鱼、虾、蟹)等八大类食物。所以在给孩子添加辅食或者日常饮食安排时，一定要格外留心这些食物。”刘虹提醒，儿童过敏随着年龄的增长，症状和表现也会发生相应的变化，称为“儿童过敏三部曲”。

第一个阶段是孩子3岁至6岁时，容易出现消化道症状，比如呕吐、腹泻、便秘、食欲不振、吐奶等，也可能存在皮肤问题，像湿疹、过敏性荨麻疹、特应性皮炎等，严重的话还会出现呼吸道症状，甚至导致过敏性休克。第二个阶段是孩子3岁至6岁时，容易出现呼吸道感染相关过敏，花粉、灰尘、霉菌等环境因素是常见的呼吸道过敏原，表现为咳嗽、气喘、哮喘、慢性咳嗽等症状。第三个阶段，五六岁后以上呼吸道感染如鼻炎为主的症状比较常见。

食物过敏做好饮食回避是关键

饮食回避是目前食物过敏治疗的主要方法。对牛奶蛋白过敏的患儿，妈妈可先回避牛奶及其制品，若回避后孩子症状未缓解且不利于生长发育，可选用氨基酸配方粉喂养。如果孩子对牛奶、虾肉等过敏，可选择猪肉、鸡肉、鸭肉等不易过敏的食物进行替代，保障孩子的营养需求。待孩子年龄稍大，身体状况良好且过敏症状基本消失后，可在医生指导下尝试逐步建立免疫耐受，但对于花生等过敏后较难建立耐受的食物，需谨慎对待。

在孕期存在过敏体质的准妈妈，应保持健康的生活方式，避免吸烟、饮酒，减少粉尘接触，外出时佩戴口罩，同时适当控制易过敏食物的摄入。孩子出生后，若出现湿疹、呕吐、腹泻等症状，应及时带至医院检查，确认是否过敏。一旦确诊过敏，要按照医生建议进行饮食回避等相关治疗。此外，容易过敏的儿童可以在家长的带领下主动去医院做食物过敏原筛查，明确过敏原后避免接触，并遵循医生建议。

日常生活中可以多带孩子运动，提高免疫力。带孩子户外运动时，做好防护措施，比如穿长袖、长裤，戴口罩、帽子，以防止吸入过多花粉。每天晒太阳半小时以上，促进机体合成维生素D，改善胃肠道微环境，对预防食物过敏有一定的好处。如果孩子突然出现严重过敏反应如过敏性休克时，要让孩子身体侧躺，防止呕吐、窒息，就近选择医院迅速就医。

30岁白领常年久坐不动 竟然患上髌股关节结核

长沙晚报11月11日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 胥梅占 陈亚男)你是不是有这种现象?上班坐着，吃饭坐着，聊天坐着，挤地铁也想着有个座位能多坐一会儿就好。然而，久坐背后却隐藏着健康危机。湖南省胸科医院骨科主任、副主任医师肖经难介绍，近日，临床收治了一名久坐出现屁股疼痛，最终查出结核病的案例。常年久坐不动者，需要引起警惕。

30岁的吴女士(化名)就职于长沙某互联网公司。最近几个月，频繁感到臀部隐隐作痛，起初以为是久坐的“职业病”，并未太过在意。但随着时间推移，疼痛逐渐加剧，甚至影响到了她的日常行走和坐姿。吴女士于是到湖南省胸科医院就诊，不想却被确诊为“髌股关节结核”。这一消息如晴天霹雳，让她和家人都感到震惊不已。

“髌股关节结核在骨与关节结核中并不多见，常见于青壮年，21岁至30岁的育龄妇女为疾病的高发人群。”肖科主任肖经难介绍，尤其对于工作压力大、生活作息不规律的都市白领而言，是更需要引起警惕的“健康陷阱”。在医院就诊的过程中，通常有腰痛、臀部疼痛的患者，一般只会联想到腰椎间盘突出，或者关节炎等。其实，需要筛查髌股关节结核的可能，不容忽视。髌股关节结核起病隐匿，常见跛行，疼痛多限于患侧臀部，可沿坐骨神经方向放射至疼痛。患者坐着力于患侧臀部时，盘腿穿鞋时较困难。脓肿或窦道，常出现在臀部、髂窝或股骨大转子等处。患侧分髓试验和骨挤压试验常为阳性。随着病情发展，可能会出现关节破坏、脓肿形成甚至病理脱位等严重后果。

“吴女士的案例告诉我们，健康无小事，身体上的任何不适都应引起足够重视。”肖经难表示，都市白领由于长期久坐、缺乏运动，加上工作压力大、免疫力下降，容易成为结核病的高危人群。因此，定期进行体检、保持良好的生活习惯和心态至关重要。无论工作多么繁忙，都要记得合理安排工作与休息，劳逸结合，适当运动，保持良好的饮食习惯，提高自身免疫力。同时，一旦发现身体有异常信号，务必及时就医，以免错过最佳治疗时机。

