



# 不负青山不负人

《炎陵：靠大山，如何不止于大山？》引社会广泛关注

株洲日报全媒体记者/黎世伟

一石激起千层浪。9月15日，《炎陵：靠大山，如何不止于大山？——株洲县区发展大型新闻调查之八》在《株洲日报》刊发后，迅速在社会各界引起很大反响，引发了炎陵深化改革创新发展的大讨论。

该文通过炎陵经济发展的兴衰历程，剖析了该县落实“两山”理念步子不快、体量不大的深层次原因，探寻了如何在绿水青山间实现高质量发展的新路径，为发展提速加档，积极寻求解决对策。

## 赓续基因，拼出炎陵新精彩

面对不足，不少炎陵人深入剖析，认真总结，找准症结再奋发，直面问题找出路。

“炎陵背靠大山，但从不限于大山；面对问题，定当攻坚克难。”针对报道中提及的问题，炎陵县委书记尹朝晖说，绿色是炎陵最美的底色，加快发展是炎陵最大的共识。炎陵将坚持绿色崛起，融合振兴，着力打造文旅康养基地、生态农业基地、特色农业基地，把“古、红、绿、彩”优势资源更好利用起来，走出一条文旅融合型县域高质量发展新路子。

尹朝晖认为，实现高质量发展，干部是决定性因素。炎陵将赓续红色基因，扎实开展主题教育，大兴调查研究，推动“作风建设年”活动走深走实、见行见效，引领全县党员干部群众开拓创新、担当作为，为建设现代化新株洲作出新的更大贡献。

末了，尹朝晖还赋诗一首赠记者：“衷心感谢关心，虚心接受监督，扬长补短奋发，小县大有希望”。“实现高质量发展，要认真落实‘聚焦、裂变、创新、升级、品牌’的工作思路，聚焦强产业、抓项目，全力降成本、增效益，努力形成更多新的增量。”炎陵县委副书记、县长夏胜利说，炎陵将在深刻剖析的基础上，坚持谋定快动，突出产业裂变，推动业态创新，做强园区载体，升级营商环境，大力推进抽水蓄能、欧科亿三期、春华锂电等重点项目，不断提升县域经济综合竞争力。

读罢此文，炎陵县发改局局长贺勇深有感触。他说：“炎陵必将坚持‘绿水青山就是金山银山’理念，发扬老区艰苦奋斗精神，从延伸产业链条、优化营商环境、推进项目建设等方面着手，甩开膀子加油干、敞开心扉放心干、迈开步子踏实干，将顽瘴痼疾逐个击破，闯出一条健康可持续发展的新路子。”“这篇报道诠释了一个道理，炎陵要发展，必须

与时俱进。在当前环境下，就是要走绿色、可持续发展的道路。”炎陵县文旅广体局党组书记邹凯表示，炎陵县在文旅产业方面，将努力做好对外招商引资和项目策划工作，以更好的项目策划，吸引外部投资，为炎陵文旅发展不断注入新活力。

“报道以辩证的角度，呈现了炎陵近年工业发展现状，也为立足资源禀赋，壮大竹木精深加工业指出了迷津。”该县科工信局局长徐永前就此进行反思。他说，该局将持续推动制造业走好高端化、智能化、绿色化发展之路，不断提高战略性新兴产业和高技术产业比重。构建竹木加工产学研合作模式，开发较高档次附加值高的竹木产品。

“炎陵黄桃在‘绿水青山’和‘金山银山’之间，架起了一座桥梁，成为炎陵人民的脱贫产业、振兴产业、富民产业。”中村瑶族乡党委书记古青林说，作为炎陵黄桃的核心产区，该乡计划将炎陵黄桃与炎帝文化、客家文化、瑶族文化等特色文化、旅游结合起来，开发出一颗颗美丽的文创旅游产品。

## 城乡热议，满怀豪情阔步行

文章见报后，学习强国、人民网等平台很快全文转载，并在城乡上下引发热议，扩大了社会影响。

“贯彻好‘两山’理念，把生态治理和发展特色产业有机结合，才能走出一条生态和经济协调发展、人与自然和谐共生之路。”炎陵县委党校常务副校长肖美群称赞，《株洲日报》策划的这组深度报道有思想、有深度、有高度、有力度，为炎陵县域经济发展提供了新的思路，为推动炎陵各项工作再上新台阶，营造了良好的氛围。

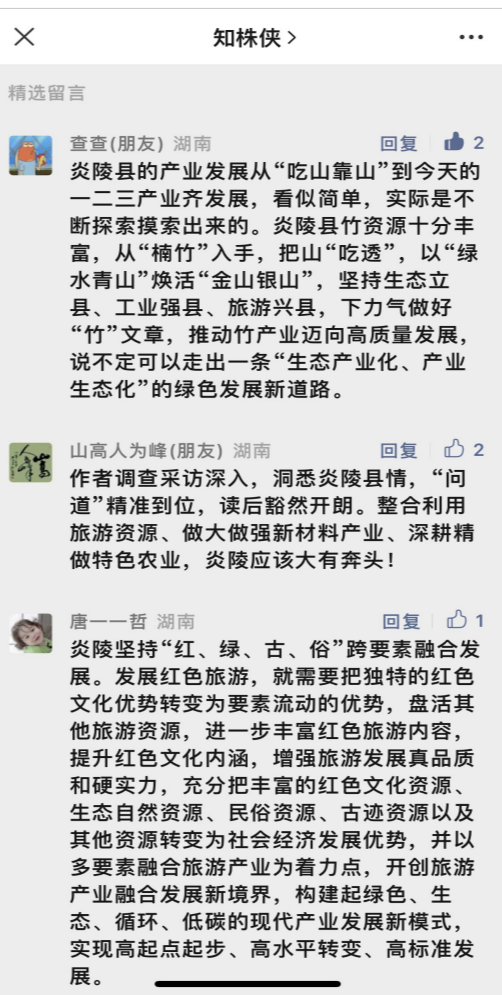
这篇报道也在高新区企业中热传，他们就最关心的营商环境问题，积极展开讨论。

“说实话，我们企业就是冲着炎陵优良的营商环境而来的。”今成铝业有限公司董事长蔡海成是浙江人，聊起这篇报道，他对炎陵的投资环境赞不绝口，愉快地回忆起当年落户炎陵的过程。他说，当初为了选一个理想的地方，他跑遍国内不少地方，反复比较，最终落户炎陵。这里的营商环境，是他见过最棒的。

他坦言，只有更好，没有最好，先进就该对标更先进，放眼全国找差距，他希望该县一些细节做得更好。

网络上，引来不少干部、群众纷纷点赞，在评论区留言，表达自己的看法。

“‘问道’精准到位，读后豁然开朗。整合利用旅游



报道在知株侠公众号发布后，引来大量跟帖留言。黎世伟 提供

资源，做大做强新材料产业、深耕精做特色农业，炎陵应该大有奔头！”网友“山高人为峰”在知株侠公众号后台留言，写下了感言，充满对炎陵未来发展的信心。

秋风沐雨，勇毅前行。如今的炎陵大地，展现出欣欣向荣、蓬勃向上的新气象。全县上下正凝心聚力，迈着豪迈的步伐，满怀豪情在打造富饶美丽新炎陵路上阔步前行，为加快打造“三基地”、建成“三区”，全面建设社会主义现代化新炎陵奋楫前行。

### 来论

## 中林(广州)科学研究院有限公司教授级高工、生态学博士 侯碧清： 将旅游业作为主导产业来打造

结合实际，炎陵县应将旅游业发展，作为国民经济的主导产业来打造。

具体以炎帝文化为品牌，以养生度假为支撑，以乡村旅游为抓手，推行全资源整合、全时空体验、全体系覆盖、全产业链融合、全社会参与等全域发展模式，加快旅游产品的升级换代，开发主题性、体验性、参与性强的旅游项目。

在产业发展上采取，大项目带动，实现全域旅游大发展。通过引入旅游大企业、建设大项目带动配套项目建设以及上下游产业发展，使旅游贯穿国民经济各项发展环节，构建旅游引导的全产业链条；大健康引领，开辟养生度假新天地。大力发展健康

康养生、休闲度假旅游产品，打造一批特色鲜明、配套完善的健康养生产业基地，构建健康养生旅游产业链，开辟炎陵休闲度假新天地和健康养生新品牌；大资源整合，塑造区域旅游大品牌。通过资源整合与业态创新，构筑以炎帝祈福文化为核心的旅游产品体系，充实红色教育体验、生态避暑度假、休闲康养度假等旅游产品内涵，提升炎陵旅游品质，塑造“寻根红色炎陵、清凉桃源胜地”的区域旅游大品牌，最终打造成为国家品牌；大产业融合，打造“旅游+”发展新模式。通过“旅游+”促进产业融合，形成大旅游的产业生态集群，带动区域经济发展，跳出景区旅游发展模式。

## 中共株洲市委党校领导科学教研部副教授周敏： 在文旅高质量发展上精准发力

炎陵要实现文旅融合发展，将绿水青山变为金山银山，关键要在文旅产业高质量发展上精准发力。

一、要精准人群，找准文旅融合的契合点。将株洲“红色、绿色、古色”文旅资源与科技、教育、卫生、体育相结合，开发红色研学游、绿色健康游、古色回忆游等系列品牌。推动株洲“红色、绿色、古色”与交通、文化、生态相结合，开发炎陵文化精品自驾游、房车营地游。

二、要创新业态，找准文旅融合的创新点。要深度挖掘文旅产品和文旅场景的数字化提升路径，开发新业态。注重视觉呈现，加强数字媒体技术在文旅产品和文旅场景的应用，使之符合新消费阶层的审美需求；注重深层次互动，让消费者在文旅体验中实现感官与文化内核的深度碰撞；注重沉浸式体验，增强消费者对文旅融合的认同感。

三、要立足乡村振兴，找准文旅融合的助力点。炎陵推进文旅融合重点在乡村，要坚持以提升文旅融合质量为导向，围绕炎陵实施乡村振兴战略中的重大活动，组织策划创作选题，创新创造乡村文旅体验模式，将炎陵的优势文旅资源进一步向上下游延伸，进而提升文旅产业价值，丰富文旅体验。

## 健康·广场

责任编辑/唐艳 美术编辑/王凯

【赵医生聊睡眠障碍】

## 中国有超3亿人存在睡眠障碍 你有多久没有睡个好觉了？

株洲日报(通讯员/赵焯勋)人的一生当中，最起码有三分之一的时间都是在睡眠中度过的。中国睡眠研究会发布的《2021运动与睡眠白皮书》显示，2021年中国有超过3亿人存在睡眠障碍。

睡眠是维持人体生命的极其重要的生理功能，对人体必不可少。睡眠的质量与健康息息相关，睡眠障碍在近年发生率明显提高，且对应群体年龄跨度不断增大，睡眠障碍可对人的机体状态、精神状态等均产生严重影响。同时，人们生理、心理状态又对其睡眠质量产生影响，相互作用、相互影响，最终影响人们的生活质量、出行安全、学习与工作效率等。

如何让大家更加了解睡眠呢？株洲市

### 什么是睡眠障碍

睡眠障碍主要临床表现为入睡困难、睡眠维持困难、早醒而引起的睡眠满意度下降，可由不愉快心理事件、不舒适的外界环境引起，也普遍见于各种精神疾病及内外科疾病患者。

根据睡眠障碍的持续时间，可分为短期失眠障碍和慢性失眠障碍。

### 睡眠障碍是怎么出现的？

目前被广泛认可的假说主要包括“过度觉醒假说”和“3P假说”。

“过度觉醒假说”认为，失眠是由于患者大脑皮层和(或)皮层下脑区出现的异常，从而引起24小时的过度觉醒

### 患者常问的问题

1. 睡眠障碍能自愈吗？  
不愉快事件、环境嘈杂、过热或过冷、饥饿、过饱等非疾病因素引起的短期睡眠障碍大多可以自愈，消除引起睡眠障碍的外界因素后，睡眠一般可以恢复正常。但躯体疾病、精神疾病等引起的慢性睡眠障碍常不能自愈，建议及时前往医院就诊，接受规范治疗。
2. 睡眠障碍是抑郁症吗？  
抑郁症患者多存在睡眠障碍，但出现睡眠障碍不一定就存在抑郁症。睡眠障碍可由精神疾病以外的众多因素引起，包括环境因素、应激事件、躯体疾病等。抑郁症的诊断需要经过专业人员的严格评估，出现睡眠障碍不能直接诊断为该病，建议及时前往医院检查，切不可自行用药。



图片来自网络

三医院睡眠医学专家赵焯勋将从心理、健康睡眠障碍等知识科普出发，在提高人们对睡眠了解度、对自身健康重视度并及时进行不良行为、习惯、认知等方面来聊一聊睡眠障碍。

**短期失眠障碍：**持续出现失眠症状少于3个月，多源于患者自身心理特性或急性应激事件。

**长期失眠障碍：**持续出现失眠症状超过3个月，患者多无法回忆最初引起失眠的诱发事件，已逐步发展出不良的应对模式，包括卧床时间长、过度担忧入睡困难等。

表现。

“3P假说”中的3P是指易感因素、促发因素、持续因素，上述三个因素累积超过一定阈值，可引起和维持失眠状态，解释了失眠的发生、发展和维持的机制。

## 从香港千里迢迢来株洲 只为到市三三一医院做静脉曲张介入手术

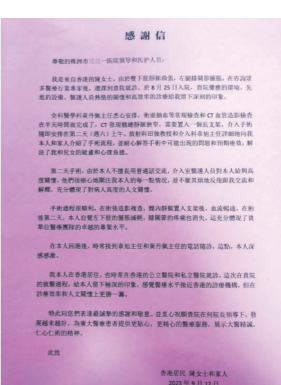
株洲日报(通讯员/田强)香港市民李先生(化名)的母亲陈奶奶(化名)患有下肢静脉曲张，已经出现了下肢肿胀、皮肤色素沉着及愈合性的溃疡。

前段时间，李先生因工作原因来到湖南，偶然间他听朋友说，株洲市三三一医院放射介入科通过射频消融治疗下肢静脉曲张，口碑挺好的。于是李先生详细打听得知：放射介入科章旭医生是拿过相关专业全国性大赛总冠军的，医术有保障。医院背后还有湘雅教授的大力支持，而且这个手术住院时间只需要1天，做完手术即可下床走动。

深思熟虑后，李先生千里迢迢将母亲从香港接到株洲，直奔株洲市三三一医院放射介入科就诊。放射介入科主任章旭在详细询问患者病史并进行了一系列检查评估后，发现陈奶奶下肢静脉曲张的病



▲香港市民李先生给放射科送来锦旗。



▲感谢信。通讯员供图

因是左髂静脉压迫综合征。

髂静脉压迫综合征，是髂静脉受压和(或)存在腔内异常粘连结构所引起的下肢和盆腔静脉回流障碍性疾病。髂静脉压迫不仅造成静脉回流障碍和下肢静脉曲张，也是下肢静脉曲张膜功能不全和浅静

脉曲张的原因之一，同时是继发髂-股静脉血栓的重要潜在因素。

当天下午，章旭团队为陈奶奶行介入治疗：左髂静脉球囊扩张和支架植入术。

陈奶奶经过治疗后，第二天左下肢肿胀明显减轻，恢复良好，顺

## 株洲市二医院多学科协作为10岁患儿清除肺部“树根”

株洲日报(通讯员/陈恺祺)今年10岁的芳芳，已经连续发热数天，并且出现了高热伴寒战、咳嗽剧烈、痰多黏稠难以咳出的症状。当这些症状出现时，芳芳的爸爸妈妈知道，熟悉的一幕又要来了：孩子经常发作咳嗽、肺炎。让父母更加发愁的是，这次孩子的症状，明显比以往更重，随即便将孩子送到了株洲市二医院。

入院后，经株洲市二医院儿科主任黄金艳进行相关检查，确诊芳芳为支原体肺炎，但此刻更为棘手的情况是，芳芳开始出现呼吸困难、气促、满头大汗的症状。随后，黄金艳立即开展排查，并向呼吸与危重症医学科申请会诊，胸部CT显示芳芳左肺上叶不张，经过讨论会诊，高度怀疑是“塑形性痰栓”。

据了解，“塑形性痰栓”属于内生性异物，是婴幼儿体内自身产生，由于气道炎症分泌物过于黏稠，长时间无法咳出就会形成胶冻状的痰栓，堵在了支气管内，气体出不去、进不来，就会导致严重呼吸困难。

“塑形性痰栓”严重且罕见，发病急、进展迅速，对儿童而言异常凶险。儿科主任黄金艳、麻醉科主任傅博宇、呼吸与危重症医学科副主任唐成等多位医生争分夺秒，紧急商讨病情，明确纤维支气管镜检查及肺泡灌洗是诊断“塑形性痰栓”的治疗首选。

经过反复冲洗，所有痰栓全部被抽吸干净，望着芳芳逐渐呼吸平缓，所有人露出了灿烂的笑容。由于救治及时、有效，在痰栓取出后，芳芳各项指标都逐渐恢复正常，肺部情况明显改善。“做完治疗后，孩子感觉到呼吸畅通了很多，过了几个小时，她自己就说比较舒服了。”芳芳的妈妈说道。

市二医院呼吸与危重症医学科副主任唐成表示，小儿支气管镜技术，既是一种检查方式，也是一种治疗手段。对于病情进展的肺炎，尽早进行支气管镜肺泡灌洗治疗，是目前显著有效的治疗措施。经过支气管镜下的局部灌洗，可有效帮助儿童清除呼吸道分泌物，取出堵塞的痰栓及坏



▲株洲市二医院呼吸与危重症医学科、儿科、麻醉科等多学科协作，为芳芳行支气管镜检查及肺泡灌洗。 通讯员供图

死组织，促进病情恢复，疗程大大缩短，治疗有效率高达95%以上。小儿支气管镜在呼吸疾病中应用广泛，反复呼吸道感染、局限性哮喘、可疑异物、不明原因慢性咳嗽、气管软化、肺部感染性疾病的病原学诊断及治疗等，均是它的适应症。