

长沙就深入开展秸秆禁烧与综合利用宣传工作下发通知

科学利用秸秆，拒绝露天焚烧

长沙晚报6月17日讯(全媒体记者 匡春林)17日，长沙市生态环境保护委员会办公室就深入开展秸秆禁烧与综合利用宣传工

作下发通知，要求通过强有力的宣传引导、严而实的管控措施，除病虫害防治可有序焚

烧外，严禁露天焚烧秸秆，有效提升秸秆综合利用率。

2024年，长沙市水稻种植面积约430万亩。年产生水稻秸秆约198万吨，可收集水稻秸秆约146万吨。2019年至2024年，通过中央财政资金支持秸秆综合利用重点县建设，

长沙县、望城区、浏阳市、宁乡市建成121个秸秆收储网点。

近年来，长沙以铁塔视频、无人机巡查为主，人工巡查为辅，构建市、县、乡镇(街道)、村四级联防联控工作体系。发挥铁塔视频烟火告警信息“一键送达”功能，建立“即时发现—即时交办—即时处置—即时反

馈”闭环管控机制。与岳阳市、益阳市建立秸秆禁烧联防联控机制，重点开展望城区与岳阳市湘阴县、宁乡市与益阳市赫山区联防联控。

市民投诉废品店占道经营多年未果，于是向长沙晚报全媒体群众工作平台求助——记者化身“调解员”，多年“冤家”握手言和

长沙晚报全媒体记者 周小华 黎铁桥

6月16日下午，家住岳麓区学士街道某小区的廖女士来到长沙晚报大厦，向长沙晚报全媒体群众工作平台送上一面“倾听群众呼声 架设沟通桥梁”的锦旗。

“感谢长沙晚报为我们老百姓发声、讲话，解开了我多年的心结，也化解了我和‘冤家’邻居的多年积怨，太感谢你们了！”送上锦旗后，廖女士激动连连。

原来，廖女士在岳麓区学士街道斑马塘社区华润·橡树湾小区购买了一间约60平方米的临街商铺(20栋122号门面)，本想用作出租，没想到紧邻的121号门面开了一家废品店，廖女士购买的商铺出租因此受到影响。

日前，廖女士给长沙晚报全媒体群众工作平台发来留言，称这家废品店长期以来持续把店外公共区域作为经营场地，长期占据门前道路、前坪堆放收购来的塑料瓶、纸箱、废旧金属等各种废品。廖女士还给记者发来多张废品店占道经营

的图片，以示她所言不虛。廖女士表示，违规占道经营不仅影响小区环境，也存在严重的卫生问题和消防安全隐患，周边居民、商户对此苦不堪言。

最令廖女士苦恼的是，由于废品店的存在，商铺出租就变得较为困难。她告诉记者，

每次她带客户来看场地，人家最后总会说：“你的门面位置还可以，但旁边有个废品店，生意恐怕不好做啊！”为了把商铺租出去，廖女士几次把租金降下去，但也无人问津。看着潜在的租户来了又走了，廖女士无助的心情一次次跌落到谷底。

无奈之下，在过去5年多的时间里，廖女士不断向相关部门写信、打电话，投诉废品店占道经营。然而，问题并没有得到解决。

“我经常睡不好觉，生怕被别人报复，我甚至都要抑郁了。”廖女士哭着对记者说。

调查 记者实地探访废品店

“民有所呼，我有所应。”接到廖女士的留言后，长沙晚报全媒体群众工作平台及时进行了发布。6月11日，晚报帮帮团记者、长沙晚报全媒体群众工作平台编辑一同来到华润·橡树湾小区20栋121号、122号门面，实地调查、核实有关情况。

为了获得全面、真实的信息，记者首先来到被投诉方、废品店所在的121号门面了解情况。记者在现场看到，121号、122号两家门面相连。由刘氏父子经营的废品店位置在楼栋靠近小区绿地的外侧边缘，紧挨着的就是廖女士买下的122号门面。122号门面大门紧锁，玻璃门上张贴着“房东直租”“不要在门口乱放杂物”等广告和警示贴纸。

晚报帮帮团记者见废品店的老刘夫妇与其子小刘正在店内外忙活，就假借“想租

隔壁的门面开餐饮店”的名义上与小刘攀谈起来。今年40出头的小刘告诉记者，他是邵阳人，父母都快70岁，来这里开店有5年多了。以前确实有占道经营的现象，街道和社区干部都来店里检查过，他也跟父母亲讲不要把收来的废品放在店外。为了不在店外经营，3个月前，他买了一台“东风途逸”的货车用来装废品。小刘告诉记者，他知道隔壁门面的业主这几年都在举报他家的废品店。

“我知道你们是来调查情况的，不是来租门面的。”小刘说，他并不愿意占道经营，有时废品来得多，就占用了店外的场地。为了解决这个问题，他经常告诉他父母不要把废品摆在外面，还花了几万元专门买了台车，用来清运处理废品。

调解 数年积怨一朝化解

记者见小刘通情达理，便亮明身份，并开导他：“大家如果都为对方着想，就没有解不开的‘结’。”

解铃还需系铃人。当天下午，长沙晚报全媒体群众工作平台记者、编辑来到斑马塘社区橡树湾小区党群服务站，建议社区负责人通知废品店业主小刘和举报人廖女士来社区进行调解。

其实，在此之前，社区和相关部门对废品店做了上门检查、督促整改等工作，也做了当事双方大量调解工作，但双方当事人

没有坐下来沟通交流，双方心“结”始终没有解开。

这是双方自发生矛盾冲突以来第一次“线下”见面。长沙晚报全媒体群众工作平台记者、编辑，以及斑马塘社区党总支书记、居委会主任王博，党总支副书记文明，社区治调主任胡金波共同调解。廖女士与小刘面对面表达了各自的意见与愿望，并最终达成一致，共同签署了《人民调解协议书》。小刘承诺废品店今后不再店外经营，保证门前干净卫生；保证回收废品放入店内或车上；回收废品车辆不堵塞交通。廖女士承诺自此息诉息访，她也希望小刘能遵守承诺。矛盾双方数

年积怨一朝化解。

“废品店今后不再店外经营，我这几年的投诉现在终于有了一个结果！”事后，廖女士激动地对晚报帮帮团记者、长沙晚报全媒体群众工作平台编辑表示，她要的就是对方的尊重互谅与守规经营。“是《长沙晚报》化解了我数年来的苦闷与无助！感谢举报为百姓发声维权、排忧解难！”

走出党群服务站之际，廖女士激动地与王博拥抱，并一再表示感谢。

晚报帮帮团

扫码看视频 记者化身“调解员”

扫码看详情

上得TVB下得摊，这才叫人间清醒

白木

近日，TVB男演员姚亦澧在长沙摆摊卖咖啡。中午收摊时，他特意向直播间粉丝致谢：“谢谢大家，感谢长沙！”(6月16日长沙晚报微信视频号)

光鲜亮丽的TVB演员来到烟火气十足的长沙街头摆摊卖咖啡，两种身份转换颇具戏剧性。

47岁的姚亦澧曾参演过《使徒行者》《冲上云霄II》等影视作品。有人说“明星沦落街头卖咖啡”，这话过头了。职业并无贵贱之分，只是分工不同，演戏、卖咖啡都自有其价值。演戏给观众送去精神愉悦，卖咖啡给上下班的人续上元气，二者不分尊卑。社会就像一台大机器，有人负责文艺演出，有人负责保安、卫生，有人负责餐饮，缺了哪样都转不起来。

尤其是，姚亦澧“故事换咖啡”的创意，活脱脱蒲松龄的现代版。当年，蒲松龄就是在路边支个摊，用绿豆汤和路人换鬼故事，然后记录下来，终成名著《聊斋志异》。如今，姚演员摆咖啡车听打工人的酸甜

苦辣。这些街头听来的真实故事，保不齐哪天就成了他演戏、编剧的灵感和素材，其实他也是换个方式体验生活。TVB剧里那些让观众共鸣的小人物，不正是靠这种摸爬滚打的生活体验淬炼出来的吗？

而就业创业，来长沙就对了。这座活力之都既有网红经济的土壤，又有“低成本创业”的包容和“高品质生活”的惬意。4万元就能支起咖啡车做生意，租个房子便可安家落户。从爆红网络的网红店铺，到香辣扑鼻的街头小吃，再到蓬勃发展的新兴产业、丰富多彩的夜生活，长沙别具魅力。更别说不长沙人“吃得苦霸得蛮”的精神和香港狮子山精神天然契合，足以让这位来湘打拼的TVB演员宾至如归。只要你拿得起放得下，这座城市便会认可你的奋斗，托举你的梦想。

说到底，人生本无标准剧本，“能端也能放”的清醒，比什么职场鸡汤都管用。

星城夜谈 湖南新闻奖专栏

责编/陈良 美编/何朝霞 校读/肖应林

健康

两颗杨梅下肚，眼睛肿成“悲伤蛙”

医生提醒：多种水果可能导致过敏，症状严重时要去医院就诊

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 张维夏

6月正是杨梅上市的旺季。杨梅味虽美，但并非人人都能“消受”。近日，“两颗杨梅下肚，眼睛肿成‘悲伤蛙’”冲上热搜，引起网友议论纷纷。

吃水果怎么会过敏？除了杨梅，还有哪些水果可能引起过敏？很喜欢吃某种水果，但又怀疑会过敏该怎么办？对此，湖南省人民医院急诊科二部主任、主任医师曹彦进行了详细解答。

据当事人张女士自述，她吃了两颗杨梅后，先是手心痒，再是耳朵、嗓子痒，10分钟后眼睛开始发痒肿胀，半小时后肿成了“悲伤蛙”，有点影响视力，她赶紧去了医院。经检查，医生判断她是“杨梅过敏”，打了脱敏针后，第二天她的情况有所好转。据张女士介绍，她对特别甜的水果过敏。

无独有偶，近日，38岁的刘女士吃了5颗杨梅不到3分钟，脸上和身体的皮肤迅速冒出一团团红斑，痒得厉害。很快，刘女士

整张脸都肿了起来，连眼睛都睁不开。到医院一检查，医生说她“过敏”。

不少网友跟贴表示：“这过敏反应，仿佛开了特效。”“听说过花粉过敏、鸡蛋过敏、牛奶过敏，怎么吃杨梅也过敏？”

曹彦表示，一般来说，杨梅过敏反应的部位在体表皮肤或口腔、胃肠道黏膜的位置，会引起打喷嚏、流眼泪、皮肤瘙痒红肿、风团、胸闷气促、喘息发作等症状，严重时还会导致喉头水肿、过敏性休克，甚至危及生命。

水果过敏属于食物过敏反应之一

“杨梅过敏”这个话题引起了许多网友的共鸣，纷纷表示“在线确诊水果过敏”：“爱吃芒果，但有些芒果靠近外皮的果肉能吃出一点点汽油味，我还以为为芒果坏了，没想到是我过敏。”“我一吃哈密瓜，喉咙就有不适感，以前以为是瓜太甜躺到了，现在才知道是过敏。”

说到过敏，人们往往首先想到瘙痒、起疹子及腹泻、打喷嚏、咳嗽等症状，为什么对水果过敏还会让人吃出不一样的味道？

曹彦表示，水果过敏属于食物过敏反应之一，与遗传、环境和水果种类等多种因素密切相关。当身体对水果中的某些蛋白质成分过敏时，免疫系统会误把这些成分

当成“有害物”，释放组胺等物质引发过敏反应，可能刺激口腔黏膜或味觉受体，导致味觉异常，如金属味、苦味、酸涩加重，以及产生针刺、发痒、麻木等感觉。

此外，也有人对水果过敏是对花粉、乳胶等过敏的交叉反应——某些水果中的蛋白质与致敏的花粉或乳胶中的蛋白质相似，人体免疫球蛋白会将水果一并误判成了过敏原，从而出现过敏症状。

通常来说，水果过敏多属速发型过敏反应，可累及皮肤(局部或全身荨麻疹、湿疹样皮炎)、胃肠道(腹部绞痛、腹泻、呕吐)、鼻咽和肺(鼻炎和哮喘、喉头水肿)、心血管系统(过敏性休克)等。

在我国，可能会导致过敏的水果并不少，有芒果、菠萝、荔枝、香蕉、牛油果、杨梅、覆盆子，还有桃、苹果、杏、甜樱桃、草莓、梨、猕猴桃等。其中，以下几种水果最容易让人过敏。

芒果：如果吃芒果吃出一种类似汽油、油漆的味道，说明你对芒果等漆树科的植物比较敏感。新鲜芒果刚摘下来时会流果浆，这是漆树科植物的特征。芒果中的果酸、醛酸、卡杜酚、漆酚等物质都容易诱发过敏。相较其他水果，芒果比较特殊，它既可能引发速发型过敏，也可能会引发迟发型过敏，即吃完48小时左

右才会出现症状。如果芒果吃出汽油、油漆味，只要没有出现不适的过敏症状，一般问题不大；如果出现嘴巴红肿发麻、喉咙发痒、身上长皮疹、水肿或出现腹痛腹泻，就要避免食用，症状较重时需及时就医。

哈密瓜、甜瓜：有的人吃哈密瓜后总觉得喉咙痒痒的，或是发干发紧，甚至有肿胀感。对此，有人认为哈密瓜太甜躺到了，其实哈密瓜的甜度在水果中并不算很高，含糖量一般在15%以下。吃哈密瓜之所以会喉咙不适，大概率是你

对AMBA11半胱氨酸蛋白酶过敏了。甜瓜、西瓜里也有

怀疑水果过敏就少吃或不吃

如果没有做过过敏原检查，可以先少吃一点，看看反应。

如果只是对某种水果不耐受，并非过敏，只有当超过一定量时才可能出现胃肠道症状，可以少量吃一些。

如果是对某种水果轻度过敏，可以试试削皮吃，削皮时可以削厚点，因为许多致敏蛋白质

都集中在果皮位置。

如果每次只吃少量，过敏症状就很明显，则要果断避免进食，更不能有“只要不出大问题就吃”的观念。

如果已经明确对某种水果过敏，多吃并不会让自己脱敏，反而会加重症状，如果出现过敏症状需要去正规医院就诊。

最高3000万元支持湖南湘江新区支持大学生创业10条政策来了

长沙晚报6月17日讯(全媒体记者 刘攀)近日，《湖南湘江新区(长沙高新区)支持大学生创业若干政策(试行)》正式发布，包括最高3000万元风补支持、3年租金补贴及10万元孵化奖励等，真金白银支持大学生的创业梦想。

本政策中的大学生包括高校在校或毕业5年内的大专、本科、硕士、博士，以及技师学院在校或毕业生。试行1年，与新区其他政策不重复享受。

10条政策明确，扶持大学生创业项目。建设和认定一批大学生创业孵化器，经新区统一认定，每家给予10万元建设补贴；大学生团队入驻认定载体，按人均10平方米补贴租金，最高不超过35元/平方米/月，最长3年。

提供优惠创业服务。孵化基地为大学生创业项目提供知识产权、代账报税、政策申报等基础服务，按年度实际服务费用总额的30%给予补贴，每个项目最高不超过3万元。

支持享受房租补贴。支持创业大学生租住新区认定的人才公寓，免费居住15天，后期按市场价格的30%给予租金补贴，连续补贴3年。

促进科技成果转化。鼓励新区高校、科研院所、企业将适合大学生创业的科技成果优先转让或授权给大学生创业企业使用，分别按第一年度实际支付资金的10%给予双方补贴，单个主体最高不超过50万元。

扫码看详情

上得TVB下得摊，这才叫人间清醒

白木

近日，TVB男演员姚亦澧在长沙摆摊卖咖啡。中午收摊时，他特意向直播间粉丝致谢：“谢谢大家，感谢长沙！”(6月16日长沙晚报微信视频号)

光鲜亮丽的TVB演员来到烟火气十足的长沙街头摆摊卖咖啡，两种身份转换颇具戏剧性。

47岁的姚亦澧曾参演过《使徒行者》《冲上云霄II》等影视作品。有人说“明星沦落街头卖咖啡”，这话过头了。职业并无贵贱之分，只是分工不同，演戏、卖咖啡都自有其价值。演戏给观众送去精神愉悦，卖咖啡给上下班的人续上元气，二者不分尊卑。社会就像一台大机器，有人负责文艺演出，有人负责保安、卫生，有人负责餐饮，缺了哪样都转不起来。

尤其是，姚亦澧“故事换咖啡”的创意，活脱脱蒲松龄的现代版。当年，蒲松龄就是在路边支个摊，用绿豆汤和路人换鬼故事，然后记录下来，终成名著《聊斋志异》。如今，姚演员摆咖啡车听打工人的酸甜

苦辣。这些街头听来的真实故事，保不齐哪天就成了他演戏、编剧的灵感和素材，其实他也是换个方式体验生活。TVB剧里那些让观众共鸣的小人物，不正是靠这种摸爬滚打的生活体验淬炼出来的吗？

而就业创业，来长沙就对了。这座活力之都既有网红经济的土壤，又有“低成本创业”的包容和“高品质生活”的惬意。4万元就能支起咖啡车做生意，租个房子便可安家落户。从爆红网络的网红店铺，到香辣扑鼻的街头小吃，再到蓬勃发展的新兴产业、丰富多彩的夜生活，长沙别具魅力。更别说不长沙人“吃得苦霸得蛮”的精神和香港狮子山精神天然契合，足以让这位来湘打拼的TVB演员宾至如归。只要你拿得起放得下，这座城市便会认可你的奋斗，托举你的梦想。

说到底，人生本无标准剧本，“能端也能放”的清醒，比什么职场鸡汤都管用。

星城夜谈 湖南新闻奖专栏

责编/陈良 美编/何朝霞 校读/肖应林

健康

两颗杨梅下肚，眼睛肿成“悲伤蛙”

医生提醒：多种水果可能导致过敏，症状严重时要去医院就诊

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 张维夏

6月正是杨梅上市的旺季。杨梅味虽美，但并非人人都能“消受”。近日，“两颗杨梅下肚，眼睛肿成‘悲伤蛙’”冲上热搜，引起网友议论纷纷。

吃水果怎么会过敏？除了杨梅，还有哪些水果可能引起过敏？很喜欢吃某种水果，但又怀疑会过敏该怎么办？对此，湖南省人民医院急诊科二部主任、主任医师曹彦进行了详细解答。

据当事人张女士自述，她吃了两颗杨梅后，先是手心痒，再是耳朵、嗓子痒，10分钟后眼睛开始发痒肿胀，半小时后肿成了“悲伤蛙”，有点影响视力，她赶紧去了医院。经检查，医生判断她是“杨梅过敏”，打了脱敏针后，第二天她的情况有所好转。据张女士介绍，她对特别甜的水果过敏。

无独有偶，近日，38岁的刘女士吃了5颗杨梅不到3分钟，脸上和身体的皮肤迅速冒出一团团红斑，痒得厉害。很快，刘女士

整张脸都肿了起来，连眼睛都睁不开。到医院一检查，医生说她“过敏”。

不少网友跟贴表示：“这过敏反应，仿佛开了特效。”“听说过花粉过敏、鸡蛋过敏、牛奶过敏，怎么吃杨梅也过敏？”

曹彦表示，一般来说，杨梅过敏反应的部位在体表皮肤或口腔、胃肠道黏膜的位置，会引起打喷嚏、流眼泪、皮肤瘙痒红肿、风团、胸闷气促、喘息发作等症状，严重时还会导致喉头水肿、过敏性休克，甚至危及生命。

水果过敏属于食物过敏反应之一

“杨梅过敏”这个话题引起了许多网友的共鸣，纷纷表示“在线确诊水果过敏”：“爱吃芒果，但有些芒果靠近外皮的果肉能吃出一点点汽油味，我还以为为芒果坏了，没想到是我过敏。”“我一吃哈密瓜，喉咙就有不适感，以前以为是瓜太甜躺到了，现在才知道是过敏。”

说到过敏，人们往往首先想到瘙痒、起疹子及腹泻、打喷嚏、咳嗽等症状，为什么对水果过敏还会让人吃出不一样的味道？

曹彦表示，水果过敏属于食物过敏反应之一，与遗传、环境和水果种类等多种因素密切相关。当身体对水果中的某些蛋白质成分过敏时，免疫系统会误把这些成分

当成“有害物”，释放组胺等物质引发过敏反应，可能刺激口腔黏膜或味觉受体，导致味觉异常，如金属味、苦味、酸涩加重，以及产生针刺、发痒、麻木等感觉。

此外，也有人对水果过敏是对花粉、乳胶等过敏的交叉反应——某些水果中的蛋白质与致敏的花粉或乳胶中的蛋白质相似，人体免疫球蛋白会将水果一并误判成了过敏原，从而出现过敏症状。

通常来说，水果过敏多属速发型过敏反应，可累及皮肤(局部或全身荨麻疹、湿疹样皮炎)、胃肠道(腹部绞痛、腹泻、呕吐)、鼻咽和肺(鼻炎和哮喘、喉头水肿)、心血管系统(过敏性休克)等。

在我国，可能会导致过敏的水果并不少，有芒果、菠萝、荔枝、香蕉、牛油果、杨梅、覆盆子，还有桃、苹果、杏、甜樱桃、草莓、梨、猕猴桃等。其中，以下几种水果最容易让人过敏。

芒果：如果吃芒果吃出一种类似汽油、油漆的味道，说明你对芒果等漆树科的植物比较敏感。新鲜芒果刚摘下来时会流果浆，这是漆树科植物的特征。芒果中的果酸、醛酸、卡杜酚、漆酚等物质都容易诱发过敏。相较其他水果，芒果比较特殊，它既可能引发速发型过敏，也可能会引发迟发型过敏，即吃完48小时左

右才会出现症状。如果芒果吃出汽油、油漆味，只要没有出现不适的过敏症状，一般问题不大；如果出现嘴巴红肿发麻、喉咙发痒、身上长皮疹、水肿或出现腹痛腹泻，就要避免食用，症状较重时需及时就医。

哈密瓜、甜瓜：有的人吃哈密瓜后总觉得喉咙痒痒的，或是发干发紧，甚至有肿胀感。对此，有人认为哈密瓜太甜躺到了，其实哈密瓜的甜度在水果中并不算很高，含糖量一般在15%以下。吃哈密瓜之所以会喉咙不适，大概率是你

对AMBA11半胱氨酸蛋白酶过敏了。甜瓜、西瓜里也有

怀疑水果过敏就少吃或不吃

如果没有做过过敏原检查，可以先少吃一点，看看反应。

如果只是对某种水果不耐受，并非过敏，只有当超过一定量时才可能出现胃肠道症状，可以少量吃一些。

如果是对某种水果轻度过敏，可以试试削皮吃，削皮时可以削厚点，因为许多致敏蛋白质

都集中在果皮位置。

如果每次只吃少量，过敏症状就很明显，则要果断避免进食，更不能有“只要不出大问题就吃”的观念。

如果已经明确对某种水果过敏，多吃并不会让自己脱敏，反而会加重症状，如果出现过敏症状需要去正规医院就诊。

最高3000万元支持湖南湘江新区支持大学生创业10条政策来了

长沙晚报6月17日讯(全媒体记者 刘攀)近日，《湖南湘江新区(长沙高新区)支持大学生创业若干政策(试行)》正式发布，包括最高3000万元风补支持、3年租金补贴及10万元孵化奖励等，真金白银支持大学生的创业梦想。

本政策中的大学生包括高校在校或毕业5年内的大专、本科、硕士、博士，以及技师学院在校或毕业生。试行1年，与新区其他政策不重复享受。

10条政策明确，扶持大学生创业项目。建设和认定一批大学生创业孵化器，经新区统一认定，每家给予10万元建设补贴；大学生团队入驻认定载体，按人均10平方米补贴租金，最高不超过35元/平方米/月，最长3年。

提供优惠创业服务。孵化基地为大学生创业项目提供知识产权、代账报税、政策申报等基础服务，按年度实际服务费用总额的30%给予补贴，每个项目最高不超过3万元。

支持享受房租补贴。支持创业大学生租住新区认定的人才公寓，免费居住15天，后期按市场价格的30%给予租金补贴，连续补贴3年。

促进科技成果转化。鼓励新区高校、科研院所、企业将适合大学生创业的科技成果优先转让或授权给大学生创业企业使用，分别按第一年度实际支付资金的10%给予双方补贴，单个主体最高不超过50万元。

扫码看详情

上得TVB下得摊，这才叫人间清醒

白木

近日，TVB男演员姚亦澧在长沙摆摊卖咖啡。中午收摊时，他特意向直播间粉丝致谢：“谢谢大家，感谢长沙！”(6月16日长沙晚报微信视频号)

光鲜亮丽的TVB演员来到烟火气十足的长沙街头摆摊卖咖啡，两种身份转换颇具戏剧性。

47岁的姚亦澧曾参演过《使徒行者》《冲上云霄II》等影视作品。有人说“明星沦落街头卖咖啡”，这话过头了。职业并无贵贱之分，只是分工不同，演戏、卖咖啡都自有其价值。演戏给观众送去精神愉悦，卖咖啡给上下班的人续上元气，二者不分尊卑。社会就像一台大机器，有人负责文艺演出，有人负责保安、卫生，有人负责餐饮，缺了哪样都转不起来。

尤其是，姚亦澧“故事换咖啡”的创意，活脱脱蒲松龄的现代版。当年，蒲松龄就是在路边支个摊，用绿豆汤和路人换鬼故事，然后记录下来，终成名著《聊斋志异》。如今，姚演员摆咖啡车听打工人的酸甜

苦辣。这些街头听来的真实故事，保不齐哪天就成了他演戏、编剧的灵感和素材，其实他也是换个方式体验生活。TVB剧里那些让观众共鸣的小人物，不正是靠这种摸爬滚打的生活体验淬炼出来的吗？

而就业创业，来长沙就对了。这座活力之都既有网红经济的土壤，又有“低成本创业”的包容和“高品质生活”的惬意。4万元就能支起咖啡车做生意，租个房子便可安家落户。从爆红网络的网红店铺，到香辣扑鼻的街头小吃，再到蓬勃发展的新兴产业、丰富多彩的夜生活，长沙别具魅力。更别说不长沙人“吃得苦霸得蛮”的精神和香港狮子山精神天然契合，足以让这位来湘打拼的TVB演员宾至如归。只要你拿得起放得下，这座城市便会认可你的奋斗，托举你的梦想。

说到底，人生本无标准剧本，“能端也能放”的清醒，比什么职场鸡汤都管用。

星城夜谈 湖南新闻奖专栏

责编/陈良 美编/何朝霞 校读/肖应林

健康

两颗杨梅下肚，眼睛肿成“悲伤蛙”

医生提醒：多种水果可能导致过敏，症状严重时要去医院就诊

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 张维夏

6月正是杨梅上市的旺季。杨梅味虽美，但并非人人都能“消受”。近日，“两颗杨梅下肚，眼睛肿成‘悲伤蛙’”冲上热搜，引起网友议论纷纷。

吃水果怎么会过敏？除了杨梅，还有哪些水果可能引起过敏？很喜欢吃某种水果，但又怀疑会过敏该怎么办？对此，湖南省人民医院急诊科二部主任、主任医师曹彦进行了详细解答。

据当事人张女士自述，她吃了两颗杨梅后，先是手心痒，再是耳朵、嗓子痒，10分钟后眼睛开始发痒肿胀，半小时后肿成了“悲伤蛙”，有点影响视力，她赶紧去了医院。经检查，医生判断她是“杨梅过敏”，打了脱敏针后，第二天她的情况有所好转。据张女士介绍，她对特别甜的水果过敏。

无独有偶，近日，38岁的刘女士吃了5颗杨梅不到3分钟，脸上和身体的皮肤迅速冒出一团团红斑，痒得厉害。很快，刘女士

整张脸都肿了起来，连眼睛都睁不开。到医院一检查，医生说她“过敏”。

不少网友跟贴表示：“这过敏反应，仿佛开了特效。”“听说过花粉过敏、鸡蛋过敏、牛奶过敏，怎么吃杨梅也过敏？”

曹彦表示，一般来说，杨梅过敏反应的部位在体表皮肤或口腔、胃肠道黏膜的位置，会引起打喷嚏、流眼泪、皮肤瘙痒红肿、风团、胸闷气促、喘息发作等症状，严重时还会导致喉头水肿、过敏性休克，甚至危及生命。

水果过敏属于食物过敏反应之一

“杨梅过敏”这个话题引起了许多网友的共鸣，纷纷表示“在线确诊水果过敏”：“爱吃芒果，但有些芒果靠近外皮的果肉能吃出一点点汽油味，我还以为为芒果坏了，没想到是我过敏。”“我一吃哈密瓜，喉咙就有不适感，以前以为是瓜太甜躺到了，现在才知道是过敏。”

说到过敏，人们往往首先想到瘙痒、起疹子及腹泻、打喷嚏、咳嗽等症状，为什么对水果过敏还会让人吃出不一样的味道？

曹彦表示，水果过敏属于食物过敏反应之一，与遗传、环境和水果种类等多种因素密切相关。当身体对水果中的某些蛋白质成分过敏时，免疫系统会误把这些成分

当成“有害物”，释放组胺等物质引发过敏反应，可能刺激口腔黏膜或味觉受体，导致味觉异常，如金属味、苦味、酸涩加重，以及产生针刺、发痒、麻木等感觉。

此外，也有人对水果过敏是对花粉、乳胶等过敏的交叉反应——某些水果中的蛋白质与致敏的花粉或乳胶中的蛋白质相似，人体免疫球蛋白会将水果一并误判成了过敏原，从而出现过敏症状。

通常来说，水果过敏多属速发型过敏反应，可累及皮肤(局部或全身荨麻疹、湿疹样皮炎)、胃肠道(腹部绞痛、腹泻、呕吐)、鼻咽和肺(鼻炎和哮喘、喉头水肿)、心血管系统(过敏性休克)等。

在我国，可能会导致过敏的水果并不少，有芒果、菠萝、荔枝、香蕉、牛油果、杨梅、覆盆子，还有桃、苹果、杏、甜樱桃、草莓、梨、猕猴桃等。其中，以下几种水果最容易让人过敏。

芒果：如果吃芒果吃出一种类似汽油、油漆的味道，说明你对芒果等漆树科的植物比较敏感。新鲜芒果刚摘下来时会流果浆，这是漆树科植物的特征。芒果中的果酸、醛酸、卡杜酚、漆酚等物质都容易诱发过敏。相较其他水果，芒果比较特殊，它既可能引发速发型过敏，也可能会引发迟发型过敏，即吃完48小时左

右才会出现症状。如果芒果吃出汽油、油漆味，只要没有出现不适的过敏症状，一般问题不大；如果出现嘴巴红肿发麻、喉咙发痒、身上长皮疹、水肿或出现腹痛腹泻，就要避免食用，症状较重时需及时就医。

哈密瓜、甜瓜：有的人吃哈密瓜后总觉得喉咙痒痒的，或是发干发紧，甚至有肿胀感。对此，有人认为哈密瓜太甜躺到了，其实哈密瓜的甜度在水果中并不算很高，含糖量一般在15%以下。吃哈密瓜之所以会喉咙不适，大概率是你

对AMBA11半胱氨酸蛋白酶过敏了。甜瓜、西瓜里也有

怀疑水果过敏就少吃或不吃

如果没有做过过敏原检查，可以先少吃一点，看看反应。

如果只是对某种水果不耐受，并非过敏，只有当超过一定量时才可能出现胃肠道症状，可以少量吃一些。

如果是对某种水果轻度过敏，可以试试削皮吃，削皮时可以削厚点，因为许多致敏蛋白质

都集中在果皮位置。