

“十五运·十五城”系列活动在长举行，广州与长沙揭开合作新篇章

双城联动，十五好运十六接

● 长沙晚报全媒体记者 赵紫名

一场跨越山河的体育对话，一次绵延千年的文化共鸣。在广州肠粉与长沙米粉的热气氤氲间，在广州体育西路与长沙五一广场的人潮涌动中，在珠江湘江的“双向奔流”中，两座城市完成了跨越时空的击掌，十五运与十六运激情接力。

9月23日，“两情湘粤 全运接棒”主题活动在长沙举行，广州与长沙以双城联动之姿揭开了合作新篇章，为即将于11月9日在广州开幕的十五运会和2029年在湘举办的十六运会持续预热。

广州与长沙，“湘”当合拍

选择湖南长沙作为“十五运·十五城”活动的收官之城，并非偶然，凸显了广州、长沙两座城市的深厚渊源与互补优势。

地理人文紧密相依。广州，粤港澳大湾区核心引擎，面朝大海，联通世界；长沙，中部崛起战略支点，倚靠湘江，创新崛起。虽山水相隔，但高铁两个小时即达、日均百趟列车穿梭，饮食相近、文化相亲，“湘粤CP”天然合拍。

体育基础交相辉映。广州，国际体育名城，三届全运会、一届亚运会的举办地，更有世界田联接力赛、广州马拉松赛、国际龙舟邀请赛等助力迈向国际赛事中心，体育基因深植千年商都血脉。

长沙，奥运冠军的摇篮，熊倪、刘璇等体育明星闪耀体坛，成功举办首届全国青少年三大球运动会，2025年4月长沙奥体中心开工，为十六运举办奠定基石。

这一次，借助全运会的契机，这对“湘粤CP”再次强强联手，推动体育与文化、经济、旅游等领域更深层次融合。收官，不意味着结束，而是区域协作的新起点，也为两地共同迈向更高水平发展注入全新动能。



9月23日，星城长沙迎来“两情湘粤 全运接棒”主题活动，“十五运·十五城”系列活动收官之站在此上演，开启了广州与长沙联动的新篇章。图为粤剧表演《花好月圆》。

长沙晚报全媒体记者 邹麟 摄

地标“出圈”，跨城对话点燃全民热情

活动前期，“广州塔去长沙出差了”迅速刷屏社交平台。这座岭南地标以拟人化姿态“空降”长沙，灯光璀璨中打出“亲！我去长沙出差了”的暖心文案，瞬间拉近两地距离。

与此同时，一场名为“长沙，请接好‘运’”的全运之火传递同步启动。广州中信大厦与长沙湘江两岸通过楼体大屏实现跨城联动，全运

穗湘聚力，共享全运新机遇

体育不止于赛场，更关乎发展动能。23日下午，穗湘两地企业相聚长沙，举行“穗湘聚力 合伙发展”座谈会，乘着全运会的东风，来自广州与长沙的企业齐聚一堂，推动两地合作向更深层次、更广领域迈进。

会上，广州日报与长沙晚报、广州市广播电视台与长沙市广播电视台

台、广州市体育局与长沙市体育局、广州市文化发展集团与中广天择传媒股份有限公司等单位合作共话两地区域联动的未来构想，为两地的发展带来新的机遇与活力。

随后，广州、长沙的部分企业代表登台，分享湘粤合作的动人故事，共同发起“湘粤同行”深化合作倡议，为两地的深情厚谊添砖加瓦。

双城联动，交织城市理想

夜幕降临，由湖南华夏集团全新打造的江天暮雪光影剧场流光溢彩，“两情湘粤 全运接棒”主题活动如约启幕。

活动现场，两地青少年诵读《沁园春·长沙》展现中华民族的豪情壮志，粤剧水袖与花鼓戏韵律同台绽放，舞龙的刚劲与肩上芭蕾的灵动交相辉映，在“花开橘洲·江天暮雪”的光影诗画秀中徐徐展开，绘就两座城市的创意联动、文化脉动、城市联动的生动图景。

特别值得一提的是，广州带来了一份特别的礼物——一艘融合两地文化的“全运龙舟”。龙舟竞渡，同舟共济，它不仅承载着广州人民对长沙人民的深情厚谊，更象征着体育文化的薪火传递、拼搏精神的生生不息，以及两地人民共同期盼十五运、十六运圆满成功的美好梦想。

广州与长沙的这场“双向奔赴”，是两个活力城市的深情对话，是两种地域文化的相互致敬，更是中国体育迈向高质量发展的一个重要注脚。两情湘粤，不止于情；全运接棒，不止于赛。广州向全国发出诚挚邀请：共赴11月的全运之约，更期待2029年在湖南相聚，见证体育精神在三湘大地续写新的华章。

沾上氢氟酸，立即冲水是良策

这种危险化学品要做到不混用、分开存放、保持良好通风，操作时佩戴好防护用品

● 长沙晚报全媒体记者 李金

近日，“氢氟酸沾了小半个手指就有严重后果”等相关话题在社交媒体上引发热议。

氢氟酸到底是什么？它有多危险？一旦中毒，该如何应急处理？对此，记者采访了湖南省职业病防治院中毒医学科主任医生袁娟。

危险化学品须储存在塑料容器中

“氢氟酸，哪怕只有一滴，也会逐渐渗透皮肤，然后溶解骨头，一直到整个患处完全腐蚀，碰到什么腐蚀什么，然后整个手掌或者胳膊直接断掉。”

“每次碰氢氟酸，我们化学人都是全副武装的，在通风橱里小心翼翼操作。”

“传说中的化骨水，可以透过皮肤腐蚀骨头，就算及时用六氟灵冲洗，也需要终生补充钙剂，听说后期生不如死。”

查看网友留言发现，几乎是谈之色变。而根据以往的新闻，因氢氟酸而受伤的事件时有发生：某工厂发生氢氟酸泄漏造成1名工人死亡，4名工人受伤；清洁工不幸接触氢氟酸全身脏器严重损伤……

氢氟酸为何被称为“化骨水”？

资料显示，氢氟酸是氟化氢的水溶液，是一种“弱酸”，为无色透明有刺激性气味的液体，有剧毒，有腐蚀性，能强烈地腐蚀金属、玻璃和含硅的物体，在吸入氢氟酸产生的蒸气或接触皮肤后会造成灼伤。

“氢氟酸是一种弱酸但也是极具腐蚀性和全身毒性的危险化学品。”袁娟介绍，相对于盐酸等强酸，氢氟酸虽为弱酸，但其化学活性极高，能与玻璃中的二氧化硅反应生成挥发性四氟化硅，因此必须储存在塑料(如聚乙烯、聚四氟乙烯)容器中。

氢氟酸分子体积小、极性强，能够迅速穿透皮肤、黏膜甚至骨组织。它的危险性主要体现在两个方面：一是强腐蚀性，对金属、玻璃、陶瓷、混凝土等材料均有强烈的腐蚀作用；二是穿透性强，能够迅速穿透皮肤、侵入深层组织，造成机体深部损伤。因此，民间有人称它为“化骨水”。

记者了解到，氢氟酸接触高风险群体主要包括玻璃蚀刻与加工、半导体和电子制造、金属酸洗与钛锆精炼、石油炼化烷基化、氟化工生产以及化学实验室等行业的一线操作人员。这些岗位在玻璃雕刻、硅片刻蚀、不锈钢酸洗、催化剂使用、氟化物合成或实验操作中，都会直接接触氢氟酸溶液或气体。



漫画/何朝霞

沾氢氟酸后莫恐慌，有病人愈后良好

后，造成低钙血症，出现出汗、抽搐、心率失常、心脏骤停等现象。第二，氢氟酸大量进入人体后，会对机体细胞、血液造成一定的毒性，比如可能会对肾脏造成一些继发性的损伤。另外，它也会造成人体内环境紊乱，机体是酸碱比较平衡的状态，大量的酸进去以后，会改变身体的pH值。

但是不用过于担心，还是有治疗方法的。”袁娟表示，比如对于一些烧伤病人，早期进行体液管理，进行液体复苏、大量的输液补液，然后预防低血容

不慎接触氢氟酸，抓紧冲水15分钟以上

一旦不慎接触到氢氟酸，第一时间应采取哪些正确的紧急处理措施？

“赶紧冲水15分钟以上，再及时送医。”袁娟建议，一旦皮肤接触氢氟酸，应立刻脱去被污染的衣物和鞋袜，使受伤部位完全暴露，随后立即用大量流动清水持续冲洗15分钟以上，切勿包扎或使用碱液中和。冲洗后应尽快监测和纠正血钙、镁水平以及心电图变化，必要时联合镇痛、外科清创等。

那么，沾上氢氟酸的病人初期阶段会有什么症状呢？

袁娟告诉记者，氢氟酸分子体积小、渗透力强，能迅速穿透皮肤深入软组织与骨骼，且疼痛常延迟数小时出现，早期容易被低估。进入体内的氟离子会与血液中的钙、镁结合，引起低钙血症、低镁血症、

量性休克；进行多个器官功能的监测，尤其是血钙等电解质和心电图，保护各个器官功能，甚至包括后期的血液净化透析。

在袁娟的经验中，有一些氢氟酸烧伤病人的治疗效果比较好，烧伤只停留在皮肤软组织，没有累及深部的骨头，也有较好的愈合，而且愈合以后不会留下特别严重的疤痕。她表示，大家也不用过于恐慌。袁娟提醒，尽管如此，还是需要很规范的治疗。

严重心律失常甚至多器官衰竭。

她提醒，家庭常见的腐蚀性化学品包括酸类(如洁厕灵的稀盐酸、管道疏通剂中的硫酸)、碱类(如去油剂或疏通剂的氢氧化钠)、含氯氧化剂(如84消毒液的次氯酸钠)等，均可能对皮肤、眼睛及呼吸道造成损伤，并在酸碱或氯氨混合时释放有毒气体。

防护要点是不混用、分开存放、保持良好通风，并在操作时佩戴耐化学手套、护目镜及必要的口罩；使用前阅读说明书，稀释应遵循“先加水后加药”原则，使用后立即封盖。发生接触或吸入刺激气体时，应立即用大量清水冲洗或转至通风处并尽快就医。日常清洁可尽量选用中性清洁剂或75%酒精、热蒸汽等替代强酸强碱，以降低风险。

“树上挂票”： 服务就是把“人”放在中心

● 白木

“湘超”联赛，永州堪称“梗王”——从被全网监督整改的“最野球场”，到自嘲“告花子球队”却主场零封对手，再到爆红的“树上挂票”——球场边的大树成了球迷的“野生看台”。众所周知，永州是玩梗高手，背后却别有一番民生情怀。

原来，永州市体育场翻新后能接纳2万多人，可当晚比赛预约人数超过5万，场馆将被“挤爆”。眼看球迷自发爬树观赛，当地足协还煞有介事印发了《“树上挂票”使用指南》，里面既有严肃的“准入门槛”，更有让人好笑的“风险提示”，精准呼应群众的观赛需求。

“树上挂票”的诞生，源自大众对体育赛事真诚的热情。当大家自发爬树看球，当地相关部门没有叫停，而是主动“护航”：提前清理枯枝、架好人字梯、安排民警守护。试想，若当地政府因怕出事就直接禁止群众上树观赛，或许能避免潜在风险，却也会浇灭群众对体育赛事的热情，失去一次拉近与群众距离、提升城市凝聚力的机会。

堵不如疏，永州的做法跳出了“一刀切”的僵化思维，把群众的自

发行为引导成有序体验。反观某些地方，一遇到“网红打卡点”或新兴需求，就急着发禁令、拉围栏，美其名曰“为了安全”，其实是懒政思维作怪。他们忘了，政府服务不是把群众当孩子管，这也不能碰、那也不能摸，而是要为大家追求美好生活创造条件。

群众有需求，政府就做好服务。老百姓用自己的方式享受生活，相关部门与其一味设防，不如因势利导搭台，缺啥补啥，缺啥建啥，缺啥定规则。如此良性互动，才能让城市发展有温度、有活力。

民生无小事，一枝一叶都是情。“树上挂票”虽小，却照出了政府为民服务的真心。在大家需求越来越多元的今天，政府部门更应走出办公室，倾听群众声音，用更灵活、更暖心的服务回应期待。只有把“人”放在中心，政府服务才能和民生需求同频共振，走得更稳、更实、更有力。



总比分1比3不敌香港金牛

长沙勇胜获得NBL亚军

长沙晚报9月23日讯(全媒体记者

赵紫名)9月22日晚，2025年NBL

(全国男子篮球联赛)总决赛第四场在长沙民政职业技术学院大运馆打响，大比分1比2落后的长沙勇胜迎战香港金牛。全场比赛，长沙勇胜进攻不利，在第三节被香港金牛拉开比分，最终71比85不敌对手，大比分1比3，长沙勇胜以亚军的成绩结束本季征程。

从6月28日的揭幕战到9月22日，接近三个月的征程，长沙勇胜度过了一个难忘的篮球夏日。常规赛跌宕起伏，磕磕绊绊，球队不断调整、试炼，最终以第二名的成绩

闯入季后赛。半决赛，长沙勇胜3比0横扫合肥狂风，时隔七年再次闯入总决赛。

总决赛，队长高岩受伤，缺席决战的所有场次，琼斯第一场过后也遇伤病，勇胜只能以双外援应战。在此艰难的局面下，勇胜将士还是在客场拿下一场，将系列赛带回了主场。

1比3不敌香港，没有实现赛季初定下的目标，球队总经理李胜利赛后表示，“虽然输给了香港金牛，但队伍得到了长足的进步，下一个赛季会在今年12月份开始，我们会卷土重来。希望广大球迷继续支持我们，让我们一起走向成功，走向CBA。”

责编/陈良 美编/何朝霞 校读/肖应林

秋乏？当心甲状腺在“报警”

可从四个方面保护好甲状腺

长沙晚报9月23日讯(通

讯员 魏雪乔 全媒体记者 徐媛)

近日，长沙气温骤降，有市民发现自己早上起床总犯懒、穿再多仍手脚冰凉，甚至莫名其妙口干舌燥，忍不住去喝水，却体重上涨，多数人以为这是“秋乏”，忍耐就过去了。

湖南中医药大学第一附属医院超声影像科副主任医师

谢佳佳提醒，出现这类现象有可能是甲状腺在“报警”。

谢佳佳介绍，作为人体最大的内分泌腺体，甲状腺像个“能量调节器”，对温度、情绪、作息变化格外敏感。

秋季的燥邪、寒邪与情绪波动，很容易打乱甲状腺的平衡，诱发或加重甲亢、甲减、甲状腺结节等问题。

为什么秋天容易“招惹”来甲状腺问题？从现代医学来看，甲状腺激素作为调节代谢、产热的关键激素，会因外界温度降低而“加班工作”，若甲状腺功能本身偏弱(如甲减)，可能因激素分泌不足加重怕冷、乏力；若甲状腺本就处于亢奋状态(如甲亢)，季节交替的应激反应可能让心慌、多汗等症状反复。

从中医角度讲，秋季“燥邪”当令，易耗伤甲状腺周身的阴液，导致腺体濡养不足。加上秋季易生“悲秋”情绪，肝气郁结会影响气血运行，若体内有痰湿，就可能加重甲状腺

肿。

谢佳佳提醒，如果出现以下信号应及时检查甲状腺：持续怕冷、怕热、手脚冰凉、多汗，与气温变化不符；颈部明显肿胀、疼痛，或触摸到结节、硬块；体重一个月内莫名增减5000克以上，且无刻意节食或运动；情绪持续低落或烦躁，伴失眠、心慌、乏力，调整后无改善。

交房公告

尊敬的嘉华智谷产业园(推广名:长沙屿)业主：

由我公司开发建设位于长沙市雨花区汇金路877号的嘉华智谷产业园(推广名:长沙屿)A4、B5栋，已经具备了合同约定的交房条件，将于2025年9月30日集中交付。请各位业主根据《入伙通知书》所载明的具体时间及需携带的资料前来办理入伙手续，逾期不办理交付手续则按合同约定执行，望广大业主相互转告，恭祝您乔迁之喜！

特此公告。

湖南嘉华房地产开发有限公司

2025年9月24日