

长沙伢子张涛倒挂金钩入选《天下足球》十佳球 “湘超”牌面 一球成名

长沙晚报12月16日讯(全媒体记者 赵紫名)12月15日晚,《天下足球》节目在央视五套播出。节目评选出一周世界足坛十佳球,浏阳伢子、效力于永州队的张涛在“湘超”四分之一决赛的倒挂金钩入选,为十佳球第五球。

记者16日电话采访到张涛,他表示能入选《天下足球》十佳球非常荣幸,展望和家乡球队长沙队的半决赛,他说自己和永州队会全力以赴、不留遗憾。

惊世倒钩入选《天下足球》 每周十佳球

出生于湖南浏阳的张涛今年22岁,目前是中南大学的学生。在球场上,张涛可胜任前腰与前锋两个位置,兼具细腻脚下技术与出色的门前嗅觉。

12月14日,“湘超”淘汰赛1/4决赛举行,永州队(常规赛第5)客场挑战娄底队(常规赛第4),张涛的进球发生在比赛第78分钟。当时永州队0比1落后,角球开出,林昊在后点头球攻门,皮球击中立柱弹回,张涛右脚一停,不等足球落地直接倒钩射门,皮球划过一道美妙的弧线直挂死角。

张涛的进球帮助永州队在客场将比分扳成1比1平,随后比赛被拖入点球大战。点球大战,张涛第5个出场,他稳稳地罚入了制胜点球,帮助永州队击败对手,成功晋级四强。

张涛这粒充满想象力与极致美感的进球,经过央视专业团队的遴选,成功跻身“一周世界十佳进球”榜单,高居全球第五位,与欧洲五大联赛的顶级进球并肩闪耀。这无疑是对中国草根足球的巨大肯定,它证明了即便是在职业联赛之外,依然有怀揣足球梦想的年轻人,在绿茵场上挥洒汗水、绽放光芒。

进完球后整夜未眠: 看了无数遍回放

“我也是昨天晚上吃饭的时候有人告诉我,那个进球入选了《天下足球》十佳球。”张涛说,后来有越来越多的人发来祝贺信息,包括中南大学的群,很多的教练和老师,“我才敢相信我是真的入选了。”

“特别激动,真的很荣幸,没想到我有一

天能出现在《天下足球》这个节目中。”张涛回忆,《天下足球》是他以前每周一都蹲守的节目,小时候踢球的时候,教练让他们观看每一期节目,然后还要写观后感。

回忆起比赛时进球的画面,张涛说那是一瞬间的灵光乍现,“可能是因为我有参加过沙滩足球的经历,沙滩足球很多时候都会有关身拿球、起球、直接倒钩的动作。当时球弹到我脚下,我没有想太多,一挑球后就立马接倒钩。”

“因为我是背身状态,所以看不到球的运行轨迹,我也不知道这个球是往哪里走,我也不知道进没进,我是听到了球迷们的呐喊,包括我的队友们跑过来向我庆祝,我才反应过来这球进了。”打进这样一粒精彩且关键的进球,帮助队伍晋级,张涛说他一整晚都没睡着,“非常兴奋、非常激动,后来进球看了有无数遍,到第二天早上6点才睡。”

长沙伢子战长沙: 很期待站上贺龙体育场

张涛小学就读于长沙市东郡小学,二年级开始接触足球,并入选了校队。此后他一直在长沙校园足球的培育中成长,初中雅礼外国语学校,高中同升湖实验学校,张涛都是校队的一员。2021年,张涛通过体育单招进入中南大学运动训练专业,目前,是中南大学体育专业2025级硕士研究生。

在淘汰赛第4轮进入四强后,永州队将在12月20日(周六)晚的半决赛中客场挑战常规赛排名第一的长沙队,张涛也将面对家乡球队。对此,张涛表示,永州队走到现在,其实已经超预期完成了目标,“其实大家也都看得出来,我们和长沙的实力还是比较悬殊的。对阵长沙老大哥,我们的想法就是全力以赴,不留遗憾。”

张涛还说,对阵长沙队的比赛将是他第一次在贺龙体育场进行比赛,“作为一名长沙人,从小在长沙生活,我很期待在长沙对阵家乡的队伍,希望自己能有好的表现。”

常规赛第七轮,长沙队曾在客场1比1战平永州队,当时永州队由林昊先进一球,打破了长沙队不丢球的金身。下半场,长沙队由谭想扳平比分。



↑张涛(蓝衣)倒挂射门瞬间。
长沙晚报通讯员 郭立亮 摄

←张涛。受访者供图



扫码看视频
张涛倒挂门瞬间

2025中国辉煌足迹火炬传承跑江永开跑

丈量千年女书故里

长沙晚报12月16日讯(通讯员 廖玉倩

全媒体记者 宁莎鸥)12月21日,2025中国辉煌足迹火炬传承跑将在“中国最美小城”湖南江永鸣枪开跑。跑友可通过“江永县全民健身服务中心”“潇湘运动”微信公众号进行报名,期待在这个冬日共赴一场文体旅融合的奔跑盛宴。

“中国辉煌足迹”作为国家体育总局社会体育指导中心重点打造的国家级全民健身品牌活动,选择江永作为系列赛的重要一站,既是对江永城市底蕴的高度认可,更是体育精神

赋能乡村振兴、推动县域文体旅融合发展的创新实践。

江永县拥有举世无双的女书文化、源远流长的瑶族风情和驰名中外的“五香”特产。本次赛事路线精心设计,串联起潇浦风光带、瑶族古村落等特色地标。选手们在奔跑中不仅能感受江永的秀美山水,更能沉浸式体验世界唯一女性文字——女书的神秘魅力,聆听瑶寨长鼓舞的千年回响。21日,让我们相约江永,用脚步丈量文化厚度,用激情点燃冬日赛道,共同续写中国辉煌足迹的江永篇章。

健康

“感冒”总是不好,小心鼻咽癌

若有持续性鼻塞、鼻涕带血、颈部肿块等症状应及时就医

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 王艳姿

冬季不少人会鼻塞、流涕,鼻子堵得难受……但长时间的鼻塞可不一定是普通感冒或鼻炎,还有可能是患癌征兆。近日,“95后女子鼻塞两月一查竟是鼻咽癌”话题冲上热搜。如何区分鼻咽癌与普通感冒、鼻炎?出现哪些症状要警惕?湖南省中西医结合医院(湖南省中医药研究院附属医院)耳鼻咽喉科主任、主任医师彭波进行了详细解答。

女子鼻塞两个月,一查竟是鼻咽癌

两个月前,小王出现单侧鼻塞的情况。起初她以为感冒了便没在意,自行服药后症状仍未缓解。在持续鼻塞且用药无效后,小王来到医院就诊。经检查,小王不仅双侧下鼻甲水肿,而且鼻腔内有脓鼻涕。为了进一步诊断,医生为小王安排了鼻咽部增强磁共振检查,结果显示:左侧鼻咽部有异常占位,并且双侧颈部淋巴结增大,怀疑存在癌细胞转移。病理活检确认,小王患有非角化性细胞癌,分化型且EB病毒阳性。

近年来,鼻咽癌这种好发于中老年人群的癌症,发病年龄有逐渐年轻化的趋势。15岁男孩小吴(化名)经常鼻塞流涕,两侧鼻子堵得难受,到医院检查,确诊鼻咽癌。幸运的是发现及时,肿瘤尚处于早期。经过规范治疗,鼻咽癌的治愈率相较于其他癌症来说较高,尤其是初期的鼻咽癌患者,其5年存活率在90%以上。

彭波解释,鼻咽癌是发生于鼻咽部黏膜上皮细胞的恶性肿瘤,与EB病毒(EBV)感染密切相关。世界卫生组织将鼻咽癌分为三种组织病理类型:角化性鳞状细胞癌;非角化性细胞癌,这一亚型细分为分化型和未分化型,与EB病毒密切相关,预后较好;基底样鳞状细胞癌,具有侵袭性临床病程,预后较差。其中,非角化性细胞癌占中国鼻咽癌病例的大多数。

鼻咽癌早诊之所以困难,主要是普通体检或内科检查通常不会涉及鼻咽部位。



鼻咽癌早期易与鼻炎、感冒混淆

“鼻咽癌早期症状不明显,容易与普通鼻炎、感冒混淆,部分患者常因误判症状延误治疗。”彭波表示,大部分鼻炎人群都有鼻塞的情况,药物对症治疗后,鼻塞症状一般会缓解;普通感冒导致的鼻塞,通常会在一周左右自愈;鼻咽癌引起的鼻塞,普通用药没有效果,可能会持续数周或数月,早期会出现回吸鼻腔分泌物(即“回吸涕”)中带血的症状,患者鼻咽分泌物中带有少量血丝,但出血量不多,容易被忽视。

此外,普通感冒引起的鼻塞,通常不会引起疼痛,但鼻咽癌可能会导致疼痛或不适;普通感冒可能会伴随喉咙痛、咳嗽、头痛等,鼻咽癌可能会有面部疼痛、颈部肿块等症状。

一旦身体出现以下症状,可能提示鼻咽癌早期:

颈部淋巴结肿大:这是鼻咽癌患者常见的症状之一,肿大的淋巴结多位于颈部上方(耳垂下方、下颌

角后方等部位),通常为无痛性、质地较硬,表面光滑,且会逐渐增大或增多,甚至多个淋巴结融合成团。

由于初期无疼痛,易被误认为“淋巴结炎”或“上火引起的淋巴结肿大”。
鼻涕带血:鼻咽癌较典型的早期表现之一,患者可能在早晨起床后,回吸涕发现带血,或擤鼻涕时出现血丝。初期出血量通常较少,呈间歇性,易被误认为“上火”或鼻炎引起的黏膜破损,从而被忽视。

鼻塞:多为单侧鼻塞,随着肿瘤的增大,可能逐渐发展为双侧鼻塞。鼻塞程度会逐渐加重,不像普通感冒那样可随病情好转而缓解,而是持续存在且逐渐明显。

耳鸣或听力下降:单侧耳朵可能出现嗡嗡声、蝉鸣声等异常声响,音调可高可低,持续时间不定。由于肿瘤可能压迫或阻塞咽鼓管(连接鼻咽部和中耳的通道),导致中耳内压力失衡,出现分泌性中耳炎,进而引起听力减退,表现为听

声音模糊、遥远,类似耳朵里塞了东西。

头痛:早期头痛多为间歇性,部位不固定,可能表现为额部、颞部(太阳穴附近)或枕部的隐痛、胀痛。随着病情进展,头痛可能会变得持续且加重,部位也可能逐渐固定,这可能与肿瘤侵犯颅底骨质、神经等有关。

看东西有重影:鼻咽癌肿瘤向上发展,可能会压迫视神经、鼻咽管以及脑干发射各条神经,导致复视的情况发生,眼睛看东西有重影,或看不清、看不见。

面部麻木:如果肿瘤侵入卵圆孔、茎突前区、三叉神经第三支,会引起耳廓前部、颈部、面部、下唇和颊部皮肤麻木或感觉异常。

“如果有持续性鼻塞、鼻涕带血、耳鸣、听力下降、头痛、面部麻木以及颈部肿块等症状,尤其是症状持续不缓解时,应尽快到正规医院进行专业检查。”彭波说。

预防鼻咽癌 这些方面要注意

彭波表示,目前,尚没有鼻咽癌特异性的肿瘤标志物。不过,血液里有一个指标和鼻咽癌较为相关——EB病毒相关抗体的检测。如果体检发现这个指标升高,需要到医院进行鼻咽镜或增强磁共振检查,以及EB病毒DNA检测。如果在鼻咽部发现可疑病变,一定要取活检明确诊断,如果没有发现异常情况,也需要定期检查鼻咽部。

目前已知的高危因素包括:EB病毒感染(大多数鼻咽癌患者体内可检测到相关抗体或病毒DNA),长期食用腌制食品,吸烟酗酒,长期暴露于油烟、粉尘等环境中。这些因素可能协同作用,诱发鼻咽黏膜细胞发生恶性转化。

因此,日常生活中,需要注意以下几点:

避免或减少EB病毒感染。平时出入公共场所时要做好个人防护、佩戴口罩等。

少吃腌制食物。尽量少

吃或不吃腌制食物,例如熏肉、熏鱼、腊肉等。

保持良好生活习惯。注意戒烟、戒酒,避免长期处于烟雾污染环境中;注意鼻腔与口腔的个人卫生;坚持锻炼身体,保证良好的生活习惯。

此外,鼻咽癌家族史人群要尽早防范。直系亲属即父母、兄弟姐妹中患有鼻咽癌的,罹患鼻咽癌的风险相对更高,要定期到专业医疗机构进行检查,以便早发现、早诊断、早治疗,实现有效预防。

第3届“金声奖”颁奖典礼

12月23日举行

见证声音界的“奥斯卡”

长沙晚报12月16日

讯(全媒体记者 宁莎鸥)总有一种声音穿越时光,直抵人心——是延安窑洞里的电波初响,是直播间里的民生守望,是重大时刻的铿锵宣告,更是无数广

电人以热爱为基,以坚守为翼,打磨出的“金声”力量!12月23日,由国家广播电视台和湖南省人民政府共同主办的《第3届中国播音主持“金声奖”颁奖典礼》将在长沙举行。23日,湖南卫视、芒果TV同步直播,邀您共赴这场彰显行业担当、传递时代强音的荣誉之约。

作为2021年经中央批准设立的国家级政府奖,“金声奖”由国家广播电视台主办,中国电视艺术委员会承办,是我国播音主持领域首次设立的行业最高荣誉。其命名源自“金声玉振”的文化意蕴,喻指播音主持艺术的精妙巅峰与行业声名的远播四方,自创办以来便以“树立行业旗帜、引领专业风向”为核心使命,成为衡量行业专业水准的核心标杆,更是广电事业高质量发展的生动见证。

第3届“金声奖”已评选出优秀广播、电视播音员主持人各10名,20名获奖者来自中央广播电视台和16个省份广播电视台。从年龄来看,60后到90后均有代表,从事播音主持工作年限平均为20.9年。他们涉及新闻播音、新闻评论、访谈节目、综艺节目等类型,主持风格鲜明、特点突出,参与制作的节目影响力大,深受广大观众喜爱。同时,

责编/陈良 美编/余宁山 校读/刘芳

腿肿发红还发热?竟是丹毒找上门 治疗以抗生素为主,配合局部护理

长沙晚报12月16日讯

(全媒体记者 杨蔚蔚 通讯员 员江慧 罗志勇)家住湖南湘江新区的陈先生,最近脚上长了个小包但没去管它。没想到短短几天,这个小包迅速扩散并且溃烂,身体发热,他来到湖南航天医院就诊。该院皮肤科主任医师高贵云诊断后告诉他,这是丹毒,需要抗生素治疗。

高贵云解释,丹毒的本是皮肤和皮下组织的急性细菌感染,常见“元凶”是A组β溶血性链球菌。这种细菌平时可能藏在鼻腔、咽喉,一旦皮肤有了破口就会乘虚而入。以下这些情况可引发丹毒:脚气(足癣)患者,脚趾缝脱皮、起泡,细菌顺着破洞钻进皮肤;小腿被蚊虫叮咬后抓破皮,或者静脉曲张导致皮肤变薄、开裂;面部皮肤过敏、长痘后抠破,细菌从伤口入侵;冬天冻裂的手脚、夏天磨破的脚后跟,都可能被细菌侵入。简单来说,只要皮肤有破损,又接触到致病菌,就可能引发丹毒。老人、糖尿病患者等免疫力差的人群,或经常反复出现皮肤破损的人,风险更高。

值得注意的是,要规范用抗生素,一般静脉输液1至2周,症状缓解后还要口服药物巩固。局部冷敷缓解不适,红肿疼痛时,用干净的毛巾裹着冰袋冷敷,每次15至20分钟,每天3至4次,能减轻炎症和疼痛。如果是下肢丹毒,平时尽量把腿抬高,减少肿胀帮助炎症消退。保持皮肤干燥清洁,治疗期间别抓挠患处,也别用热水烫洗。有脚气、湿疹的人要及时治疗原发病,避免伤口再次感染。预防丹毒,要做好这五点。一是小伤口别忽视,哪怕是蚊虫叮咬、轻微擦伤,要用碘伏消毒,避免细菌感染。二是治好老毛病,有脚气(足癣)、灰指甲、湿疹、静脉曲张的人,要积极治疗,减少皮肤破损的机会。三是保持皮肤湿润,秋冬季节皮肤干燥,洗完澡后要涂身体乳,尤其是手脚、小腿等易干裂的部位。四是注意个人卫生,勤洗手、勤换袜子,脚气患者的袜子要单独洗,避免与家人混用毛巾、拖鞋,防止交叉感染。五是增强免疫力,平时规律作息、适量运动,多吃水果蔬菜,感冒发烧要及时治疗,避免免疫力下降让细菌有机可乘。