

贺龙体校射击队火力全开备战省运会,期待成绩再突破

集火! 射向心中的十环

长沙晚报全媒体记者 赵紫名 实习生 周游寰宇

临近年关,长沙市贺龙体育运动学校内的各个训练馆内仍旧人声鼎沸、热火朝天,备战省运会摔跤、柔道、跆拳道、射击、拳击、攀岩、射箭、水球等项目的运动员,寒假期间都留校训练,全体运动员、教练员不畏严寒、刻苦磨砺,在训练场上积蓄力量,誓要在省运会上展现长沙青少年竞技体育的实力。记者近日探访射击队,了解他们备战的情况。



三个阶段强化三项能力

走进射击馆,队员们端着气步枪、气手枪,屏息凝神对准靶心,扳机扣动的清脆声响是馆内唯一的声音。几位教练员穿梭在各个射击位之间,不时给出指导意见,帮助队员调整瞄准精度、呼吸节奏。

“目前,我们射击队有70余人在备战省运会,包括手枪、步枪以及飞碟三个项目,飞碟因为场地的原因在省射击中心训练。”贺龙体校射击队教练周游向记者介绍,这一次冬训大概分为三个阶段:基础恢复与体能储备期(4~5周)、专项技术与能力强化期(5~6周)、实战模拟与赛前转化期(3周),重点抓队员的技术巩固与精细化、专项体能储备和心理素质强化。

熊彦博今年15岁,练习射击快四年,是贺龙体校射击队的男子手枪运动员,也是备战省运会的重点运动员。在去年的省锦赛上,他一个人拿到了10米气手枪(个人加团体)、25米手枪速射(个人、团体、混团)五枚金牌,“我从小就喜欢玩玩具枪,听到有射击这个项目之后,就想要试一下,小学六年级的时候来贺龙这边感受了一下,后面就进校开始了专业的训练”。

周游说熊彦博有一定的天赋,但在训练中也是非常认真。勤练带来自信,谈起省运会的目标,熊彦博说:“希望像去年省锦赛一样,把参加项目的金牌全部拿回来”。



贺龙体校射击队女子步枪队员在训练中。长沙晚报全媒体记者 余劭劭 摄

刻苦训练期待延续辉煌

贺龙体校射击队作为学校传统优势项目队伍,长期代表长沙市征战各级赛事,具有深厚的训练底蕴和科学的人才培养体系。建队以来,先后向省专业队及省体校输送刘英姿、刘慧、戴淑林、周奕华等优秀运动员40余人。其中,输送运动员在国际赛事、全国赛事、省运会、省锦赛中累计获得冠军100余人次;获评运动健将10人、一级运动员30余人、二级运动员40余人。

其中,“体育湘军”八朝元老刘英姿在2025年第十五届全运会上,与队友郭雨浩搭档,夺得飞碟多向混合团体金牌,这也是她个人第三枚全运会金牌。值得一提的是,刘英姿的女儿王子嫣同样由贺龙体校输送,19岁的她在全运会飞碟多向个人资格赛中,与刘英姿上演了母女同场竞技的好戏,最

终王子嫣获得第8名,这也是湖南飞碟队本届全运会个人赛最好的名次。

此外,2025年湖南省青少年射击锦标赛上,贺龙体校射击队代表长沙市出战,在步手枪项目中共斩获31枚金牌、15枚银牌、17枚铜牌,包揽赛事金牌总数第一和团体总分第一两项荣誉;在飞碟项目中,则是取得10枚金牌、8枚银牌、2枚铜牌,也是金牌总数第一、团体总分第一名。

“这几年我们射击队的成绩稳步提升,不断刷新最好成绩,同时也向上输送了很多人才,这是队伍长期坚持刻苦训练的结果。每一块奖牌背后,都凝结着队员的努力和教练团队的付出。”周游表示,今年的省运会,贺龙体校射击队将尽最大努力,延续良好势头,为长沙市夺取最好的成绩。

■“备战省运——冬训正当时”系列报道

一壶方寸纳乾坤

长沙博物馆鼻烟壶精品展启幕,邀您共赴一场袖珍艺术之旅

长沙晚报2月9日讯(全媒体记者 任波 通讯员 万国珍)从2月10日开始,又一新展“玲珑百态巧作成——鼻烟壶艺术精品展”在长沙博物馆面向公众免费开放。本次展览汇集清代至民国时期逾200件鼻烟壶珍品。展览以材质为经、工艺为纬,在方寸之间展开一幅精微绚烂的艺术画卷。尤为应景的是,为迎接即将到来的农历马年,一件清雅灵动的清代“黄玉巧雕椿马图鼻烟壶”被置于醒目位置,以“马”为题,为星城市民送上新春的第一份艺术祝福。

从舶来品到袖珍瑰宝,一部微缩的中国工艺史

鼻烟,一种源自西方的物品,在清康熙年间被中国工匠以绝妙的智慧重新承载。他们摒弃了不便的鼻烟盒与玻璃瓶,创造出了集绘画、书法、雕刻、镶嵌等多项传统工艺于一身的鼻烟壶。这件可盈握于掌心的物件,从此被誉为“集多种工艺之大成的袖珍艺术品”。如今,吸闻鼻烟的习俗已淡出生活,但这些精巧绝伦的鼻烟壶却被保存下来,成为洞察古人生活美学与极致技艺的玲珑窗口。正如本次策展人马湘蕾面对记者所言:“鼻烟壶虽小,但其材质多样,各秉天性,方寸之间尽显匠人巧思。”

步入长沙博物馆二楼的二号展厅,观众将开启一场以“材质”为线索的沉浸式艺术巡礼。展览以五大单元系统呈现鼻烟壶“无材不用”的创作智慧。“万象包罗”单元追溯鼻烟壶源流,从温润的白玉四季花卉壶到趣致

的粉彩钟馗嫁妹双连壶,可见其造型演变。步入“斑斓彩色”玻璃世界,套料、搅胎工艺流光溢彩,而周乐元的内画山水人物壶更在方寸间绘出热闹市井,令人称绝。

“山岳精髓”单元汇聚玉石之华,从翠色莹莹的翡翠壶到纹如天成的玛瑙猫蝶壶,尽显匠人随形巧思。其中,黄玉巧雕椿马图壶尤为醒目——匠人妙用玉皮褐斑浮雕出椿树与骏马,生动应和即将到来的农历马年,成为展览点睛之笔。

“陶瓷生花”单元则展现瓷艺之妙,青花缠枝葫芦壶清雅,红釉镂空龙凤壶华美,纹饰融入《西厢记》等故事题材与吉祥寓意。最后的“珍奇斗艳”单元宛如微缩珍宝阁,从金银珠琅、木竹雕刻到罕见的鹤顶红、琥珀蜜蜡,乃至螺钿、剔红等漆艺,完整呈现古人跨材质创作的非凡想象力。

闻香识趣迎马年,一份沉浸式年味体验

本次展览不仅可观,更可闻、可感。展厅内特设气味装置,让观众能直观嗅闻到鼻烟中混合的香料气息,穿越时空感受昔日的风尚。参观完毕,观众还可在出口处免费领取限量展览定制书签,并加盖特色鼻烟壶纪念印章,将这这份雅致祝福带回家。

展览恰逢小年开幕,长沙博物馆特别策划了系列年味活动。2月10日至11日,馆内将上演非遗古彩戏法、传统杂耍绝活及民乐演出,并举办拓印马年福字、手作红包、创意冰箱贴等DIY活动,更有书法家现场挥毫送春联、福字,营造浓浓新春氛围。展览期间,博物馆还将推出专家讲座、“闻香识趣”自主探索等教育活动,满足各年龄段观众的求知欲与好奇心。

展览从2月10日开幕一直展至5月5日(逢周一闭馆,国家法定节假日除外),观众可提前通过“长沙博物馆”官方微信公众号实名预约。预计寒假及春节假期人流量较大,建议提前规划,错峰参观。

黄玉巧雕椿马图鼻烟壶,这一迎春题材,在展览中引人注目。长沙晚报全媒体记者 邹麟 摄



扫码看辣视频 贺龙体校射击队火力全开备战省运会



责编/陈良 美编/何朝霞 校对/肖应林

健康

宝贝,我们一起出院回家过年

多学科联合救治,为巨瘤孕妈和未足月宝宝撑起“生命保护伞”

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 周蓉蓉 刘祉希

“谢谢你们,救了我老婆和孩子,让我们全家可以喜庆地过一个团圆年。”2月9日早上,湖南省人民医院肝胆外科病房,小美(化名)微笑着躺在病床上,她的丈夫感激地对查房的医护人员说,过几天他们一家三口就要回家过年了。

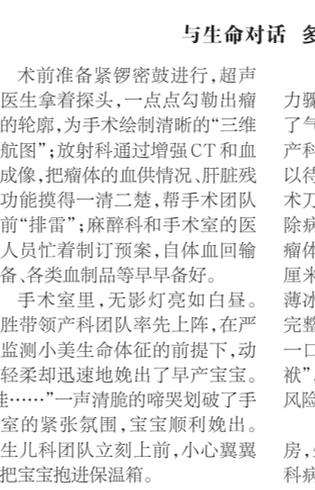
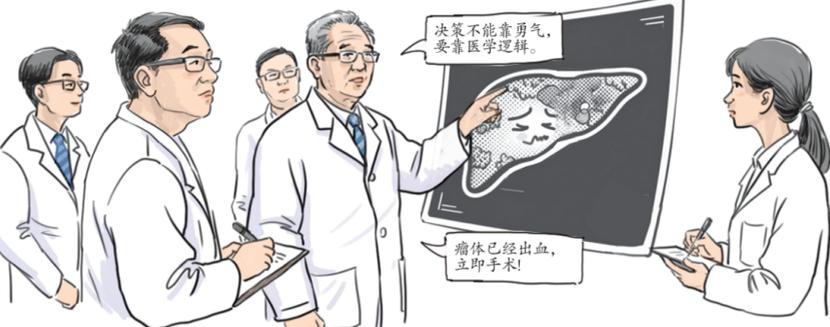
20天前,36岁高龄孕妈小美怀着33周胎儿,肝脏被4公斤巨瘤“啃噬”,几乎填满整个腹腔。随着孕周子宫一天天胀大,腹胀持续飙升,瘤壁被撑得薄如蝉翼,稍受震动就可能像吹满气的气球般破裂,引发大出血。从紧急会诊时的分秒必争、手术台上的精准施策,到保温箱筑牢宝宝呼吸难关,再到母婴即将出院回家过年,这背后不仅是医疗技术上的艰难闯关,更是多学科联合救治的生命接力。

疾痛中相遇 肝脏“失守”的孕妈与未足月的宝宝

1月20日,湖南省人民医院收治了一名特别的病患——36岁高龄孕妈小美,此时她的肝脏被一个重达4公斤的巨大血管瘤“啃噬”得面目全非,33厘米的瘤体破裂出血,血红蛋白一路跌至危急值。

“孕妈送来的时候,人已经快撑不住了,生命体征都在失控边缘。”该院肝胆外科主任医师郭超说,检查结果显示:小美的左肝被多发血管瘤占据,正常肝组织所剩无几,破裂的瘤体持续出血。让人犯难的是,胎儿才33周,提前分娩面临着早产、呼吸困难等一系列风险。

“每延迟一分钟,两条生命的风险就多一分。”郭超说。医院的走廊里,专家们脚步匆匆。



与生命对话 多个团队联动为母婴撑起“生命保护伞”

宝宝一娩出,小美腹腔里的压力骤降,就像吹满气的气球突然放了气,脆弱的瘤壁随时可能撕裂。产科团队快速缝合子宫切口,严阵以待的肝胆外科团队马上衔接,手术刀小心翼翼地游走,既要完整切除病变的左半肝和33厘米的巨大瘤体,还要处理右肝上一个直径10厘米的血管瘤,每一步操作都如履薄冰。当总重4公斤的病变组织被完整取出,所有医护人员终于松了一口气——切除这个沉甸甸的“包袱”,创下了国内同类手术的难度与风险新高度。

箱里接受照护支持。这个提前7周降生的宝宝,体重仅1.8公斤,像一只刚出生的小猫般娇小。由于肺部尚未发育完全,无法像足月宝宝那样顺畅换气,呼吸关成了他来到这个世界的第一道难关。新生儿科团队为宝宝启用无创呼吸机辅助通气,循序渐进锻炼其呼吸功能。为了隔绝感染风险,医护人员接触宝宝前严格消毒,时刻紧盯宝宝的体温、血氧饱和度、血糖等10余项指标。这个“小不点”肠胃功能脆弱,新生儿科团队通过鼻饲,以37℃左右的适宜温度喂奶,每日根据宝宝体重增长和消化情况调整方案。在医护团队的精细照料下,宝宝稳步迈向健康。

健康解码

把风险挡在孕前 超声检查是“第一道防线”

“很多孕期风险在孕前就能排查。”湖南省人民医院肝胆外科主任彭创表示,肝血管瘤多是先天性的,平时毫无症状,却可能在孕期激素变化下快速增大,腹部超声是一种有效的“监测工具”。若孕前发现肝血管瘤,需及时请医生评估:瘤体直径超10厘米,建议孕前通过手术干预;即使瘤体较小,也需记录大小与位置,为孕期监测提供依据。

彭创提醒,科学防护能大幅降低风险,以下三点要牢记:

拒绝盲目进补。孕期不要自行服用激素类保健品、来源不明的滋补品,这类食物会导致体内激素水平飙升,相当于给血管瘤“施肥”,加速其生长。

严防腹部损伤。孕期行动需缓慢稳妥,避免跑跳、碰撞等剧烈运动;穿着宽松舒适的衣物,避免腹部受到挤压或外力冲击,哪怕是轻微的撞击,都可能让脆弱的瘤体不堪重负。

强化专项监测。孕中晚期每4至6周定期进行超声检查,重点关注瘤体大小与形态变化。若出现腹痛、腹胀、头晕等症状,或瘤体短期内快速增大,需立即就医;严格控制孕期血压,高血压会增加血管压力,增加瘤体破裂风险。

“很多人以为切除一侧肝脏后就无法生存,这是错误的观点。其实,肝脏的再生能力远超大众想象。”彭创解释,肝脏具有强大的代偿性增生能力,左肝切除后,保留的右肝肝细胞会迅速进入增殖状态,肝脏血流与代谢需求的增加,会进一步刺激残余肝组织加速再生修复;术后一个月可恢复50%以上功能,术后约3个月右肝形态趋于圆钝饱满,体积可恢复至原肝脏的80%至90%。但这个过程中不能有任何闪失,恢复期间若发生感染、饮酒、过度劳累,或擅自服用具有肝损伤风险的药物,均可能诱发肝功能不全。术后需定期复查,至少3个月内不能劳累,给肝脏足够的恢复时间。



扫码看辣视频



本版漫画/何朝霞