



街头艺人的表演吸引南来北往的行人驻足观赏。均为长沙晚报全媒体记者 肖舞 摄

●长沙晚报全媒体记者 肖舞

长沙夜巷奏响流动的音符

持证街头艺人表演为长沙夜经济注入一股新活力

“人总需要勇敢生存，我还是重新许愿……”黄兴广场一侧，一位高大帅气的男孩抱着吉他，正唱得投入，四周围满了形形色色的人——有本地市民，也有外地游客。有人举着手机录视频，有人干脆蹲下来听，闪光灯在暮色中不停闪烁。

这是记者近日在长沙市黄兴南路步行街商业街目睹的场景。从南往北一路走去，四组风格各异的音乐表演与一处艺术画像摊位次第展开，如同街头绽放的绚烂烟火，吸引南来北往的行人不由自主地驻足观赏。这不仅为这条商业街增添了浓郁的文化氛围和艺术温度，更是为外地游客提供了独特的旅游感受，正悄然为长沙夜经济注入一股新活力。



吉他男孩自由歌唱。

先从那位吉他男孩说起。在他麦克风前约两米处立着一块牌子，上面嵌着长沙市街艺星节目审核许可证。走近细看，他的艺名叫王炸炸，属于表演艺术类，这已是第八次通过许可证审核。曾多次参与公益演出，2017年自费发行首张个人创作专辑《请叫我王炸炸》。此刻，他专注地唱着歌曲《明年今日》，歌声为繁华喧嚣的街头注入满满暖意。

“长沙欢迎你！我是‘铁桶哥’，我会用铁桶和热情，为长沙和游客带来快乐！”继续往北走约100米，画风陡然一转。两位男子正激情澎湃地演绎着摇滚乐：一人怀抱吉他高声唱和，另一人戴着墨镜、手舞鼓棒，敲击着变形的铁桶与吊镲，金属撞击声铿锵有力，现场氛围异常热烈。围观的人群越来越聚，拍照、录像，甚至跟着节奏轻轻舞蹈。

接着往北走，一名叫耿鑫的阳光小伙子手持话筒，倾情献唱流行金曲。他的面前站着多位年轻女孩，边听边拍摄，久久不愿离开。另一处艺术画像的摊位引人

乐声画影映烟火，持证演绎暖人心

注目。两位中年画师站在约十幅色彩斑斓的漫画与写实肖像前，笑容温和，正与需要的顾客攀谈。“我们毕业于美术学院，每天在此画七八小时，只因热爱。”画师陈先生告诉记者，摊前摆着多种绘画风格的样本，基本上能满足不同顾客的偏好。

快行至步行街尽头，湖南黄金楼的二楼阳台上，一位戴墨镜的男子正吹奏竹笛，清越悠扬的笛声犹如月光流淌。众多游客纷纷仰头拍摄，金碧辉煌的楼体与婉转乐音相映成趣，恍若时光在此驻足。

艺韵为钥开夜巷，音符撬动夜经济

其是周末，很多人专门来看演出，顺势就买了吃的玩的。

“街头艺人表演已经成为长沙一道亮丽的风景线，是展现城市文化底蕴、提升城市形象的有效途径。”黄兴南路步行街商业街公共运营中心舜天文化负责人曾国隆介绍，为进一步提升街头艺术的文化品质与确保活动的专业性，实行“持证上岗”，每年举办“长沙市街艺星秀年底甄选”活动，以繁荣夜间文化活动促进长沙夜经济的发展。

记者了解到，长沙市街艺星秀于2016年发起，由长沙市文化旅游广电局、长沙市文学艺术界联合会、长沙市天心区五一商圈管理委员会、长沙舜天文

化传播有限公司联合主办，是国内继上海、深圳后第三个对街头艺人表演进行规范化管理的试点城市。现有有效证件18张，涵盖街舞、声乐、器乐、绘画等，目前演出点主要集中在长沙市黄兴南路步行街苏家巷、诚信雕塑、黄兴广场、大古道巷、西洋镜铜像前坪、南门口，表演时间分为工艺美术类(14:00—次日2:00)、表演艺术类(17:00—23:00)。

当持证上岗的艺人们用琴声、鼓点与画笔点亮夜巷，长沙不仅守护了市井烟火中的艺术温度，更以创新治理为夜经济注入了文化灵魂。这方舞台，既是城市的文化名片，也是人文与商业共生共荣的鲜活样本。

2026年湖南省龙舟超级联赛4月开赛 “龙王争霸”一触即发

长沙晚报4月11日讯(全媒体记者 赵紫名)记者11日获悉，2026年湖南省龙舟超级联赛(简称“龙超”)将于4月至6月举行，其中，首场选拔赛将于4月18日至19日在慈利县放马洲公园举行，此后鼎城、沅陵、开福、苏仙、麻阳、赫山、道县、望城等八大赛区将轮番上演水上竞速，总决赛将于6月18日至19日在岳阳汨罗江国际龙舟竞渡中心举行，总决赛后还将举行“龙王争霸赛”，决出“2026湖南省首届龙王”。

“龙超”组委会表示，赛事的举办旨在弘扬中华优秀传统文化，推动龙舟运动发展，丰富全民文体生活，促进文旅融合，助力乡村振兴，打造湖南省品牌赛事。据介绍，赛事设有市州公开组和乡镇(街道)组两个组别，采用标准龙舟竞赛规则，竞赛项目均为22人龙舟100米、200米、500米直道赛。

赛事规定，参赛选手须年满18周岁至60周岁，每队限报28人，其中领队1人、教练1人、鼓手1人、舵手1人、划手20人，替补队员不超过4人。值得一提的是，市州公开组的参赛队伍必须要报4名女性划手(可以是鼓手、舵手)，乡镇(街道)组则不限性别。

总决赛收官后，还将重磅举办“龙王争霸赛”，由市州公开组与乡镇(街道)组的总冠军，通过500米直道赛一决高下，诞生道县、望城九个选拔赛，由各赛区

自行组织队伍参加比赛，从中选拔优秀龙舟队伍晋级总决赛。各市州需选派3支及以上队伍(市州公开组至少1支)就近参加各赛区选拔赛，鼓励跨区域参加多个选拔赛。

同时，各赛区结合选拔赛可开展传统龙舟组赛事，其成绩不带入总决赛，也可根据本地实际，在选拔赛中增加旱地龙舟、草地龙舟等趣味竞赛活动，允许观众自由组队参加体验，营造水中龙舟竞技、岸上观众参与的良好氛围，强化观众(网民)赛事体验感。

选拔赛期间，还将举行城际挑战赛：各市(州)选派本土标准龙舟强队，向其他市(州)发出挑战，或普及“龙舟英雄帖”邀请其他市(州)队伍到当地开展城际挑战赛。

最终，组委会将通过选拔赛、城际挑战赛以及自办龙舟赛事(4月1日至6月15日前)的成绩综合确定晋级总决赛的队伍。总决赛期间，除了有精彩的比赛，还有传统龙舟展演，道县的龙、虎、凤、麒麟龙舟，麻阳的盘瓠龙舟，兰溪的双槳龙舟等将亮相开幕式，再现“群龙回故里，龙子祭龙神”的盛况。

总决赛收官后，还将重磅举办“龙王争霸赛”，由市州公开组与乡镇(街道)组的总冠军，通过500米直道赛一决高下，诞生道县、望城九个选拔赛，由各赛区

比赛时间及地点

- 慈利选拔赛：4月18—19日，慈利县零阳街道放马洲公园
- 鼎城选拔赛：4月25—26日，鼎城区阳明湖水域
- 沅陵选拔赛：4月29—30日，沅陵县龙舟广场
- 开福选拔赛：5月9—10日，开福区浏阳河马栏山鸭嘴公园段
- 苏仙选拔赛：5月16—17日，苏仙区飞天山镇翠江码头水域
- 麻阳选拔赛：5月23—24日，麻阳县锦江河漫水社区龙舟赛场
- 道县选拔赛：5月30—31日，道县潇水河上关大桥上渔人码头南段
- 赫山选拔赛：6月13—14日，赫山区兰溪镇
- 望城选拔赛：6月13—14日，望城区靖港镇千龙湖生态旅游度假区
- 城际挑战赛：4月—6月，各市州、各县(市、区)
- 总决赛(汨罗)：6月18—19日，汨罗市汨罗江国际龙舟竞渡中心

三湘名医在线

健康

责编/陈良 美编/何朝霞 校对/欧艳

“妈妈，我不是叛逆，是生病了”

●长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 吴靖

15岁的小棠(化名)原本是个活泼开朗的女孩，渐渐地，她开始情绪低落，后来只穿哥哥的宽大衣服，把自己深藏在布料后面，甚至不愿意上学……妈妈带她来到医院，经过医生的检查和沟通，小棠的“叛逆、厌学”竟是性早熟的祸。

近年来，性早熟的发病率逐年上升。据中国健康促进和教育协会发布的数据显示，我国儿童性早熟的患病率为0.43%，其中女孩发病率为男孩的5到10倍。湖南省人民医院(马王堆院区)儿童医学中心儿九科负责人潘丽提醒，若女孩在7.5岁前出现乳房发育，或在10岁前出现月经初潮，男孩在9岁前出现睾丸增大等第二性征发育，这些很可能是性早熟的信号，家长要及时带孩子就诊。

“知道，但我们觉得现在孩子吃得好，早点发育也正常……”母亲的声音逐渐低了下去。

在请母亲暂时离开后，诊室里只剩下潘丽和小棠。沉默一阵后，潘丽并没有追问她“为何叛逆、厌学”，而是轻声说：“看起来，你最近过得挺辛苦的。”这句话像一把钥匙，轻轻撬开了小棠紧闭的心门。

她缓缓抬起头，眼睛里闪烁着泪光和压抑已久的委屈：“我跟妈妈说，我不是叛逆，是生病了，但她不理解……”“我不想上学，同学们总说我个子矮、身材胖，脸上还长痘……”

病痛中相遇 女孩自卑厌学，背后“元凶”竟是性早熟

“医生，我家孩子之前挺活泼的，后来变得少言寡语、情绪低落，多问几句就发脾气，甚至不愿意上学，成绩明显下降。这是怎么回事？”近日，在湖南省人民医院(马王堆院区)儿童医学中心儿九科门诊，潘丽接诊了一位焦虑心急的母亲和她沉默不语的女儿小棠。

小棠站在诊室里，宽大的黑色T恤几乎将她完全淹没。她低头躲避着所有人，包括医生的目光。

“她从去年开始就只肯穿哥哥的很宽大的旧衣服，越来越不愿意出门，就连暑假也把自己关在房间里。”母亲的声音里带着焦急。

潘丽仔细翻阅着小棠的就诊记录：7岁乳房发育，10岁月经初潮，如今身高定格在150厘米，体重却达到65公斤，脸上布满痤疮。

“孩子性早熟，你们家长知道吗？”潘丽问道。

“知道，但我们觉得现在孩子吃得好，早点发育也正常……”母亲的声音逐渐低了下去。

在请母亲暂时离开后，诊室里只剩下潘丽和小棠。沉默一阵后，潘丽并没有追问她“为何叛逆、厌学”，而是轻声说：“看起来，你最近过得挺辛苦的。”这句话像一把钥匙，轻轻撬开了小棠紧闭的心门。

她缓缓抬起头，眼睛里闪烁着泪光和压抑已久的委屈：“我跟妈妈说，我不是叛逆，是生病了，但她不理解……”“我不想上学，同学们总说我个子矮、身材胖，脸上还长痘……”



每个孩子的身体发育状态都不同，对于出现性早熟症状的青少年，一定要给予重视。需要个性化治疗。

“每个孩子的身体发育状态都不同，对于出现性早熟症状的青少年，一定要给予重视。”潘丽表示，当孩子检查出性早熟时，不仅要考虑孩子因为性早熟而产生的自卑、敏感等情绪问题。

“需要个性化治疗。”潘丽与小棠妈妈沟通后，对小棠进行了生活方式干预、药物治疗，同时给予心理疏导和青春期教育知识普及。此后，小棠定期到医院复查，在医生和家长的共同努力下重拾信心，目前身体和心理情况都大为好转。

很多家长觉得“孩子早长个儿是好事”，其实，性早熟可能会“透支”孩子的生长潜力。由于过早的性发育，性激素会加速骨骺线的闭合，而骨骺线是决定孩子身高的关键，过早地启动性发育，就像提前踩下了“生长加速器”，让骨骺线提前关闭，导致孩子成年后的身高受到影响。此外，性早熟的孩子可能因为自己在体形、外表上与周围小伙伴不同，过早地背起沉重的思想包袱，产生敏感、易怒、自卑、焦虑等情绪，心理负担加重，学习兴趣和学习成绩下降。特别是女孩，性早熟导致她们与同龄人存在体形和生理发育上的差异，易产生不认同和自卑的情绪。

与青春对话

当成长“抢跑”，别轻易给孩子贴“叛逆”标签

“简单来说，性早熟就是孩子的青春期提前启动，成长‘抢跑’了。”潘丽介绍，一般来说，女孩在7.5岁前出现乳房发育或者10岁前出现月经初潮，男孩在9岁前出现睾丸增大、变声、长胡须等第二性征，都属于性早熟的范畴。

如果孩子出现以下变化，家长需高度警惕：睡眠模式改变，常失眠、早醒或嗜睡；持续两周以上情绪低落或暴躁易怒，对以往热爱的事物失去兴趣，这些表现不是普通的“青春期叛逆”，而是大脑在发出求救信号，因为体内激素的剧烈变化会直接影响神经递质平衡；社交退缩行为，像小棠一样，突然拒绝社交、只穿宽大衣物遮盖身体、不愿照镜子，都是自卑和身体意象障碍的表现。

对此，家长应正确应对，重视孩子发育异常，及时干预。性早熟、肥胖、严重痤疮不只是“长大了就好了”的问题；学会观察而非审问，不要轻易给孩子贴上“青春期叛逆”的标签，而是观察行为模式的持久性变化——偶尔失眠是正常，但持续两周以上的睡眠障碍需警惕；成为孩子的朋友，当孩子表达出困扰时，真诚地倾听，不要轻易否定他们的感受；如果发现问题，寻求儿科医生和心理医生的帮助。

如果对孩子出现以下变化，家长需高度警惕：睡眠模式改变，常失眠、早醒或嗜睡；持续两周以上情绪低落或暴躁易怒，对以往热爱的事物失去兴趣，这些表现不是普通的“青春期叛逆”，而是大脑在发出求救信号，因为体内激素的剧烈变化会直接影响神经递质平衡；社交退缩行为，像小棠一样，突然拒绝社交、只穿宽大衣物遮盖身体、不愿照镜子，都是自卑和身体意象障碍的表现。

健康解码

肥胖是性早熟“催化剂” 预防性早熟关键在于日常呵护

什么原因导致孩子性早熟呢？以下几个因素需要格外注意——

饮食误区：蜂王浆、燕窝、雪蛤等滋补品，动物内脏、油炸食品、高糖饮料，以及一些宣称“增高”的保健品，都可能含有激素或类似成分，刺激孩子性发育。

肥胖：肥胖本身就是性早熟的重要因素，过多的脂肪会影响内分泌，导致性激素水平升高。

疾病因素：下丘脑肿瘤、肾上腺疾病、甲状腺功能减退等器质性病变，也可能引发病理性的性早熟。

光照影响：开夜灯睡觉会抑制褪黑素的分泌，间接促进孩子性发育。

“预防性早熟，家长要注意孩子的生活方式。”潘丽提醒，让孩子远离性早熟，关键在于日常的点滴呵护——

健康饮食：多给孩子吃鱼、虾、瘦肉、鸡蛋、豆制品和新鲜蔬果，减少油炸食品、高糖饮料和不明保健品的摄入。

体重控制：肥胖是性早熟的重要推手，合理减重本身就是一种“预防治疗”。

充足睡眠：学龄儿童每天需要睡9至11小时，睡前1小时远离电子产品，保持房间黑暗，尽量在22时前入睡，让褪黑素正常分泌。

适量运动：每天陪孩子做30分钟纵向运动，比如跳绳等，助力骨骼健康发育。

健康心理：正确引导青春期性教育，不要让孩子过早接触情爱书刊影像，避免触发孩子性心理早熟，引起早发育。

定期监测：每3个月给孩子测量一次身高体重，如果发现孩子“突然长高很多”或者第二性征提前出现，要及时就医。

本版漫画/何朝霞