

线上线下联动，解惑择校难题

2026年长沙市中考招生咨询会7月3日启幕

长沙晚报6月14日讯(全媒体记者 岳震 实习生 刘雅欣)一年一度,如约赴新。作为长沙中考季颇具权威性、影响力的老牌升学服务盛会,由长沙晚报社主办,长沙星恒文化传媒有限公司、长沙星融文化传媒有限公司承办的2026年长沙市中考招生咨询会,将于7月3日上午8时在长沙国际会展中心启动。2026年展会全新升级,采用线下实景展会+线上云端展厅双模式开展,超长周期、全方位服务,为广大中考生家庭精准答疑、科学择校保驾护航。

变化:活动地点设长沙国际会展中心

请家长注意的是,今年展会现场升级到长沙国际会展中心。长沙国际会展中心是中部地区规模最大、功能最全的综合性会展

场馆之一,位于长沙高铁会展新城核心区,地铁2号线、4号线、磁浮快线可达。

自2008年创办至今,长沙市中考招生咨询会早已成为长沙中考招生领域的标杆性品牌活动,至今已至第19届。活动始终立足考生与家长实际需求,整合全市优质教育资源,打破信息壁垒,成为大家了解招生动态、对比学校特色、科学填报志愿的重要平台。

多年来,中考招生咨询会坚持权威发布、贴心服务,凭借信息全面、解读专业、服务便民的特点,收获了全市师生及家长的广泛认可。

方便:线下现场答疑,线上云端逛展

今年继续采用线下实景展会+线上云端展厅双模式。

线下主会场活动集结长沙市各大公办普通高中、民办普通高中、中等职业学校等各类学校集中参展。活动现场设置专属咨询展位,各校招生负责人、一线教师将来到现场,接待考生和家长。从最新招生政策解读、历年录取分数线参考、今年招生计划,到校园环境、专业设置、师资力量、升学就业前景、校园管理等广大家长和考生关心的问题,都能在现场得到细致、专业的解答。

对于纠结志愿方向、不了解学校办学特色的家庭而言,线下展会提供了近距离交流的机会。大家可以实地对比不同学校的办学理念与培养模式,结合自身分数、兴趣特长和发展规划,直观筛选心仪学校,让择校不再盲目。

同时,2026年长沙市中考招生网上展示

会将从6月28日持续至8月30日,依托长沙晚报“掌上长沙”新闻客户端、长沙晚报家长学院微信公众号,打造全天候线上展厅,超长服务周期覆盖中考志愿填报全阶段。线上平台分类清晰、内容翔实,专门开设中考资讯、公办普高、民办普高、中等职业学校四大板块,分类展示全市各类院校信息。

平台还将第一时间推送官方权威中考政策、志愿填报指南、招生动态等资讯,及时解答升学热点问题。考生和家长只需打开手机,足不出户就能随时随地“云逛展”,碎片化时间即可查阅海量择校信息,打破时间与空间限制。

2026开学季·中考

长沙“后高考经济”升温
专家提醒家长考生理性消费



五一广场的苏宁易购内,不少考生在家长陪同下挑选电子产品。
长沙晚报全媒体记者 刘捷萍 摄

● 长沙晚报全媒体记者 刘捷萍

随着2026年高考落下帷幕,长沙数万考生集中释放的消费需求迅速点燃夏日市场。数码换新、技能充电、文旅休闲……多元消费场景持续升温,“后高考经济”成为拉动长沙消费增长的强劲引擎,勾勒出青春消费的活力图景。

高考结束后,手机、电脑、平板组成的“升学三件套”迎来销售高峰,长沙各大商场数码专区人头攒动。6月13日,五一广场的苏宁易购内,不少考生在家长陪同下挑选电子产品。“考前就和孩子约好,考完换一台新笔记本,算是给三年努力的奖励。”市民刘女士正帮儿子挑选一款轻薄笔记本电脑。湖南苏宁易购相关负责人介绍,高考结束后,数码3C产品销量环比增长500%,手机、平板电脑、智能手表最受欢迎。

国金中心苹果、华为门店同样客流爆棚。“大学学习、社交都离不开数码产品,趁优惠一次性配齐,划算又实用。”刚选购完笔记本的考生小叶说。

告别紧绷的备考节奏,考生们一边忙着“技能充值”,一边享受休闲时光,技能培训、密室剧本杀、健身塑形等业态也迎来消费高峰。

“想利用假期学会游泳,还报了英语口语班,为

大学做准备。”考生小陈告诉记者,身边不少同学都在规划技能提升。牧远驾校相关负责人透露,高考后学员咨询报名量环比增长数倍,学生占比超四成,不少考生组团报名,还能享受团购优惠。

“青春没有售价,快乐即刻出发”,毕业旅行成为考生考后首选,长沙本地景区及国内热门目的地预订量暴涨,文旅消费活力十足。

6月10日,同程旅行发布《2026毕业季出游报告》,截至6月10日,“毕业旅行”关键词搜索热度环比上月增长超300%,16-20岁用户旅游产品订单量环比上月增长35%。长沙位列毕业季国内热门长线游目的地TOP10。

长沙出发的旅游产品预订量同样火爆,北京、云南、重庆及日本、新加坡成为热门目的地。

专家提醒,再热的消费也需保持理性。考生和家长都应培养正确的消费观,根据自身需求和经济实力选择合适的产品和服务,避免盲目消费和攀比。

业内人士表示,“后高考经济”不仅是短期消费热潮,更折射出年轻群体消费升级趋势,商家精准对接需求、创新产品服务,既能抓住当下消费红利,也能培育长期消费市场,为长沙消费持续注入青春动能。

三湘名医在线

健康

肠道也会中风？出现症状应及时就诊

夏季部分人群“肠中风”多发,可从七个方面预防

夏季多发,主要分为三类

● 长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 纪娜

一说起“中风”,大家通常会想到“脑中风”,可能很少有人知道,我们的肠道也会“中风”。近期,长沙各大医院消化内科收治多例“肠中风”患者,大多表现为腹痛、便血、腹泻。什么是“肠中风”?为何夏季多发?如何区分“肠中风”和急性胃肠炎?怎么预防?长沙市第四医院(长沙市中西医结合医院)消化内科主任、主任医师李建国进行了详细解答。

突发腹痛,竟是“肠中风”

一轮降雨过去,天气又热了起来,各种冷饮大行其道。但是吃冷饮、喝冰水一时爽,对有的人来说却是“高危行为”。60岁的李先生喜欢和老友打篮球,每次打完球后都会到附近小卖部买一瓶冰水,“咕嘟咕嘟”喝下去,就是一个“爽”字。近日,他喝下一瓶冰水后不到半小时,突发剧烈腹痛。老友们以为他是胃肠炎发作,立刻把他送到医院,结果却让所有人都大吃一惊——居然是“肠中风”。

无独有偶。近日,68岁的张爹爹突发左下腹阵发性绞痛,伴随腹泻、便血,便后腹痛稍缓解,这种情况持续了3天,吓坏了张爹爹和家人。一家人怀着忐忑的心情来到医院消化内科,医生详细询问病史并进行相关体格检查后,考虑到张爹爹平素身体硬朗、发病时间短、便血量不大,建议完善肠镜检查明确病因,结果提示:“降结肠黏膜充血水肿,散在糜烂、溃疡,血管网消失”。医生告诉张爹爹,他是“肠中风”了,需要住院治疗。

李建国介绍,“肠中风”是缺血性肠病的俗称,是各种原

因引起的肠道血管病变或血液供应不足引发肠壁缺血、缺氧性损伤,轻则腹痛、便血、腹泻,重则还会引发肠坏死、腹腔感染危及生命。

“缺血性肠病易误诊,很多患者一开始以为是吃坏肚子,得了急性胃肠炎,从而误诊就诊。由于该病进展较快,病情严重时可出现肠坏死、穿孔等并发症,若不及时治疗,可能危及生命。”李建国说,普通人可从症状、诱因等角度,区分“肠中风”和急性胃肠炎。

急性胃肠炎患者大多有不洁饮食史,与基础疾病关联较小,整体表现为痛感强烈,腹痛多为绞痛或闷痛,痛感位置游走、压痛明显、揉按可缓解,常伴随腹泻、呕吐、发热、畏寒等感染相关症状。

“肠中风”最典型的症状是急性剧烈性腹部绞痛,常为突发性绞痛或持续性钝痛,定位不明确,可局部或弥漫,多位于左脐、左下腹,多伴有便意,多数在24小时内出现便血症状,多呈鲜红色或暗红色,血与大便混合,并伴有大汗淋漓等症状。还有一些其他消化道症状,如恶心、呕吐、厌食、腹胀、腹泻等。

“进入夏季,因缺血性肠病前来就诊的患者人数有所增加。”李建国表示,夏季气温高,人体血管处于一种扩张状态,出汗增多,体内血液重新分布,肠道血流量相对减少。如果水分补充不及时,血液黏稠度会进一步升高,易诱发肠道缺血。如果在剧烈运动或高温作业后,马上喝大量温度极低的冷饮,或是即刻吹空调、洗冷水澡,可能导致全身血管收缩痉挛,血液黏稠度增高,出现凝血引起血管堵塞。而胃肠道往往首当其冲,大量冷饮进入胃肠道内可能会引起肠壁内血管收缩、黏膜缺血坏死,增加“肠中风”发病风险。

缺血性肠病有明显的高发人群,其中心血管疾病患者(尤其是房颤患者)易形成血栓,血栓脱落便可能堵塞肠道血管;高血压、动脉粥样硬化患者血管弹性变差、管腔狭窄,患该病的风险显著增加;糖尿病、高血脂等代谢疾病患者血液黏稠度较高,也属于高危群体。此外,老年人群和夏季频繁进行户外运动、大量出汗的人群也需提高警惕。

具体而言,缺血性肠病主要分为三类:

急性肠黏膜缺血,最为凶险,多由血管突发堵塞,进而造成肠道大面积坏死引发,腹部剧痛难忍。普通止痛药物效果有限,病情进展迅速,常伴随恶心、呕吐、便血等症状。

缺血性结肠炎,最为常见,以轻度突发绞痛为主,发病后短时间内多会出现便血,若未能及时干预,可能发展为肠坏死。

慢性肠系膜缺血,较为普遍,典型表现为规律性餐后腹痛,疼痛感通常在餐后半小时左右出现,持续1至3小时。

李建国提醒,一旦出现腹痛、便血、腹泻这三个“肠中风”最常见的症状,患者应第一时间前往医院就诊,切勿居家观察拖延病情。发病后不可自行服用止痛药物,以免掩盖病情,影响医生诊断。明确诊断前,建议暂时禁食、禁水,为后续检查与治疗做好准备。

预防“肠中风”,需做好七点

炎热的夏季,应如何预防“肠中风”?李建国提醒大家注意以下七个方面:

- 及时补充水分,避免脱水造成血液黏稠度升高;
- 低盐、低脂饮食,避免饱食以及摄入过多的油脂;
- 规避大幅度冷热刺激,减少冰镇饮品摄入,防止肠道血管受刺激发生痉挛;

●定期体检,患有冠心病、高血压、高血糖等基础性疾病的人群,需规范控制血压、血糖与血脂,遵医嘱合理使用抗血小板类药物,减少血液黏滞度,避免缺血性肠病的发生;

- 日常保持规律作息,坚持适度运动,促进全身血液循环,避免血液淤滞;
- 多吃蔬菜、水果,保持大便通畅,便秘患者不要用力排便;
- 激素类、化疗类等特殊药物可能成为发病诱因,要在医生指导下谨慎使用。

