看房的多了，带看回升七成

9月长沙内六区二手商品住宅成交4934套，同比增30.6%

长沙晚报10月14日讯（全媒体记者 孙占锋）看房的人回来了，房东的报价松了，二手房买卖双方都有新变化！14日，普睿监测数据显示，9月长沙内六区二手商品住宅成交4934套，同比增30.6%；渠道带看38837次，环比增长71.1%。买方回流与卖方让价同时出现，成交规模却仍在回落，9月的市场，正从这组落差中释放出新的信号。

9月长沙内六区二手商品住宅统计数据

成交**4934**套，同比增**30.6%**
渠道带看**38837**次，环比增长**71.1%**
成交均价**7985元/㎡**，环比降**0.4%**
渠道平均成交周期**216**天
新上挂牌**12616**套，环比增加**14%**
月末挂牌总量**84243**套

制图/何朝霞

扫码看辣视频
二手房人气看涨

买方回流，卖方让价
二手房看房身影重新多起来

“这两周，约看的电话明显变多，房东也愿意坐下来聊价格。”14日，在开福区某大型小区内，一名二手房中介正带着一对刚需夫妻看房，边走边介绍。

“户型和视野都满意，就是预算卡得紧，房东这边还能再让一点吗？”客户陈女士的话立马得到房东在一旁坦诚回应。

数据显示，找房、看房、实地比较三个环节一起回升。9月关注人数49200人，环比增长64.0%；带看38837次，增长71.1%；浏览量299.2万次，增长57.2%，带看与关注已略高于7月水平。8月还在放缓的三个环节，9月重新热闹起来。

价格端的变化来得更深。1107个可比挂牌小区中，87.7%下调了挂牌均价，而8月这一比例还只有28.0%；全市挂牌均价降至10100元/㎡，单月下降1.5%，为2024年10月有记录以来最大降幅。报价大面积松动的同时，成交均价7985元/㎡、环比仅降0.4%，首次落到8000元/㎡以下。

9月，渠道平均成交周期由234天缩短至216天，看房机会增加，已达成的交易推进更快；但全月成交笔数仍在回落，让价传导为成交还需要时间。

供给加压，结构分化
市场转向品质与服务比拼

供应端也在加速进场。9月新上挂牌12616套，环比增加14%，月末挂牌总量84243套，连续第11个月增加，去化月数升至15.8个月。增量更多集中在低预算段：70万元以下挂牌单月增加1435套，达到26237套，单价6000元/㎡以下房源增加1391套。

“预算有限，先解决居住需求，用房龄换总价，我能接受。”看房的李先生坦言，低总价与老房源更符合自己的需求。数据显示，9月，长沙房价90万元以下成交3004套、占60.9%，与8月基本持平；在已知房龄的成交样本中，20年以上房源成交590套、增长8.3%，5年以内房源430套、下降17.9%。

业内人士分析，当供给放量、报价普降成为常态，市场比拼的不再只是价格，维护状况、物业能力与口碑记录，正在和报价一起进入买家的比较清单。看房增多，但并非所有房源都能转化成交。部分小区即便大幅降价，购房者实地看完物业、小区环境后，依然选择放弃。

对购房者而言，价格回落后可挑选、可比较的空间更足，按需择优、理性出手成为主流；对市场而言，“以价换量”的粗放阶段正在过去，品质与服务成为赢得流速的关键。

上接1版

党代会报告提出，深化长株潭国家自主创新示范区建设，争创国家区域科技创新中心，联合开展招商引资、招才引智，探索建立权责清晰的利益共享机制，共同构建梯次分布、链式配套、错位发展的产业协同体系。这是路线图，更是动员令。

以全球研发中心为牵引，长沙携手株洲、湘潭，推动自创区提质升级。目前，自创区技术合同成交额超2200亿元，培育形成5个国家先进制造业集群、5个国家创新型产业集群，“自主创新长株潭现象”持续放大。数字无声，见证着三市从“物理相邻”到“化学相融”的深刻嬗变。

产业协同，链上发力。持续实施产业创新协力协同行动，出台《长株潭一体化产业发展指导目录》，衡长株潭特高压输变电装备入选国家先进制造业集群，工程机械、新一代自主安全计算系统产业集群迈向世界级，数控磨床集群晋级国家中小企业特色产业集群。雨韶产业园、雨华产业园等飞地园区加快建设，渌口（长沙）飞地孵化器成功组建。长沙联合株洲、湘潭共同参与长沙国际工程机械展、港洽周、北斗规模应用国际峰会等活动，共塑都市圈整体形象。

从单打独斗到抱团出击，从各自为战到链式协同，长沙携手株洲、湘潭，以科创协同做强产业极核，让都市圈高质量发展的动能更加澎湃。

同城共享，幸福加码

党代会报告提出，加速教育、医疗等优质资源共享，推进政务服务“三市通办”优化提质。近日，三市行政审批服务（数据）部门联合发布2026年长株潭政务服务一体化“跨域通办”拓展事项清单，新增29项高频政务服务事项。

市民刘女士对此深有感触：在长沙办理个体工商户注销时，需要同步注销湘潭名下经营资质，以往必须跨城跑腿，如今依托跨域通办机制，在长沙即可全程网办、一次办结，免去来回奔波之苦。

截至目前，三市累计实现375项政务服务事项跨域通办、300余种电子证照互通互认。今年1至8月，长沙累计办理株洲、湘潭跨域通办业务超6万笔，区域政务协同效能持续释放。

民生便利延伸至医疗、人才、文旅多个领域。长株潭198家医疗机构接入“三医一张网”，341项检查检验结果互认；383名高层次人才实现联评互认；长沙出台“演艺新空间十条”扶持政策，其外溢效应带动株洲、湘潭演艺业态联动发展，“长株潭演艺一卡通”实现一卡看遍三地演出，让三市群众共享文化盛宴。

绿心共护，生态惠民

这个国庆假期，长株潭生态绿心成了三市群众家门口的“诗和远方”。绿道蜿蜒，帐篷点点，骑行、散步、露营的人群，把欢声笑语留在青山绿水间。

这片绿心，是天然的“城市氧吧”，也是产业转型的“试验田”。长株潭以专项立法引领绿心共护，绿心条例、绿心准入办法、正负面清单相继出台，绿心绿色转型发展行动方案正式落地。雨花绿心获批全省湘林碳票应用区，为绿心生态价值转化探索新路径。跳马片区绿道二期、湖湘绿厅（长沙片区）、三市峰等项目加快推进。

党代会报告再次强调，推动生态绿心加快绿色转型发展。长沙锚定目标，重点做好三篇文章：护绿固本，推进大气、噪声、水环境综合整治，抓好矿山修复、水土流失治理，筑牢生态安全屏障；点绿成金，抢抓全运会筹办机遇，联动湘江江心洲岛开发，推动生态与文旅康养融合，把生态优势转化为发展优势；以绿惠民，完善绿心地区“六张网”基础设施，规划建设1000公里骑行步行绿道，推广绿色能源，让绿心群众生活更便利、更舒心。

面向未来，长沙将更好发挥长江中游地区中心城市作用，深化与武汉都市圈、南昌都市圈联动发展，主动对接长三角一体化、粤港澳大湾区，引领长株潭都市圈在更高水平上协同发展。湘江潮涌，三城同心；攀高攻坚，向新图强。

退税做减法，按下“质量升级键”

曹开阳

财政部、税务总局近日联合发布公告，自2027年4月1日起，我国新能源汽车增值税出口退税率由13%下调至9%，退税率以出口报关单日期作为界定标准。这一举措，给一路高歌猛进的新能源汽车出海按下了“质量升级键”，也向全行业释放清晰信号：中国新能源车出海，正在告别依靠退税红利跑马圈地的时代。

很多人会有疑问：正当国产新能源汽车在全球市场势如破竹之际，为何要下调出口退税率？答案藏在行业蓬勃发展的成绩单中。如今以比亚迪、奇瑞、吉利为代表的自主品牌，已在海外市场站稳脚跟，交出了亮眼的出口答卷。乘联会数据显示，今年9月国内新能源乘用车出口55.8万辆，同比大涨163.5%，其中比亚迪单月海外出口175877辆，奇瑞85990辆，吉利72893辆，三家头部企业扛起了国产新能源车出口的半壁江山。上半年，奇瑞、比亚迪、吉利海外出口量分别达到93.15万辆、76.93万辆、47.25万辆，海外市场已成为车企最重要的增长曲线。

产业做大之后，新的矛盾随之显现。在行业高速扩张背景下，部分企业把出口退税当成竞争武器，依靠退税补贴打起价格战，把国内的低价内卷复制到国际市场。这种模式看似短期拉动出口数字，却埋下多重隐患：一方面低价倾销容易授人以柄，加剧海外贸易摩擦，招来各种“调查”；另一方面，一味拼价格会削弱企业研发投入动力，陷入“重规模、轻利润、轻品牌”的恶性循环。政策适时下调退税率，不是要打压汽车出口，而是挤掉行业的政策红利泡沫，遏制无序低价竞争，推动行业优胜劣汰，引导产业从“以量取胜”转向“以质取胜”。同时，政策设置了长达半年多的过渡期，给车企留出充足时间调整经营策略，体现出政策调控的审慎与柔性。

笔者认为，退税率下调，行业格局分化将成为必然，也将深刻重塑国内新能源汽车产业，甚至撬动全球汽车产业的发展走向。

对于头部龙头企业而言，冲击相对有限。比亚迪、奇瑞、吉利已经加速推进产能出海，在巴西、匈牙利、西班牙等地布局整车工厂，实现本地化生产。在海外建厂生产销售的车辆，不再受国内出口退税政策变化的约束，能够对冲退税率下调带来的成本压力。反观那些主打低端走量、利润微薄、没有能力布局海外工厂的中小车企，则会直面生存压力，4个点的退税缩减，很可能直接吞噬企业微薄的出口利润，一部分缺乏核心技术的企业将逐步退出海外赛道，行业资源进一步向龙头集中。

长远来看，这一举措将倒逼国内车企苦练内功，把重心放到技术迭代、品牌建设、海外本地化运营上来。过去部分企业靠退税红利就能做出口生意，如今红利退坡，想要站稳海外市场，必须靠三电技术、智能化水平、产品品质说话。当中国车企不再依靠价格“杀出重围”，转而用产品力、品牌力参与全球竞争，也会改变全球汽车市场的竞争逻辑。过去全球新能源车市场比拼的是低价，未来会转向技术、服务、本地化产业链的综合较量。全球新能源汽车的产业分工、产品定价体系都将迎来改写。

说商道市

一起身就头晕？当心体位性低血压

频繁发作可能引发意外 出现相关症状要注意五方面问题

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 纪娜

“医生，我每次一起床或从沙发上站起来，就感到眼前发黑、头晕、站不稳，是不是体虚啊？”近日，在长沙市第四医院专家义诊现场，57岁的市民林女士的疑问道出了许多人的困惑。蹲久了猛地起身眼前一黑、早上睡醒刚坐起来天旋地转、有时脑子“嗡”地一下短暂失神……这些看似寻常的身体反应，常被许多人归咎于“体虚”“没睡好”，歇一歇便不再理会。医生提醒，这可能是体位性低血压发出的预警信号，若不重视，下一次或许就会直接摔倒在地，引发骨折、颅脑损伤等严重后果。



漫画/余宁山

反复头晕的原因竟是体位性低血压

很多人觉得高血压会引发头疼、头晕、心慌等症状，甚至会导致脑出血、脑梗塞等严重后果。于是，很多人羡慕“低血压体质”，觉得血压低不会得脑梗、心梗，连医生都不用看，其实这种想法大错特错。

最近一段时间，76岁的董大爷经常头晕、眼冒金星、四肢无力，于是来到医院治疗。入院后，董大爷做了一系列检查，奇怪的是，动态心电图、头颅核磁、颈部血管超声等检查都显示没问题，监测了几天的血压也在正常范围内。一次查房时，董大爷再度向医护人员抱怨头晕得起不来床，想活动一下都晕得厉害。护士取来血压计，让董大爷躺着量了一下血压，126/78毫米汞柱；坐起来再量血压，94/62毫米汞柱；站起来又量一遍血压，88/53毫米汞柱。这样，原因找到了——导致董大爷反复头晕的竟是体位性低血压！

无独有偶，市民李女士因体位性低血压摔倒，导致颅底骨折。近日，李女士蹲在地上拆快递准备起身的瞬间，眼前猛地一黑，整个人不受控制地向前栽去。几秒钟后她被家人叫醒，头晕的感觉已经退去，事后除了后脑有些隐隐作痛，并无其他不适，她便没将此事放在心上。第二天，她发现自己变成了“熊猫眼”，去医院就诊，经颅脑CT检查，被确诊为“颅前窝骨折”。接诊医生仔细问诊后表示，其幕后推手是日常生活中极易忽略的“隐形杀手”——体位性低血压。

注意区分体位性低血压、贫血、低血糖

“当人从躺着、蹲着的姿势突然站起时，3分钟内收缩压下降超过20毫米汞柱，或者舒张压下降超过10毫米汞柱，同时伴有头晕、眼前发黑等症状，就属于体位性低血压。”长沙市第四医院心血管内科学科带头人、心血管内科三病区主任、主任医师蒋志明表示，体位性低血压又称直立性低血压，是由于体位的改变，多数是从平卧位突然转为直立位，或者站立时间过长出现的血压下降。

除了最典型的体位变化后头晕、眼前发黑，体位性低血压还有几个容易被忽略的信号。比如，站立时心慌、手抖、出冷汗，感觉脚底下像踩了棉花，站不稳。有些人还会出现短暂的视物模糊、耳鸣，甚至一过性意识丧失，也就是“晕过去几秒又自己醒过来”。

很多人误将体位性低血压当作贫血，实际上，贫血是体内红细胞或血红蛋白不足，没法给全身输送足够氧气，症状是持续性的，比如整天没力气、脸色蜡黄、指甲变薄变脆，哪怕躺着不动也会头晕。而体位性低血压的发作则与体位变化有关。

还有不少人一感到头晕、心慌、站立不稳，第一反应往往是“低血糖”。尽管两者在症状表现上有部分重叠，但体位性低血压与低血糖在发生原因、关键症状、缓解方式等方面都存在本质区别。首先，体位性低血压的核心诱因是体位的突然改变，而低血糖则是因为能量不足，如饥饿、降糖药过量、运动过度等；体位性低血压最典型的症状是头晕、眼前发黑，但低血糖导致的头晕远不如前者剧烈和突然，更多会伴有出冷汗、心慌、手抖等症状；从缓解方式来说，体位性低血压在平卧或坐下后，症状通常能迅速缓解，而低血糖需要补充糖分（如进食、喝糖水）后才会逐渐缓解，并不会因为体位改变而情况好转。

四类人群是体位性低血压的高发群体

“体位性低血压看似小事，但频繁发作可能会导致摔倒造成骨折，甚至诱发心脑血管意外，不能掉以轻心。”蒋志明表示，四类人群是体位性低血压的高发群体。

第一类是65岁以上的老年人，随着年龄增长，交感神经功能退化，血管调节能力下降，三成以上的老年人都有这个问题；第二类是长期卧床的患者，下肢肌肉萎缩，没法帮助静脉血液回流，突然起身时血压掉得更快；第三类是正在服用降压药、利尿剂、抗抑郁药的人群，这些药物会干扰血管收缩和血容量平衡；第四类就是年轻人，长期熬夜、节食减肥、久坐不动，交感神经的调节储备不足，偶尔一次猛起身就会中招。不少人以为自己只是“体虚”，其实可能已经踩中高危诱因。

如果出现体位性低血压的症状，要注意以下五个方面的问题：

别硬撑着站立。尤其是在楼梯、马路边这些危险地方，很容易摔倒造成骨折或者颅脑损伤，所以要立刻找地方坐下或者躺下，把双腿抬高到高于心脏的位置，比如用枕头垫在腿下面，让堆积在下肢的血液快点回流到心脏和大脑。

不要猛灌大量水。小口喝一口温白开水就够了，等症状完全缓解（1到2分钟），再慢慢起身。如果在户外没有依托的地方，就慢慢蹲下，用手撑住膝盖，稳住身体再慢慢站起来。

起床“三个半分钟”法则，是临床反复强调的基础预防手段。醒了之后先躺着不动半分钟，再慢慢坐起来靠在床头半分钟，最后把双脚垂在床边坐半分钟，再扶着桌子站起来。这个简单的动作，能给交感神经足够的时间调节血压，把体位性低血压的发作概率降低七成以上。

蹲下、起身都放慢速度。比如蹲久了，先撑着膝盖慢慢直起身，停个两三秒再迈步；从椅子上起来时，先扶着扶手缓一下，别着急站起来。

此外，别让身体缺水缺盐。很多年轻人为了减肥刻意少吃盐，或者运动出汗多不及时补水，导致血容量不足，诱发体位性低血压。每天喝1500毫升到2000毫升的温水，运动出汗多的时候可以加一点点盐，或者喝一瓶淡盐水，维持正常的血容量。

昼夜温差超10℃ 四大常见病进入高发期

长沙晚报10月14日讯（全媒体记者 杨蔚然 通讯员 青婷）目前长沙的清晨、夜间寒意明显，昼夜温差常突破10℃，属于典型的凉燥天气。湖南航天医院中医科主任、主任医师黄杰斌表示，不同于初秋的温燥，此时燥邪裹挟寒气，人体受一冷一热反复刺激，呼吸道、心脑血管、脾胃、关节疾病进入高发期。

呼吸道疾病。凉燥最易伤肺，此期不少人会出现咽干咽痒、干咳少痰、鼻子干痛、嘴唇起皮的现象。过敏性鼻炎、慢性咽炎、支气管炎容易复发，老人、儿童抵抗力弱，容易感冒诱发咳喘。因此，早晚出门要戴好口罩，护住颈部大椎，否则冷风直吹极易导致咳嗽、鼻炎出现；室内保持湿度40%至60%，干燥时可用加湿器；可用淡盐水洗鼻、漱口，减少燥邪刺激；少吃辛辣、烧烤食物，以免加重口鼻干燥。

心脑血管疾病。早晚低温，血管遇冷收缩，血压容易波动升高。高血压、冠心病人群，清晨是高危时段，容易出现头晕、胸闷症状，增加中风、心梗风险。不要清晨过早外出锻炼，尽量选上午9至10时气温回升后活动；坚持规律服药，定时监测血压，不要自行停药减药；保持平和心态，秋凉情绪压抑、暴怒都会诱发血压飙升；少量多次喝温水，防止血液黏稠。

脾胃虚寒、肠胃不适。冷热交替，此时如果贪凉，容易出现胃痛、腹胀、拉肚子、食欲下降等症。要少吃冰水果、冰奶茶、生食，水果尽量吃常温的，晚餐不宜过饱。

关节疾病。颈肩腰腿痛，老寒腿寒邪侵入经络后，气血运行不畅，关节僵硬、酸痛，颈椎、膝关节不适加重。这主要与气温下降、血管收缩、关节局部血液循环变慢有关，加上寒湿之气重，老毛病易复发。预防要遵循“寒露脚不露”，不再露脚踝，穿好袜子；注意腰、膝盖保暖；睡前温水泡脚，温通经络。

黄杰斌提醒，进入秋天后，要从多个方面引起重视，饮食上要注意滋阴润燥，兼顾护阳，不适合大量吃寒凉清火食材。推荐食疗方如百合银耳莲子羹、山药小米粥、菊花麦冬甘草茶、桂花枸杞红茶。代茶饮属于食疗，不能替代药物，有基础疾病者、孕期妇女，饮用前建议咨询中医师。

不宜目秋冻。昼夜温差大，老人、高血压、心肺基础病人群，不建议硬扛秋冻，早晚及时添衣，护住颈、腹、脚踝三处。每晚尽量在11时前入睡，不要熬夜，以免耗伤阴液，加重秋燥、血压不稳。

运动上微微出汗即可。推荐快走、练八段锦、打太极拳。不宜出大汗，否则会耗损阳气，运动出汗后及时擦干，避免吹风受凉。

情志上防悲秋。秋风萧瑟草木凋零使人伤感，更要保持平和心态，多晒太阳，适度户外活动，减少血压波动。

如果出现持续干咳、胸闷胸痛、血压骤升、关节剧烈疼痛等不适，需及时到医院就诊。还可适当进行中药调理、穴位按揉、艾灸、耳穴压豆等中医特色疗法，平稳度过凉燥秋天。