

穿越时空上演湘西往事

马栏山出品的媒体艺术作品《德夯幻境》，带领参与者体验沉浸式5D苗境喜宴剧场



《德夯幻境》以天然山水为舞台，美不胜收。受访者供图

马栏山出品，持续讲好中国故事

巍峨的峡谷下方化作天然剧场，德夯苗寨穿越时空上演湘西往事。穿过热闹非凡的酒坊，踏上喜气洋洋的火堂屋，沈从文先生化身展卷人，将一幕幕场景间的故事娓娓道来……日前，由马栏山出品的媒体艺术作品《德夯幻境》在吉首德夯苗寨试演，带领参与者体验沉浸式5D苗境喜宴剧场。

“剧+演+宴”融合带来全新沉浸式体验

在德夯苗寨内，全新的艺术作品《德夯幻境》令人惊艳。《德夯幻境》充分发挥媒体艺术的长处，以天然山水为舞台，美不胜收。室外舞台正对着德夯大峡谷的高耸奇峰，当夜幕降临，演出开启，原本隐匿在黑夜中的山体被灯光点亮，龙腾凤舞的画面在岩石上闪现，带来的视觉冲击无与伦比。远处的流沙瀑布虽然无法直接收入舞台，但导演用天才般的创意实现了山水交融，水舞台的设计不仅营造了灯火阑珊的梦幻境界，还带动了水火交融的奇景创意。

导演李彦介绍：“男人如山，女人如水，我们的目的不是要破坏自然，而是要还原此情此景，把自然融入舞台细节中。”

一声“上酒咯”后，欢乐喜庆的音乐将参与这次喜宴的宾客迎入桌前，热情的苗寨姑娘为客人换上当地特有的餐具。60分钟的时间内，参与者的视界将被分为三部分：桌前更替的餐具与当地特色的餐品；舞台上随着故事推进而逐渐沉重的历史；抬头望向舞台上，始终葱郁的大峡谷。

湘西有着浓郁的民族风情、厚重的历史文化与神奇的山水风光。李彦正是以此为基础，创作了《德夯幻境》。作为刚刚入驻马栏山的中国新生代文艺导演，去年李彦创作的《恰同学少年》于5月19日在橘子洲正式公演，获得了各方如潮的好评。

而与《恰同学少年》主要在室内演出不同，《德夯幻境》进一步尝试了室内室外相结合的模式。室外部分以著名的德夯大峡谷、德夯苗寨作为背景，自然的环境与光影、音乐、戏剧、公共艺术、体感交互和多终端数控技术叠加起来，营造出一个似剧非剧、似演非演、似宴非宴、似寨非寨的沉浸式体验空间。

《德夯幻境》在本次试演后，将根据各方意见进行修改打磨，在今年7月正式于德夯苗寨进行公演。

李彦导演也在试演后的媒体采访中透露：“在今年上半年正式入驻马栏山后，团队加快了文旅产品的研发进度，将为打响‘马栏山出品’品牌贡献媒体艺术力量。”

目前团队除了刚刚完成试演的《德夯幻境》外，今年创作计划还有讲述屈原的《竹海幻境》、讲述苏轼的《岭南幻境》。

其中《竹海幻境》打破常规节目流程方式，利用全原创的非线性戏剧方式串联，采用“护竹人”这一人物形象，他与屈原以“展卷人”的身份，化作“竹海旅者”，带领观众三见竹海。项目整体将以“间”作为空间布局的顶层设计，在间隙之间，可见竹海青山隐隐、桃花江水波光粼粼；在疏密之间，若隐若现之间绽放。届时观众的感观将如诗人陶渊明所说的那般“山有小口，仿佛若有光”，走进便是竹海幻境。

从沈从文到屈原再到苏轼，过去李彦的作品更侧重于艺术实验，拓展内容表达与技术呈现的边界，而随着文旅融合的不断深化与推进，越来越多的媒体艺术作品得以成为常态化演出的文旅融合项目。

“我们希望能把传统的内容，用一些新的方式呈现给大家。”李彦说道，“未来十年，我们都将持续为一个目标而奋斗，那就是讲好中国故事。”

文体

两千年不腐 马王堆辛追如何保存

专家揭秘“整体-细胞-分子”三级保护模式

长沙晚报6月8日讯(全媒体记者 杨云龙 通讯员 潘爱华) 在2023年6月10日第18个文化和自然遗产日即将到来之际，湖南省马王堆古尸和文物研究保护中心的专家们来到长沙卫生职业学院，举行“马王堆文化遗产保护、研究与传承”专题讲座，从医学的角度重点阐述了马王堆古尸“整体-细胞-分子”三级保护模式。

1972年，湖南省长沙市马王堆的汉朝墓地出土了一具女尸，她的身份是西汉长沙国丞相、轪侯利苍的妻子辛追。这具女尸出土时，经两千多年而不腐，保存新鲜、完整，四肢关节可以弯曲伸展，毛发尚在，皮肤柔软，血管清晰可见，栩栩如生，宛如沉睡。此前，世界上发现了木乃伊、冰尸、泥炭沼干尸等类型古尸，而马王堆出土的浸泡在液体中的“湿尸”实属罕见。因而，辛追夫人的尸体被誉为“东方睡美人”，被认为“创造了世界尸体保存记录中的奇迹”。

马王堆汉墓古尸出土前，为什么能在两千多年时间里保存完好？根据专家们的分析，至少有几个条件：深埋、密封、相对无菌。进入21世纪以后，依托湖南省马王堆古尸和文物研究保护中心的科研力量，形成了独特的湿尸类文物保护技术

和模式——“整体-细胞-分子”三级保护模式。

因此，在长沙卫生职业学院举行的“马王堆文化遗产保护、研究与传承”专题讲座上，湖南省马王堆古尸和文物研究保护中心主任、国家级教学名师罗学港教授以《马王堆古尸发现、研究与保护》为主题，从医学的角度重点阐述了马王堆古尸“整体-细胞-分子”三级保护模式的建立，以及今后马王堆古尸的重点研究方向。

“这个保护模式的基本理念，是建立古尸保存环境模拟体系。”罗学港教授说，主要做法是：将古尸浸泡在有效保存液中，并置于恒温、恒湿环境，防止古尸整体腐败；建立层流空气净化系统，减少霉菌和其他微生物的侵袭，将保存液调控至等渗状态，避免细胞肿胀和脱水，建立古尸保存微环境的调控和动态检测体系，将保存液的pH值稳定在中性状态，减缓骨组织脱钙和蛋白质降解，实现古尸分子水平的有效保存。

随后，湖南博物院董鲜艳研究员进行了《纺织品文物保护修复漫谈》的学术报告，她深入浅出地讲解了马王堆汉墓纺织品文物修复与保护。全场讲座生动活泼、主题鲜明，300多名师生积极提问，专家们妙语连珠，活动气氛达到高潮。

健康

责编/杨蔚然 美编/何朝霞 校读/刘芳

端午服安宫牛黄丸防中风？专家劝你别盲目

安宫牛黄丸是急救用药不能预防脑中风，健康人群服用不仅不能排毒，甚至还可能引发中毒

长沙晚报全媒体记者 徐媛

端午节临近，安宫牛黄丸摆上了药店的C位。

近年来，越来越多的人认为五月初五吃安宫牛黄丸有驱邪避毒的功效。70多岁的李大爷听说安宫牛黄丸不仅可以排毒，还可以预防中风，打算让孩子多给他备一点。

安宫牛黄丸真的可以预防中风吗？健康人群将它当做保健品服用有什么危害？对此，湖南中医药大学第一附属医院伍玉南副主任医师进行了答疑。

安宫牛黄丸是急救用药 不能预防脑中风

“我们药店有3个品牌的安宫牛黄丸，最低价格79元一颗，最高的598元一颗，价格不同主要是原材料人工和天然的区别。”近日，记者在芙蓉区一家药店看到，安宫牛黄丸的宣传海报贴在大门玻璃上，走进药店，精美盒装的安宫牛黄丸摆放在进门的显眼位置，药店工作人员介绍，近期安宫牛黄丸的销售量增加不少，很多人打算在端午节期间服用。

前来购药的肖女士说，前段时间片仔癀涨价上了热搜，听说安宫牛黄丸也要涨价了，打算多囤一些在家。肖女士的父亲有多年高血压，每年她会给父母购买安宫牛黄丸，“没病防病，有病治疗，出现中风等情况，还可以减少后遗症。”肖女士对记者说。

对此，伍玉南表示，中风时立即服用安宫牛黄丸可减少后遗症的说法，并未得到科学证实。中医所说的中风，对应着西医的急性脑血管病。中医将中风分为三大类：中经络、中脏腑和恢复期。安宫牛黄丸只对于中风中脏腑，也就是对已经出现昏迷的患者有一定的促醒作用，但是目前研究并未发现其具有减少中风后遗症的功效。

“安宫牛黄丸是急救用药，不能预防脑中风。如果将其当成日常保健品，是一个大大的误解。健康人群服用安宫牛黄丸，不仅不能排毒，甚至还可能引发中毒。”伍玉南解释，安宫牛黄丸中的朱砂和雄黄有一定的毒性，并不适用于日常大量服用或者久服，其毒性会引起全身皮肤丘疹样斑块、瘙痒，也会影响到全身各个系统，严重的可能会危及生命。

中风的预防主要从日常饮食、生活上进行调整，做到低盐低脂饮食，多喝水，适当运动。同时，要预防动脉粥样硬化的形成，控制好血压、血糖、血脂等指标，这样才能真正减少引发中风的危险因素，降低其风险。

端午节临近，各大药店迎来安宫牛黄丸的销售旺季。专家提醒，将其当成日常保健药是个大大的误解。健康人群服用安宫牛黄丸，不仅不能排毒，甚至还可能引发中毒。

长沙晚报全媒体记者 徐媛 摄



寒凉药物吃太多，容易损伤人体的阳气

日常调养身体，不可盲目用药。

在药店、网络上，市民可以看到这样的宣传，“夏至已至——安宫牛黄丸最佳服用时间”“端午九毒日，安宫来解忧”“三伏天各来一颗安宫牛黄丸”……

一些市民便想着通过安宫牛黄丸排毒、解暑，殊不知，不仅达不到目的，还可能对身体造成损伤。这是因为，中医所讲的清热解毒药和解暑的概念并不相同。

中医认为，夏季养生的关键之一是养阳气。而安宫牛黄丸属于极其寒凉的药物，吃多了容易损伤人体的阳气。现代人的许多生活方式已不断损

片仔癀和安宫牛黄丸均含麝香，孕妇及运动员慎用

近年来，片仔癀似乎成为了能治百病的灵丹妙药。网上可以看到“哮喘可以吃片仔癀吗”“片仔癀对癌症有什么功效”等各类咨询。近日，片仔癀再次调整了市场零售价格，一锭3克的片仔癀，从590元涨到了760元，是历次提价中幅度最大的一次，引发大家的热议。

那么，片仔癀到底治什么病？伍玉南介绍，片仔癀主要由牛黄、麝香、三七、蛇胆组成，主要功效是清热解

毒，凉血化淤，消肿止痛，用于热毒血淋所致急性病毒性肝炎，痈疽疔疮，无名肿毒，跌打损伤及各种炎症。

有的市民将片仔癀当做保肝药，喝酒前服用片仔癀、熬夜、怕伤肝也服用片仔癀。其实，与安宫牛黄丸一样，片仔癀也并非保健品，不建议自行购买片仔癀来护肝，而需要根据医生指导服药。

虽有一些动物试验和体外试验表明，片仔癀可以通过促进酒精分解，降低血液中的乙醇浓度，并且减轻酒精对肝脏的损害，减少自由基的生产，从而起到保护肝脏的作用。但无论是酒精性肝病、脂肪肝和慢性乙肝的相关指南，还是专家共识推荐的中医治疗方法，都没有推荐通过片仔癀来护肝。

此外，片仔癀和安宫牛黄丸中都含有麝香，都不适合孕妇和运动员服用。

告别五大联赛 梅西加盟迈阿密国际

新华社巴黎6月7日电 结束在“大巴黎”的两年征程后，梅西曾一度接近重返巴塞罗那。可惜诺坎普的宠儿终究没能回到梦开始的地方。梅西在7日官宣加盟美国职业大联盟球队迈阿密国际，35岁的阿根廷“球王”至此告别欧洲五大联赛。

“我不会回到巴萨了，我会加盟迈阿密国际。”梅西率先通过采访宣布了自己的决定，“我真的很希望回归巴塞罗那，但考虑到我离开时经历的事情，我不愿再遭遇那样的处境——等待事情将如何发生，将未来交到别人手中。”

2021年8月，巴萨俱乐部遭遇经济危机，无法满足续约梅西的财务要求，阿根廷人被迫离开效力21年之久的母队。加盟巴黎圣日耳曼俱乐部后的两个赛季，虽然随队两夺法甲冠军，但由于球队未能在欧冠联赛取得突破，

18人参赛，目标满额奥运门票 中国跳水队7月出征福冈世锦赛

新华社北京6月8日电 (记者 高萌、周欣)全红婵、陈芋汐、张家齐和王宗源四位东京奥运会冠军领衔的中国跳水队将出征7月举行的2023年福冈游泳世锦赛，力争第一时间锁定巴黎奥运会满额参赛门票。

本次出征的中国跳水队共18名运动员。领队周继红7日表示，在去年的布达佩斯世锦赛上中国跳水队包揽了13枚金牌，福冈若想续写辉煌面临一定的挑战。

“在福冈再次实现包揽还是有挑战的，尤其是一些项目的对手比较强。但我们还是要坚定信念，争取好成绩。”周继红说。

她解释道，本次出征世锦赛的阵容有许多新变化。其中“新人”龙道一与王飞龙是首次参加世锦赛。组合方面，王宗源与龙

道一组成的男子双人3米板组合在今年4月的西安跳水世界杯首度亮相便一炮打响，福冈世锦赛他俩将继续搭档。此外，张家齐将与年轻选手王飞龙搭档参加混合双人10米台的比赛。

“增加大赛经验、适应国际大赛的节奏和氛围是这些新组合的参赛目标。”周继红说。周继红还表示，“拿到巴黎奥运会参赛资格”是中国跳水队在福冈的首要目标。“我们的硬性指标就是要第一时间拿到满额的奥运会参赛资格。双人取得前三名才能拿到资格，单项是取前12名；第二目标是争取能够取得好成绩。”

接下来，国家队将会在世锦赛前进行两次队内测验，进一步打磨动作，帮助运动员提前适应比赛氛围。

咳嗽便秘失眠 试试中医的脐灸疗法

长沙晚报6月8日讯(全媒体记者 杨云龙 通讯员 康芳) 小月(化名)最近一直咳嗽有痰、嗓子干痛，吃了多种药都不见效，近日她来到长沙市第四医院中医护理门诊就诊。该院中医科主任李洁芳主任医师通过脏腑辨证后，发现她属于肝火犯肺型(肝经气犯肺，使肺失清肃)，建议采用脐灸疗法进行治疗。

脐灸第一炷后，小月就狂咳不止(排病反应)；脐灸第二炷后，咳嗽缓解；脐灸第三炷时，她不再咳嗽。“咳嗽明显减轻，喉咙也舒服了，感觉全身都很轻松。”小月说，“脐灸真的好厉害。”

脐灸后，护士观察小月舌质由红变淡红，代表患者由血热转变为真实本质虚寒。一般而言，舌苔由厚、腻、黄、白、黑等；呼吸类疾病，如咳嗽、感冒等；代谢类疾病，如小便不利、肥胖等；儿科类疾病，如积滞、呕吐、厌食、遗尿、过敏性鼻炎等；神经类疾病，如不寐、多梦等；妇科疾病，如月经不调、痛经、带下、崩漏、肝旺生热、热灼肺金，肺金受损，宣

大量吃荔枝会致“酒驾”？验血可辨真相

建议开车前尽量不要多吃荔枝

长沙晚报6月8日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 魏云)“我确实没有喝酒啊，怎么就‘吹’出个酒驾呢？”近日，朋友圈有人晒出自己被误判“酒驾”的图片和文字，一看误判原因，居然是当季新鲜荔枝惹的祸。

“一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来。”新鲜荔枝上市，其果肉呈白色、半透明的凝脂状，味美香甜，营养价值高，让人垂涎三尺，可谓老少皆宜。然而，每年一到吃荔枝的季节，车友圈就会有人“吐糟”：吃了很多荔枝之后，用吹气法测酒精含量，结果显示“酒驾”甚至“醉驾”。

吃荔枝会导致“酒驾”“醉驾”？是传闻还是确有其事？湖南航天医院药剂科主任冯桂梅主任药师表示，这是真的。酒驾是指车辆驾驶员血液中的酒精含量大于或者等于20毫克/100毫升、小于80毫克/100

毫升的驾驶行为。为保障交通安全，交警一般会使用吹气法测酒精含量，以此来初步判断驾驶员是否存在酒驾现象。吃荔枝为什么会产生酒精呢？

冯桂梅介绍，首先，在运输途中，荔枝中的果糖会通过“无氧呼吸”产生酒精；其次，荔枝是一种含糖量很高的水果，而糖类物质的大量摄入，会给口腔中的细菌提供养分，导致其生成酒精。综上所述两种原因，可能导致大量吃荔枝后被误判为“酒驾”。

吃了荔枝被误吹出了“酒驾”怎么办？冯桂梅建议，可以喝点水漱漱口，稍微在旁边等一会儿，再去复检就可以了。实在不行，验血可以识别真相，酒精含量是铁的标准。“假酒驾”终归是假的。为了避免不必要的麻烦，建议开车前尽量不要大量吃荔枝。