

# 三城文旅“上新”记

春节期间,大江南北,从千年古都到“海上花园”,各地文旅市场呈现一派新鲜火热的场面。

坚持“以文塑旅、以旅彰文”,推进文化和旅游深度融合发展,习近平总书记念兹在兹:“让旅游成为人们感悟中华文化、增强文化自信的过程”“把文化旅游业培育成为支柱产业”。

牢记总书记嘱托,近年来,山西大同、河南洛阳、福建厦门等地不断探索创新文旅融合模式,推动文旅产业高质量发展。

## 科技赋能释放文物魅力

文物保护工作者孙波有两个身份——既是云冈研究院文化遗产保护与监测中心的文物“修复师”,又是云冈石窟文物保护研学课的“讲师”。

在云冈石窟第5窟修复监测现场,搭起脚手架,孙波爬到与佛像平视的位置,近距离观察佛像脸上斧凿刀刻的痕迹。“做文物修复,就像在跟1500年前的古人跨时空对话。十年前的修复技术是否可行,新材料如何更好应用,都要进行复盘和研究。”孙波说。

近几年,大同在石窟佛像的文物保护方面手段持续“上新”,比如监测用的微波水分仪,修补用的水硬性石灰等无机材料,基于微生物矿化的加固技术等,涵盖了数字化记录、科技保护、预防性保护等多个方面。“坚实的文物保护,是文旅市场蓬勃发展的根基。”端详着洞窟内的佛像,孙波说。

“总书记强调‘要加强文物保护和利用,加强历史研究和传承,使中华优秀传统文化不断发扬光大’。我们一直在探索如何让云冈石窟成为一本‘活’的历史书,使游客能真切触摸历史,让传统文化鲜活传承。”云冈研究院文旅融合发展中心文博副研究员文莉莉说。

采用高精度数字化采集方式,为每一个文物建立数字档案,高精度复制全窟、搭建精细模型,让佛像和洞窟在数字世界“永生”;利用三维“数字档案”的洞窟数据,结合3D打印技术进行1:1复制文物,让各地群众得以近距离欣赏世界文化遗产的独特魅力……

孙波也在修复文物之余,把修复经历化作“教案”,讲给研学游客。去年,云冈石窟推出文物保护、石窟艺术等7个主题研学课程,接待了来自16个省份的近万名游客,其中关于文物修复的手作课程备受欢迎。

这个春节假期,以大佛文化为灵感的文创产品“佛小伴”成为一件难求的爆款产品。大同阔腾文化传媒有限公司总经理王星告诉记者,2024年5月上线以来,“佛小伴”系列上新衍生品70余款,累计销售超40万个。

除了云冈石窟,大同还遗存着众多极具东方文化韵味的古迹古建,这个春节吸引了更多年轻人打卡。悬空寺在景区入口处设置VR体验区,游客可穿戴设备“飞越”悬空寺;在华严寺,游客可通过AR还原辽代僧人生活场景,还可与虚拟角色互动对话……

“基于文物保护开展的‘活化’创新实践,不仅释放了大同文化的底蕴与魅力,更为文旅融合发展注入新动力,带来更大机遇。”大同市文化和旅游局副局长刘海鹏说,过去一年,大同市6家重点监测景区接待游客1700余万人次,比上一年度增长超过110%。

## 【记者观察】

大同在古迹古建保护方面采取的一系列科学举措,为文物保护工作提供了有力支撑,更通过“活化”创新实践让静态遗产“开口说话”,将中华优秀传统文化转化为可感可触可传播的文化资源,让古老文化跨越时空,融入现代生活。这些古迹古建的保护与“活化”实践证明,科技赋能与人文传承的双向奔赴,正是让优秀传统文化在保护中“活起来”、在创新中“火起来”的关键密码。

## 古韵新风彰显文化活力

手持灵动的鱼灯,身着飘逸的汉服,在古色古香的应天门下往来巡游,耳边是欢快悠扬的丝竹之音,眼前是五彩斑斓的光晕,如梦如幻……春节假期,无数游客沉浸在隋唐洛阳城景区“穿越盛唐过大年”的奇妙体验中。

始建于公元605年的隋唐洛阳城,位于“十三朝古都”河南洛阳的城市核心区,如今,厚重的大遗址早已化为景区,其中应天门、明堂天堂、九洲池等主要景点,更是游客的打卡必选。

“习近平总书记强调,‘让旅游成为人们感悟中华文化、增强文化自信的过程’。作为老牌‘网红’景区,我们这里一直在实践如何凭借丰富的历史遗迹,让游客沉浸式感受隋唐风华,厚植文化自信。”洛阳隋唐城运营管理有限公司市场营销部副经理赵奕鼎说,去年很早便和团队同事着手策划春节“上新”。

策划案改了11版,手机备忘录上

全是灵光一闪的创意。“我们最终确定以独具神都特色的‘官里过大年’为主线,突出‘文化年、传统年、国潮年’概念。”赵奕鼎说。

打造非遗花灯的“千灯巡游”活动,让游客“穿越”回繁华的隋唐洛阳城;复刻1300多年前的春节典礼“元日大朝会”的宏大场景,游客即可“一秒入戏”,沉浸式体验与感受盛唐风情;千余朵雍容华贵的牡丹花,将应天门、明堂装点得富丽堂皇,游客得以在寒冬里一窥“花开时节动京城”的盛景……

“文旅融合创意为先,游客体验为要。”赵奕鼎说,为了让游客欣赏国家级非遗洛阳宫灯原汁原味的美,团队遍访洛阳制作花灯的老匠人,打造一款传统洛阳宫灯;专门请教牡丹培育专家,通过控制温度、光照等条件,确保这些牡丹在大年初一到十五期间绽放。

“一进洛阳城,‘入画’盛唐风。”一袭汉服妆造的湖北游客徐一可说,“设计得太好了,传统文化和时尚相融合,在这里能穿越过去、现在和未来。”

据介绍,2024年以来,洛阳全市接待游客超1.5亿人次,旅游总收入超1185亿元,均创历史新高。“春节已过,马上就要开始筹备牡丹文化节的活动。”赵奕鼎充满期待,“或许我们可以做一场十三朝服饰的复原展示呢。”

## 【记者观察】

文旅融合并非文化和旅游的简单叠加,而是如同用一缕缕丝线,把文化的底蕴、旅游的体验、人文的情怀紧密交织起来,形成一个有机整体。近年来,洛阳市秉持“颠覆性创意、沉浸式体验、年轻化消费、移动端传播”理念,不断打造文旅新业态与消费新场景,隋唐洛阳城、洛邑古城、龙门石窟、老君山等景区依托各自传统文化特色,将静态历史转化为动态体验,每一项设计都暗合“古今对话”的巧思,诠释了“让旅游成为人们感悟中华文化、增强文化自信的过程”的时代命题。

## 文体并举注入发展动力

作为“初代网红旅游城市”,厦门自然景观优美、文艺气息浪漫、闽南文化特色鲜明、“音乐之岛”鼓浪屿上百年建筑风格各异,早已是游客心中的“天然摄影棚”。

如何利用优势资源拓展厦门旅游新市场?

“促进文化影视和旅游融合发展,

正是我们‘破局’的关键。”说起中国金鸡百花电影节落户厦门的故事,厦门市委宣传部电影处负责人卓秋黎兴致勃勃。

2019年,厦门与“金鸡”结缘,当地文化影视产业如同插上了翅膀。数据显示,自电影节落户以来,厦门文化影视产业聚集发展效应明显,项目涵盖影视、音乐、版权等多元业态,影视拍摄基地和文创园区不断涌现,影视产业链不断完善。

产业蓬勃发展,内容与手段持续“上新”:将10余部在厦门取景拍摄的影视剧相串联,打造60多条“金鸡”影视主题旅游线路,让游客在游览中领略电影魅力;中国电影剪辑学会“剪辑创新实验室”在厦门授牌,成为服务国内一流电影剪辑技术的创新平台……

除了文化艺术“上新”,厦门还在体育旅游方面玩出“新花样”:

山地自行车赛道蜿蜒于山林间,徒步探险线路深入偏远海岛与深山幽谷,同安湾的滨海浪漫线更是让人“跑在画中,移步换景”,美不胜收……

“马拉松赛、国际铁人三项挑战赛系列赛、世界田联钻石联赛等‘体育+旅游’的潮玩新体验让全世界的朋友纷纷来到厦门。”厦门体育集团董事长吴明显说,他亲历了厦门从“城市马拉松”到“马拉松城市”的蜕变,见证了体育产业繁荣为厦门文旅振兴注入的强大力量。

“习近平总书记强调‘打造精品文旅品牌和线路,把文化旅游业培育成为支柱产业’,给文化旅游业的发展指明了方向。我们将积极打造电影之城、音乐之岛、马拉松城市,为游客提供更丰富、更优质的文化旅游体验,让厦门成为全球游客向往的旅游胜地。”厦门市文旅局副局长钟海林说。

## 【记者观察】

厦门精准定位,创新文旅融合模式,以文化影视与体育产业为双翼,带动消费与经济增长。过去一年,习近平总书记在地多考察时都强调,要“把文化旅游业培育成为支柱产业”。各地遵循总书记指示,立足本地特色,不断培育文旅新业态新场景,创新表达和传播方式,推动文旅产业日渐繁荣,既满足了广大人民群众日益增长的个性化、多层次精神需求,也带动消费结构优化升级,“幸福产业”越来越壮大。(新华社北京2月6日电

记者 赵东辉 孙亮全 马晓洁)

伴随一代代人成长的神话人物哪吒,点燃了乙巳蛇年新春电影市场。

统计数据显示,截至2月6日中午,《哪吒之魔童闹海》总票房超越《长津湖》,登顶我国影史票房榜。

灯塔专业版数据分析师陈晋介绍,《哪吒之魔童闹海》多人结伴观影比例明显高于档期其他影片,有大量家长带着孩子共同观影。“相关数据显示,这部影片30岁至39岁、中低频观众占比突出。有大量曾经是电影市场主力的观影人群在时隔较长时间后再次回到电影院,这些观众被影片出众的口碑所‘召回’。”

自1月29日上映以来,仅用不到10天时间就创造我国新的影史票房纪录,《哪吒之魔童闹海》为何如此火热?

“这部影片之所以能取得超高票房成绩,主要是因为口碑爆棚。不论故事人物、特效场面,还是主题立意和戏剧元素,都达到乃至超过观众预期。”中国文艺评论家协会新媒体委员会秘书长胡建礼说。

精彩的故事和鲜活的人物,引发观众的情感共鸣。

在中国传媒大学动画与数字艺术学院教授范敏看来,《哪吒之魔童闹海》在延续前作“我命由我不由天”内核的同时,又有自我认同、价值实现、亲情友情等多元化的主题表达。“不论是主主题还是小主题的探讨,都紧扣当下社会热点。”

片中角色塑造同样丰富立体。例如,申公豹因亲人申小豹到访,内心温情的一面被唤醒;误以为龙族屠杀陈塘关的哪吒虽然满腔愤怒,也要先拯救旧友敖丙;各类小妖的形象也都生动鲜活。这使得片中人物故事得以与观众形成情感共振。

“近年来,有很多关于中国传统文化IP再创作的动画电影。那些好的改编,在立意表达上一定不能脱离时代、脱离大众、脱离生活。能引起当代人的广泛共鸣,才是好故事。”范敏说。

精心打磨的视觉特效,则给观众带来震撼的视听体验。

据悉,《哪吒之魔童闹海》角色数量是第一部的3倍,且新老角色均进行全面“翻新”:建模更精致,皮肤质感更真实。此外,影片特效镜头近2000个,主创团队达4000余人。片中有一场陈塘关大战的打戏,时长约1分钟,分镜画了半年之久。

记者了解到,片中场面宏大的“洪流对战”,因制作难度大、工期紧张,制片人曾与导演饺子商量能否把海妖身上的锁链去掉,或者换成若隐若现、时隐时现的方式。导演却坚持,锁链对海妖的束缚与影片主题息息相关,所以不能让步。

在饺子看来,做观众没看过的、能造成强烈视觉冲击的内容才有价值。“我们一直在寻求突破,所以不给自己留后路,一开始就设定一个‘完不成’‘够不到’的目标,然后拼命去‘跳’、去‘够’、去‘顶’。”

“我们做动画的心态是宁缺毋滥。”饺子说,“观众给了我们做第二部的机会。随随便便‘端上桌’,不符合我们的追求。我们相信,观众不会拒绝有诚意 的作品。”(新华社北京2月6日电 记者 王 鹏)

## 重磅促消费,真金白银打造新春嘉年华

(上接一版)

我市积极鼓励成品油零售企业开展让利促销活动,激发成品油消费动力。中石化出台充值立减、叠加现金券等12项优惠活动,中石油出台6项“好客有礼 特惠换购”活动,中海油每升优惠0.4元。市县两级商务部门共走访

加油站17家,充分了解企业经营状况、市场行情、发展规划等,准畔良品已进场相关加油站,淮南名特优产品专区已在相关站点设立。与此同时,市商务局与市场监督等部门建立健全合力整治非法加油点和流动加油车的协同工作机制,确保市场平稳健康发展。

## 冠心病的症状、原因与预防策略

方雪峰

冠心病,全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病,是一种常见且严重的心脏疾病。它不仅影响患者的生活质量,严重时甚至危及生命。本文从症状、原因与预防策略三个方面,通俗易懂且专业准确地为您揭秘冠心病。

### 一、症状

#### 1、心绞痛

疼痛感往往集中于胸骨后方或是心脏前方的区域,同时,这种不适也可能延伸至左侧手臂、肩部、颈部、下巴乃至背部。心绞痛表现为压迫感、紧缩感、沉重感或烧灼感,而非尖锐刺痛。疼痛通常持续数分钟至十余分钟。

#### 2、呼吸困难

患者在休息或轻微活动时可能出现气短,并伴有乏力、眩晕等症状。这种呼吸困难是由于心肌供血不足,导致心脏功能下降,进而影响肺部的气体交换。

#### 3、心悸

患者可能感到心跳加速、不规则或跳动有力。这种不适感通常是由于心肌缺血引起的电生理紊乱。

4、恶心呕吐、大量出汗、疲勞无力、晕厥

心绞痛发作时,患者可能突然大量出汗,尤其是额头、颈部和背部。日常活动时,患者容易感到疲勞,即使进行轻微的活动也可能力不从心。严重的心肌缺血可能导致晕厥,即短暂的意识丧失。

### 二、原因

#### 1、遗传因素

若一个人的父母或直系亲属在年轻时便被诊断出患有冠心病,那么这位个体罹患冠心病的风险将会显著提升。尽管遗传因素并非唯一且绝对的影响因素,但它确实在个体对冠心病的敏感性上扮演了重要角色。具体而言,遗传因素可能通过多种生物机制增加冠心病的发病几率,例如干扰血脂的正常代谢过程,或是影响血管的生理反应性,使得个体在面对冠心病相关危险因素时更为脆弱。

2、高血压、高血糖、高血脂、糖尿病

这些“三高”症状会损害血管内皮细胞,导致动脉粥样硬化,进而引发冠心病。高血压会使血管壁承受过大的压

力,高血糖和高血脂则会在血管内壁沉积,形成斑块,导致管腔狭窄。糖尿病患者血糖代谢紊乱,会损害血管内皮细胞,增加冠心病的发生风险。此外,糖尿病患者往往伴有高血压、高胆固醇和冠心病的其他危险因素。

#### 3、不良生活习惯

吸烟、肥胖、不运动等不良生活习惯会增加冠心病的风险。吸烟会损害血管内皮细胞,导致血管收缩和血栓形成;肥胖会增加心脏负担,导致心肌缺血;不运动则会使心肺功能下降,血液循环不畅。不良的饮食习惯,特别是那些富含高脂肪、高胆固醇、高糖以及高盐的食物,会对个体的血脂水平产生不利影响,进而加速动脉粥样硬化的病理过程。暴饮暴食、偏食等不良饮食习惯也会加重心脏负担,诱发冠心病。长期不进行体力活动会导致肥胖、血脂异常等,进而影响血管壁的正常功能。肥胖尤其是腹型肥胖,常伴有高血压、高血脂、胰岛素抵抗等代谢紊乱,增加心脏负担,促进冠心病的形成。

#### 4、年龄因素

随着年龄的增长,动脉硬化会逐渐发展。这是因为随着年龄的增长,血管壁会逐渐失去弹性,加上其他危险因素的共同作用,容易导致冠心病的发生。特别是中老年人,40岁以后冠心病的发病率显著上升。血管的自我修复能力随着年龄增长而减弱,更容易受到损伤,从而增加冠心病的风险。

#### 5、性别因素

男性比女性更容易患冠心病,但在女性绝经后,患病风险会增加。这可能与雌激素有抗动脉粥样硬化作用有关,绝经后女性雌激素水平下降,保护作用减弱。

#### 6、炎症性疾病、情绪刺激

部分年轻女性患有风湿性免疫性疾病,有动脉炎,可以累及到冠状动脉,从而引发冠心病。在极其愤怒、着急、紧急的情况下,即使平时没有血管狭窄或堵塞,也可能导致冠状动脉损伤,进而引发冠心病。长期的精神紧张、焦虑、抑郁等负面情绪会导致冠心病的发病风险增加。

### 三、预防策略

#### 1、合理饮食

为了维护心血管健康,应当积极

调整饮食结构,增加蔬菜、水果、全谷物以及低脂肪蛋白质来源的摄入比例,同时相应地减少饱和脂肪、反式脂肪、胆固醇和食盐的摄入量。避免过度进食高热量、高脂肪和高糖的食物,以防体重增加和血脂异常。

#### 2、适量运动

为了维护并提升心血管健康,定期进行适量的有氧运动显得尤为重要。这类运动包括但不限于快走、慢跑、游泳以及骑自行车等。根据健康指南的建议,成年人每周应至少累积进行150分钟的中等强度有氧运动,或是达到75分钟的高强度有氧运动,以此作为保持心血管健康的基本标准。

#### 3、控制体重

理想情况下,个体的体重指数(BMI)应维持在18.5至23.9区间内,这一范围通常被认为是成人健康的体重标准。此外,腰围也是一个重要的健康指标,需特别关注:对于男性而言,腰围不宜超过90厘米,而女性则应保持在85厘米以下。

#### 4、戒烟限酒

吸烟会损害血管内皮细胞,导致血管收缩和血栓形成,增加冠心病的发病风险。饮酒过量也会对心脏和血管造成损害,应戒烟并限制饮酒量。

#### 5、保持良好心态

长期的精神压力、焦虑和抑郁等不良情绪可能导致交感神经兴奋,血压升高,增加冠心病的发生风险。学会放松和减压,保持乐观积极的心态,有助于维持心血管系统的健康。

#### 6、定期进行身体检查

通过心电图、心脏彩超、冠脉CTA等检查手段,可以及时发现并处理心脏问题,避免病情恶化。对于已经患有冠心病的患者,应遵医嘱进行治疗,按时服药,定期复查,以控制病情进展。

#### 四、小结

综上所述,冠心病是一种常见且严重的心脏疾病,其症状多样且个体差异大,原因复杂且多因素综合作用。预防冠心病需要从生活的各个方面入手,采取全方位防控策略。如果您出现冠心病的症状或疑似冠心病的情况,请及时就医进行专业诊断和治疗。(作者单位系无为市人民医院)

## 哮喘：了解这一常见呼吸疾病的真相

马骏

哮喘属于常见慢性疾病之一,目前我国哮喘发生概率正在逐步上涨,会威胁病人的健康以及生命,因此需及时实施治疗。但是,目前人们对哮喘疾病的认知不高,因此对疾病治疗以及管理的效果不足,因此要提高人们对哮喘的认知,更好地控制疾病的发展。对此,在本文中针对哮喘的相关知识进行简要阐述。

### 一、什么是哮喘

哮喘全称支气管哮喘,在临床中又称作为哮喘病,属于呼吸道慢性炎症性疾病的一种,一般是在慢性炎症发生后,气道反应性提高,在受到多种因素影响下,令病人的气道出现阻塞、气流受阻,并且引发病人出现反复发作的喘息、呼吸困难、胸闷、咳嗽等多种显著症状。

### 二、哮喘的症状

#### (一)典型的支气管哮喘

该种类的症状会出现反复发作性喘息、胸闷等症状,特别是迷走神经亢奋,从而诱发哮喘。(6)精神及情绪因素:长期的精神紧张、焦虑、压力过大等情绪问题,可能影响神经内分泌系统,进而影响气道的生理功能,诱发哮喘发作。保持良好的心态,通过适当的方式缓解压力,如运动、冥想等,有助于维持气道的稳定。

#### (二)不典型支气管哮喘

不典型支气管哮喘疾病一般是指部分哮喘病人发病后,没有明确“哮喘”或者“喘”等症状,只有咳嗽或只有胸闷等症状。

### 三、哮喘的病因

临床上引发哮喘的原因很多,如:(1)遗传因素:哮喘的发病与遗传因素紧密相关,由于其具有一定遗传倾向,若存在家族病史,则临床发病率较高。遗传因素可能影响气道的结构和功能,使其更容易发生炎症

和痉挛。(2)过敏原:病人在接触某些过敏原期间,如花粉、尘螨、动物毛发皮屑、霉菌等,这些过敏原可能引发气道敏感反应,导致哮喘发作。

(3)空气污染:病人所处地区空气质量较差,则会导致疾病的发生。空气中的颗粒物、有害气体等可能对气道产生刺激,诱发哮喘。长期暴露于工业废气、甲醛、烟雾等污染环境的人群,哮喘发病率较高。(4)呼吸道感染:病人在受到呼吸道感染病毒感染后,会导致病人诱发哮喘病发作。病毒、细菌等引起的呼吸道感染,尤其是儿童时期的呼吸道合胞病毒感染等,可损伤呼吸道黏膜,使气道反应性增高,从而诱发哮喘。积极预防和及时治疗呼吸道感染,如接种流感疫苗等,可在一定程度上减少哮喘发作的可能性。(5)劳累:工作比较辛苦、熬夜等劳累情况,可导致植物神经功能紊乱,特别是迷走神经亢奋,从而诱发哮喘。(6)精神及情绪因素:长期的精神紧张、焦虑、压力过大等情绪问题,可能影响神经内分泌系统,进而影响气道的生理功能,诱发哮喘发作。保持良好的心态,通过适当的方式缓解压力,如运动、冥想等,有助于维持气道的稳定。

### 四、哮喘的检查方法

#### (一)肺功能检查

该方式是诊断哮喘重要方式之一,对病人气道阻塞程度、气流受限可逆性、气道高反应性等均可以进行评估。

#### (二)痰液检查

痰液涂片培养可针对病人呼吸道感染原体情况实施检验,并且可以指导哮喘治疗。

#### (三)血液检查

通过血常规可检查病人的炎症指标,血清总IgE、特异性IgE可辅助诊断病人是否存在过敏性哮喘。

#### (四)过敏原检测

经皮肤点刺试验、血清特异性IgE检测,则可以确定过敏原,进而可以预防哮喘发作。

#### (五)胸部影像学检查

通过胸部X线、CT检查等可以

检查病人是否存在其他肺部疾病,如肺炎、肺结核、肺癌等

### 五、哮喘的治疗

#### (一)控制药物

病人在确定为哮喘之后,需每天使用并长时间维持药物,可控制哮喘症状降低病情发作风险,因此哮喘控制药物要长期使用避免停药等。药物种类繁多,涵盖吸入性糖皮质激素、全身性激素、白三烯调节剂、以及长效 $\beta_2$ 受体激动剂、缓释茶碱、色甘酸钠等药物。

#### (二)缓解药物

缓解药物被称为急救药物,一般在病人紧急情况下,症状忽然加重期间多采用的短效药物,该药物具有起效快等特点,一般在短时间内使用,在病人症状缓解之后则可停止用药。其特点是起效快,多数为短时间内使用,待急性症状缓解后尽快停用。

#### (三)重度哮喘的附加治疗药物

如果病人患的是重度哮喘,需额外的药物来治疗,主要为生物靶向药物,像抗IgE单抗克隆抗体,能阻止过敏原;抗IL-5单抗克隆抗体、抗IL-5受体单抗克隆抗体,可减少炎症细胞增生;抗IL-4受体单抗克隆抗体,能调节炎症反应,有助于控制病情。

### 六、如何预防哮喘病发作

在生活中要做好哮喘疾病的预防。(1)在生活中要避免接触过敏原,如花粉、螨虫、灰尘、过敏性食物等,可以降低阻塞症状的发生。(2)要保证室内日常通风,减少空气中的粉尘、尘螨等,避免导致疾病发作,同时要保证室内空气湿润。(3)在饮食中以清淡饮食为主,减少生冷食物的摄入,因冷饮会导致病人出现呼吸道高反应,导致病情加重。(4)适当提高体育锻炼,令身体机能逐步增强,如八段锦、打太极等,但是要避免剧烈运动。(5)同时病人要定期接种疫苗,降低呼吸道感染的风险,降低哮喘发作风险。

总之,在临床中对哮喘要做好预防,调节自我生活习惯以及饮食,并且保证个人卫生,降低哮喘疾病的发作率。

(作者单位系无为市人民医院)

登顶我国影史票房榜,《哪吒之魔童闹海》为何如此火热?