森林覆盖率近六成的湖南，正在探索森林可持续经营——

绿量虽“触顶” 质量须“攻关”

湖南日报全媒体记者 彭雅惠 通讯员 郭尧

湖南有21.18万平方公里土地，森林覆盖率达59.98%。

“从占比看，全省森林面积扩张已触及‘天花板’。”省林业局相关负责人说。近年来，我省全力以赴推进大规模国土绿化，年度国土绿化面积数次夺得全国第一，能造林的地方基本种上了树。

但从衡量森林质量的重要指标——森林蓄积量看，我省每亩森林蓄积量仅为全国平均水平的70%、世界平均水平的46%。森林质量整体偏低，意味着林地生态、经济、社会功能均不能充分发挥。

在“不缺绿量、但缺质量”的困境下，实施森林可持续经营是唯一出路。11月中旬，省林业局发布消息称，今年以来，我省对10.67万亩森林展开可持续经营技术探索，并初见成效。

从9个国有林场开始试点

“湖南森林的问题，也是全国提升森林质量的重大课题。”省林业局森林资源管理处处长何平告诉记者。今年初，国家林草局发布《全国森林可持续经营试点实施方案（2023—2025年）》，计划在全国开展森林可持续经营试点，以试点示范引领带动各地提高森林质量、调整林分结构、增强碳汇功能，提升森林生态系统的多样性、稳定性、持续性。

落实全国森林可持续经营试点实施方案部署，前不久，我省总林长签署第二号总林长令，明确要求实施森林可持续经营。

省林业部门遴选出永州金洞林场、郴州西山林场等9个国有林场进行试点，投入资金超过5500万元，计划3年内完成试点森林面积35.48万亩。

“今年以来，试点林场着重探索了针阔异龄复层混交林经营模式、大径材经营模式等森林经营技术模式。”何平表示，按照多功能、近自然、全周期理念，纳入试点的9个国有林场已全部铺开森林可持续经营工作，通过林业数字赋能、科技创新支撑，在林木营养空间、森林病虫害抑制、森林火灾预防、森林群落结构等多个方面已初步实现优化。

多途径恢复森林生态功能

立冬已久，处于南岭山脉的永州市金洞林场仍满目青翠。这是我省面积最大的林场，拥有76万亩林地。早在2012年，金洞林场就被原国家林业局确定为《联合国森林文书》示范单位和全国森林经营样板基地。

按照传统经营方式，林场内人工造林形成大面积速丰林杉树纯林。“这属于湘南典型的低质低效林，‘远看青山在、近看无用材’，最能概括这片人工造林的情况。”金洞林场负责人谢绍迪介绍，长久以来，这些杉木纯林初植密度达167株/亩，杉树胸径普遍低于20公分。

开展森林可持续经营试点后，林场践行“斩除藤灌草、确定目标树、伐除干扰树、补植加管护”的经营理念，在试点林地根据林分密度、林相长势情况加大间伐力度，将杉木株数控制在20株/亩；按照补植补造技术要求，间种闽楠、木荷等乡土优势树种，合理调整林分树种结构，加大抚育管护，目标树胸径为60厘米。

监测显示，金洞林场内未开展可持续经营的林地内，树木年均胸径增长仅0.35厘米，每亩年均蓄积量增长0.7立方米；开展试点的林地内，树木胸径平均年增长1厘米，每亩年均蓄积量增长2立方米。

“这意味着，森林林相、碳汇和其他生态功能都将显著增强。”何平表示。金洞林场探索形成的闽楠大径材、杉木-闽楠混交林、杉木人工大径材、风景林近自然改造等4种森林可持续经营模式，对省内其他林场具有重要示范和借鉴作用，湖南森林质量不高、林分不优、林相不好等问题有了多种有效解决途径。

终将森林变“钱库”

“绿水青山就是金山银山，真是一点都没错。”55岁的黄长兴目光灼灼。11月中旬，记者走访郴州临武县西山林场周边居民时，遇见刚刚完成林地抚育的黄长兴。

和许多传统林场一样，西山林场曾经长期密集种植速丰林纯林。阳光难以充分照射，森林逐渐退化，林场因此几近“瘫痪”，周边居民没有了“靠山吃山”的资本，生活艰难。

纳入森林可持续经营试点，西山林场在广阔山林实施间伐、清山、抚育、施肥、种树……为周边居民提供了大量就业机会。“外出打工一年赚3万元，现在一年能赚6万元。”黄长兴说，今年全家人都参与了西山林场森林可持续经营务工，估计年收入可达40万元。

西山林场场长李党仁告诉记者，林场辖区有36个自然村，试点森林可持续经营后，600多名村民申请到林业生产施工岗位，人均年务工收入超4万元。

森林能产生的效益，远不止眼前。金洞林场党委书记陈莉算得清清楚楚——

按目前市场价格，杉树每立方米约600元，1亩杉树林20年成熟，可出材7立方米，价值4200元左右；大径材楠木每立方米约1万元，1亩闽楠林40年成熟，可出材30立方米，价值至少30万元。

“经济账算长远，才能找到让森林变‘钱库’的正确路径。”陈莉介绍，开展森林可持续经营10年后，金洞林场就能实现林木结构从单一树种向近自然针阔混交林转变，以杉木为主的针叶纯林比例由95%降至60%，可腾出空间培育楠木等珍贵树种15万亩，年产值2000余万元。

芥菜喜获丰收

11月20日，永州市冷水滩区高溪市镇扶桥坝村，村民在搬运芥菜。近年来，该区大力推广“稻+菜”接茬轮作种植模式，利用闲置土地发展秋冬蔬菜种植，提高土地综合利用率，使“冬闲田”变“增收田”，带动农民持续增收。 雷中祥 蒋凌志 摄影报道

广州医科大学附一医院娄底医院开建

获批第五批国家区域医疗中心项目，规划床位1200张

湖南日报11月20日讯（全媒体记者 邹娜妮 通讯员 谢娜 蔡林峻）今天，广州医科大学附属第一医院娄底医院正式开工建设。该项目于今年7月被确定为第五批国家区域医疗中心项目，系全省唯一，项目总投资22.37亿元，规划床位1200张。

广医一院娄底医院将共建以呼吸区域医疗中心为主线，胸外、重症医学、泌尿外科、传染病、航空应急救援中心为核心的国家区域医疗中心。建成后，将极大提高娄底医疗卫生服务水平，惠及湘中、湘西及贵州、广西地区近2000万人口，有效解决区域内群众“看病难”“转诊难”问题。

娄底高铁、高速公路、航空等交通网络发达，是区域交通大动脉要衢。此次“牵手”的广州医科大学附属第一医院，实力雄厚，在全国优秀医院排名靠前，呼吸学科建设连续13年全国第一，其呼吸、胸外（肿瘤）、重症医学、泌尿等重点学科是娄底乃至湖南省所缺乏的优质医疗资源。

该项目计划在2025年底建成运营，将打造成集国家区域医疗中心、公共卫生服务及应急救援于一体的“强专科、大综合”三级甲等综合医院。在此基础上，娄底抢抓“银发经济”机遇，着手在医院周边引进养老中心、康复中心、体检中心等泛医疗产业，提前布局立足娄底、辐射湖南、服务全国的医疗康养生态圈，全方位提升群众健康获得感和幸福感。

“小改造”带来“大幸福”

衡阳市完成1105户困难重度残疾人家庭无障碍改造

湖南日报11月20日讯（全媒体记者 沙兆华）出入顺畅了、如厕方便了……残疾人朋友日常生活难以逾越的障碍“消除”了。记者今天获悉，衡阳市全面完成今年省重点民生实事之困难重度残疾人家庭无障碍改造任务，使1105户重度残疾人家庭感受到“小改造”带来的“大幸福”。

衡阳以无障碍改造实现残疾人生活品质提升为目标，针对重度残疾人家庭情况千差万别，按照“一户一策”“一户一设计”的个性化原则，致力把民生实事打造成优质民心工程。

为了保质保量完成任务，衡阳市对无障碍改造工作实行“三级确认、两级验收”，实时对改造施工现场开展质量安全巡查与指导监督，同时，加强工程进度质量检查，严格执行问责制度，督促各县市区政府加强重视、加大投入、加快进度、确保质量，力求改造效果让改造对象满意。

硬化入户通道，降低灶台、洗手池高度，更换坐便器型号并加装扶手，经过无障碍重新布局后，衡南县相市乡黄金坪村肢体二级残疾的廖爹爹再也不用爬到椅子上做饭了，平整的入户通道，让轮椅进出更顺畅了，老人对家里的变化非常满意。

截至目前，衡阳共投入无障碍改造资金699万元，其中省级资金402.8万元，市县配套资金296.2万元。全市完成无障碍改造1105户，其中实事任务数1100户，超额完成5户，民生承诺变成看得见、摸得着的民生实惠。

我是你的眼，带你游延安

——湖南农大志愿者助23名视障人士圆梦

湖南日报全媒体记者 余蓉 通讯员 曲臻

4天，跨越1000多公里，19名师生志愿者远赴延安，只为帮助23名视障人士圆一场梦——近日，湖南农业大学东方科技学院生命科学学部开展“残健融合、牵手延安”主题活动，手牵手带着他们先后参观了宝塔山、延安革命纪念馆、王家坪革命旧址、杨家岭旧址、枣园革命旧址、南泥湾革命旧址，让他们感受“诗和远方”。

这23名视障人士平均年龄60多岁，来自湖南各市州，大多数从事按摩工作。出这趟远门并不容易，他们有的是第一次出省，有的是第一次坐飞机。“现在日子过得好了，延安是我们心中的圣地，很想来走一走。”77岁高龄的盲人毛善胜动情地讲述了他的红色情愫，“虽然我看不到，但可以用耳朵和手，用心去感受这向往了多年的革命圣地，感受百年党史中熠熠生辉的延安精神。”

为了尽可能让这趟旅行不留遗憾，志愿者们在筹备阶段进行了周详的策划，精心选择讲解点并对讲解内容谙熟于心，手牵手帮助视障人士们感受延安：用手摸一摸黄土高原、窑洞以及革命先辈们用过的发报机、电话机，在革命旧址听一段历史、唱一曲红色歌曲……

在南泥湾革命旧址，视障人士们自发地唱起了《南泥湾》。唱到动情处，陈林清摘下墨镜，抹了一把眼泪。“《南泥湾》这首歌对我们这代人有着深远的影响和深刻的记忆，让我想起了那个自力更生、艰苦奋斗的年代。感谢共产党，让我们今天过上了好日子啊。”他激动地握紧志愿者华毅勇的手，拍了拍他的肩膀。

据悉，湖南农业大学东方科技学院生命科学学部志愿者开展“我是你的眼”系列助残活动已有12年，分为线上和线下两个部分。线上主要通过微信群每天中午开展“1230”读书分享会等活动，丰富残疾人的日常生活，领略世界美好；线下主要是帮助残障人士实现“出门看世界”的梦想，这些年，已经手牵手带残障人士走过张家界、宁乡沩山、岳阳市岳阳楼等地。

新职业 新生活

研学旅行指导师：

让孩子们在“万里路”上读好“万卷书”

湖南日报全媒体记者 刘家璇

【从业者说】

研学旅行指导师严延：“研学旅行指导师要充满爱心、耐心，带同学们真‘研’真‘学’。研学旅行指导师本质上属于教育属性，是‘教育+’为主导，而不是‘旅行+’为主导。希望有更多的人成为研学旅行指导师，跟我一起带领孩子们探索未来职业路径，在快乐中学习成长！”

【探访新职业】

“大眼睛——看老师！”

“小耳朵——竖起来！”

11月17日，在湖南日报报业集团旗下的青少年研学基地“魔尔工厂”，领队老师严延正引导小学一年级的“红领巾”们排好队列，有序进入研学空间。

研学旺季时，严延每天都要负责5-10个班的课程教学，陪伴数百名中小学生，探索不同职业的工作乐趣，寻找未来的职业方向。

刚满28岁的他，已成为孩子们心中最“铁”的“哥们儿”。

走出课本，走进生活

2019年，严延通过湖南日报报业集团印务分公司考核，调岗到研学基地“魔尔工厂”负责研学课程研发及基地运营。

与以往传统的“展览+讲解”模式不同，他选择以“游戏互动”形式，带孩子们畅游主题各异的研学空间。

“菲林魔法屋”“图文组装间”“古法印刷坊”“未来报亭”……同学们通过数字装置设施与趣味“闯关”，充分体验记者、编辑、摄影、印刷、信息安全等五大职业的魅力，开拓眼界，丰富认知。

“这种体验式课程，可以让孩子们从课本中走出来，更直观地感受社会现实。”严延介绍。

体验新闻印刷工作，并不只是“纸上谈兵”。首先，严延需要教同学们翻译篆体文章，待其被翻译成简体文章，再进行活字排版及印刷。

“先均匀上墨，轻轻盖好宣纸，再用毛刷按压表面……”准备好墨水、砚台、宣纸等材料后，他一边介绍古版印刷发展史，一边手把手指导孩子们印刷新闻稿。

“现代印刷与古法有什么区别？”严延发问，孩子们纷纷举着被油墨沾染的小手抢答。随后，严延领着同学们来到现代印刷流水线，绘声绘色地讲述印刷工序的变革等知识，体会报纸印刷与新闻生产的不易。

在严延看来，现如今的研学旅行能“将课堂搬入生活”，是学校教育和校外教育创新性衔接。

“研学旅行指导师‘打铁还需自身硬’。”他认为，一名优秀的指导师，需要不停地学习各类专业知识，才能让学生在“第二课堂”中能够“游有所学”，获得真正的文化滋养。

带娃是门技术活

“‘带娃’可是门技术活。”严延感叹道。从外在形式上看，研学旅行指导师很容易被当作“导游”，被误解为仅带着孩子们参观浏览、讲解知识。实际上，想要做好研学旅行指导，专业知识与素养必不可少。

如何让孩子们在研学旅行中学到“真东西”？严延有自己的“带娃之道”。

首先，研学课程质量得过硬。研学旅行指导师需要“有的放矢”，对自身负责的研学领域具备高度专业性，结合教材开发不同学龄段的研学课程。寻宝解谜、打卡闯关……与传统校内课堂不同，各种创新性自主学习任务是研学课程设计中不可缺少的一环。

开始研学前，需向校方提供“研学前置”视频导学课，让同学们提前了解研学当天的知识点。行程结束后，需联动学校，引导孩子们对整个研学活动进行复盘，比如让同学们写一篇观后感，或者对新闻职业的感想、规划，进一步巩固研学学习成果，做到实实在在的“学有所得”。

完成教学任务的背后，运营管理能力也不可或缺。研学旅行指导师还需负责学生接待、安全保障、物料准备、设备维护等“幕后工作”，是不折不扣的“斜杠人才”。

2016年，教育部等11个部门联合印发《关于推进中小学生研学旅行的意见》，将研学旅行纳入中小学教育教学计划，推动研学旅行产业发展进入快车道。据统计，2022年我国研学旅行突破600万人次，创历史新高。随着研学旅行的持续升温，跨教育、文旅等领域的复合型研学旅行指导师较为稀缺。

“研学旅行就是要在‘万里路’上读好‘万卷书’。”严延期待，未来能改变“研学旅行等同于学生旅游”的刻板印象，真正让孩子们“游有所学”，在真实的社会实践中理解课本知识。

远离心梗：学会急救，做好预防

有医说医

湖南日报全媒体记者 周倜
通讯员 伍柏玉 彭甜

近年来，急性心梗的发病率居高不下，甚至已有明显的年轻化趋势，令人忧心。

今年11月20日，是第十个“中国心梗救治日”。您知道吗？“1120”这个日子是有寓意的——其一：“有胸痛，要记得拨打120”；其二：“心梗救治，争取黄金救治120分钟”。

“一般而言，急性心梗有3种类型的症状。”长沙市120急救中心培训科科长吴辉介绍，典型症状通常是突然发作剧烈而持久的胸骨后或心前区压榨性疼痛，以及低血压、心源性休克等；不典型症状一般表现为咽喉发紧、牙齿痛和上腹痛等；而最“极端”的症状，则是产生严重心律失常、晕厥等，甚至猝死。

“当然，此病其实也是有先兆的，大家日常要多个心眼。”吴辉告诉记者，部分病人在发病前数日会出现乏力、胸部不适，活动时则会心悸、气急、烦躁、心绞痛等。而最突出的表现，当属新发生心绞痛或原有心绞痛加重。

有冠心病家族史者、冠状动脉粥样硬化斑块或心梗病史患者、作息不规律者，以及患有高血压、高血脂、高血糖等基础疾病者，通常是心梗的高危人群，需要格外小心。而冠心病病史、“三高”（高血压、高血脂、高血糖）、吸烟酗酒、肥胖、久坐不动、长期焦虑抑郁、有心梗家族史等，则是该病常见的诱因，各位需要尽量规避。

“急性心梗通常事发突然，所以我们呼吁，每个人都不应该是‘旁观者’，而是要学会做好‘第一目击者’，或许就能挽救他人的生命。”吴辉倡议。

那么，如果我们身边有人突发心梗，我们可以怎样救援呢？

“第一反应，必须是尽快拨打120急救电话，告知患者的主要病情和当前所在位置。”吴辉指出，在等待过程中，必须让患者停止活动，并让其保持平卧或其他舒适体位，确保其呼吸道通畅，有条件的可以吸氧。

同时，如果患者意识清醒，可以马上问其是否有药物治疗史，可使用硝酸甘油等药物缓解症状。倘若患者失去意识、没有呼吸或心跳，则应立即进行心肺复苏，如有可能，请尽早使用AED（自动体外除颤仪）为患者除颤。

“除了掌握必备的急救知识，平时大家也要从细节入手，及早预防。”吴辉提醒。

生活中，大家的饮食一定要低盐低脂、多吃蔬菜，而且要积极控制体重，避免过度肥胖。此外，“熬夜党”一定要戒掉坏毛病，保持规律作息；“吸烟喝酒族”要自觉改正不良习惯。同时，大家也要保持良好的心态，避免情绪波动过大、长期高度紧张、焦虑抑郁。对于便秘严重的老人来说，则务必积极改善症状，谨防用力排便诱发心梗。

“如果您已患有冠心病，千万要随身携带硝酸甘油等应急药品，谨遵医嘱、定期复查。”吴辉建议，此类人群如条件允许，可在家中备制氧机，以备不时之需。