

新邵县擦亮“中国健康旅游名县”金字招牌——

康寿新邵 与您相约

昌小英 岳 赟 肖斌辉

新邵,这座有着“湖南之心”美誉的城市,悠悠资水穿境而过,百里龙山连绵不绝。这里,蕴藏着神奇瑰丽的自然景观;这里,孕育了璀璨夺目的梅山文化;这里,传承有千年底蕴的历史文脉……

在这片土地上,诗词书画遍布城乡,太极健身全民参与,人们游白水峡谷、探药王文化、走茶马古道、买地道药材,乐享健康长寿的自然之道,崇德敬老薪火相传,全社会助老、尊老、爱老蔚然成风。

“用好资源,擦亮我县‘中国健康旅游名县’金字招牌。”在县委书记黄海蓉的带领下,该县抓住机遇,依托其得天独厚的自然和人文资源,以“养老、养生、养心”为核心,做好“康养”大文章。我省2024年“我们的节日·重阳”主题文化活动将于10月10日至11日在该县举行。

▲一方养身养心的山水——大同福地。

以“中药”加“保健”,让中医药产业火起来

10月7日,在新邵县中医医院治未病中心中医护理门诊,医护人员正指导病人做康复训练。2023年,该院将中医“绿色”治疗和“治未病”、养生保健融为一体,成立新邵县首个中医护理门诊。

“除了训练,病人内服、外用的中药制剂都是我院自制的,并获取了相关专利。”该院院长介绍,该院中药制剂室已具备省级区域中心服务能力,自制的跌打损伤、三伏贴等20余款中药制剂既有效又便宜,成为老百姓心中的“明星药”。目前,该院成为县域医疗创新的典范,正申报区域制剂中心建设。

新邵县的龙山山脉被誉为“千年药山”,拥有2384种中药材,数量居全省前列。历史上,药圣孙思邈、唐代御医申泰芝、清代医家周学霆等都曾在此采药行医。据新邵《孙氏族谱》记载,孙思邈还在此留下孙氏一支嫡传后裔,至今已传至30余代。

依托中药文化和资源优势,新邵县紧跟大健康产业的发展趋势,鼓励中药材种植,培育有资质的医院和企业发展。同时,推动中医养生馆建设,加速医养、康养、养老融合发展。

龙溪铺镇羊城村的常春藤中药材种植专业合作社,就是新邵县中药材产业化发展的企业代表。2010年,生药学博士刘峙鑫回到家乡新邵,成立该合作社。在政府部门的支持下,经过十余年的发展,该合作社建成集中药材种植、

加工于一体的生产基地,并在长沙麓谷高新区建立研发中心。

为做强中药材产业,新邵县邀请专家因地制宜制定适合该县药材种植的方案,做好科技推广,积极向上申报项目,谋求资金扶持。目前,该县中药材种植面积已发展到8万亩,拥有中药材种植及加工骨干企业10家,规划布局中药材种植片区8个,创建道地中药材现代特色产业园9个。2023年,该县中药材产业年产值达14.2亿元。

聚焦中医药康养,新邵县在15个乡镇卫生院全部建成功能齐全的标准化中医馆,3家旗舰中医馆,村(社区)建成50个中医阁,发挥县内正大邵阳骨伤科医院全国中医学术流派传承工作室的优势,开展“名中医团队进基层”传帮带活动,在全县推广中医药优势病种诊疗方案 and 中医药适宜技术,加快构建医、养、疗等融合发展的康养产业体系。目前,该县15个乡镇中医馆均可开展20种以上中医药适宜技术服务,全县中医药诊疗服务量常年占医疗业务量的40%以上。

中医药适宜技术推广也为新邵县各基层卫生院发展带来新机遇。该县各院发挥中医在疼痛诊疗、保健、养生方面的优势,逐渐兴起一批疼痛、慢性病诊疗特色专科,如酿溪镇中医疼痛科、小塘镇肛肠科、坪上镇糖尿病专科等医院特色专科声名鹊起,吸引本县及周边县市患者前往诊疗。

中药材产业、中医药康养、中医药文化传承创新,新邵走出一条具有地方特色的建设发展之路。2023年,该县16个乡镇卫生院业务总收入达2亿元,其中业务收入过千万的有8家。

从“养老”到“享老”,打造晚年生活幸福圈

中秋节,新邵县文明办、民政局、卫健委、教育局等部门,组织一批志愿者,下沉到各乡镇、村,组织老年群体开展形式多样的主题文化活动,将温暖与关怀送到老人心中。

在巨口铺镇,65岁的周翠菊老人脸上洋溢着幸福的笑容,她感慨地说:“每逢节假日,志愿者都为我们带来节目表演,还为老人理发、按摩、义诊,让我们感受到深切的关怀和温暖。”

截至2023年底,新邵县有60岁以上老年人156962人,约占总人口19.4%,老年人口呈现出基数大、高龄化趋势。受康寿文化影响,该县将敬老爱老融入政策制定与社会发展中,通过实施慧老措施、举办敬老活动、推广康寿文化等,营造全社会共同关爱老年人的良好氛围。

严塘镇白水洞村是新邵县敬老爱老建设的示范典型,该村整合村级资源,调动社会力量,建设老年活动中心、健身锻炼等场所,以“便老、利老、助老”为主题,开展系列举措,以创新的举措和贴心的服务,让村里每一位老人都感受到被关心、被尊重、被需要。

“志愿者曾军权每过2天就来为我打扫,还陪我聊天。村医危文军每半个月也会上门为我检查身体,有大家的关心,我的生活更好了。”该村52组失能老人孙魁发每当提起村里的志愿服务队,总是满怀感激。近年来,白水洞村村干部、党员、热心群众等20余人组成一支志愿服务队,为村里的独居、失能(半失能)老人上门开展理发、打扫卫生等服务。

该村搭建的“为老服务供需对接平台”,更是将服务做到了老人们的心坎上。村民何丁秀介绍,以前她种的菜要背着走到10余里外的集市售卖,现在村里积极对接餐饮店上门收购老人的农副产品,帮他们解决销售难题。该村还设立心理咨询室,配备专门心理健康咨询师,为老人提供聊天、心理疏导等服务;成立“五老之家”,组织老干部、老党员、老技术员等发挥余热,为村里矛盾纠纷调解、产业发展贡献余热。

今年,白水洞村成功入选全国示范性老年友好型社区,新邵县以该村

为示范,全域推进可复制、可模仿的敬老爱老模式。

新邵县还构建“以居家养老为基础、社区养老为依托、机构养老为支撑、医养相结合”的养老服务体系,为老年人提供温馨的港湾。目前,该县建成公办乡镇敬老院10家、民办养老机构6家,集中供养特困人员。同时,建设城区住宅小区养老驿站或活动中心3家、村(社区)日间照料中心24家,并有序推进适老化改造,“十四五”期间累计完成适老化改造844户。

“妈妈双目失明,去年县民政局为她提供了家庭养老床位和智能化设备后,我们照顾她方便多了。”酿溪镇大塘社区94岁老人张宋芝的儿子对新邵县养老服务表示肯定与感谢。

敬老爱老离不开社会力量的支持,新邵县共建立1个新时代文明实践中心、15个实践所、413个实践站,实现村(社区)全覆盖。依托这些平台,组织600多支志愿服务团队、10余万志愿者常态化开展助老爱老活动。

黄慧萍、汤选妹是志愿者中的佼佼者,她们吃苦耐劳,做事细致用心,对待老人真心实意,定期上门为空巢高龄老人、60岁以上失能或部分失能老人服务,深受老人喜爱。2023年,坪上镇茅坪村7组88岁高龄的龙怀质老人感谢她们的帮助,专门写信到政府部门,赞扬她们。

2022年来,新邵县志愿者累计开展上门服务、文化汇演等敬老助老文明实践活5000余场次,服务时长记录的志愿者达到10万余人,总服务时长近300万小时。

▼全民健身,太极之乡。



岳坪峰之巅,云雾缭绕,仿佛仙境一般,古老的药王殿在其中若隐若现,供奉着孙思邈的神像。游客们在这里听孙思邈的传奇故事,体验中草药的种植与使用,沉浸在中药文化的博大精深之中。

穿“万亩竹海”、享“竹筒全席”、听“养生讲座”,在潭溪镇玄本村,游客与村民一起研讨中医药文化,练习气功,制作富硒养生美食,每一处都散发着健康与和谐的气息。

坪上镇清水村的“百岁泉”更是声名远播,游客们纷纷慕名而来,品尝这神奇的泉水,与村里的长寿老人畅聊养生之道,探寻长寿的秘诀。

“岳坪峰景区一潭溪镇玄本村一坪上镇长寿清水景区”是新邵县探索中医药文化和旅游跨界融合发展推出的一日游精品线路之一。该线路以“古梅山”



▲重阳诗会活动。

变“旅游”为“康养”,探寻健康长寿养生之道

地域为核心,采天下药山之灵气,培根固本、强身健体,被纳入我省首批中医药康养旅游精品线路,收录在“神韵梅山一养元之旅”中。

“我县已经打造20余个康养文旅景点,推出3条特色康养文化旅游路线。”新邵县文旅广电体育局党组书记、局长李红坤介绍,该县以山水为底色、以生态为特色、以文化为灵魂、以康养为载体、以旅游为纽带,将“康寿新邵”的康养文旅品牌推向新高度。目前,该县A级景区的数量达7个。

新邵县拥有白水洞、龙山、天龙山等多个优质山地旅游资源,2021年被省体育局评为“太极拳运动之乡”,太极爱好者人数达1.4万余人。以此为基础,该县融入研学、健身项目,发展山地避暑、山地康养、山地运动等特色山地旅游产品。各景区内,新邵县太极拳协会不定期组织友谊赛、老年运动会等活动,以“拳”汇友,游客欣然往之。白水洞风景名胜区内依托相关资源,把避暑纳凉、森林康养、健身锻炼、研学旅游融为一体,放大游客吸引效应。

新邵县还深度挖掘岳坪峰森林公园的药王文化,打造森林养生基地、空气负离子养生馆、药膳食堂、中医药种植基地等中心,为游客提供了一个自然森林与中医药文化相结合的康养体验。“在这里,游客可以进行修身养心的森林游憩、度假、疗养、保健、养老等活动。”景区负责人介绍,养生旅游特色显著,游客旅游目的地选择更明确。

养生度假游还在新邵县乡村多点开花。玄本村被竹海包围,是个富硒宝地。该村推出以休闲度假为主的田园野趣游、以福寿观和道文化为载体的道文化游、以“龙的传人”为主题的文化游,以及以森林生态和福寿文化为主题植入康养游

的4条游玩线路,为游客提供多样化的选择。“我每个月都要来村里一次,跟村民学习调整呼吸来放松心情,还可以品尝到竹筒饭、竹笋炒肉等自然美食,身心愉悦。”游客李曼说。

清水村以长寿著称,村内有2名百岁老人,80岁以上老人75人。该村建设“百岁广场”,将核心景区民居改造成古色古香的仿古建筑,推出特色养生美食:长寿糕耙、长寿豆腐花、长寿酒等,吸引了众多游客前来品尝打卡、购买。“吃红薯、有时还喝点小米酒……”青龙桥上,谢桂英老人分享着自己的养生食谱;桥边,农户钟海红端上香喷喷的农家饭菜,游客边听边吃,其乐融融。“村里发展起旅游,我依靠办餐,一年能赚十多万呢。”钟海红乐呵呵地说。

康养旅游蓬勃发展,也激发了新邵县开发康养特色商品的活力。宝庆桂丁茶、小河野生茶、玄本野生茶等具有新邵特色的野生茶系列,已成为邵阳野生茶的代表。宝庆桂丁茶更是荣获湖南省旅游商品大赛银奖。古法酿制的下源水酒、玄本竹子富硒酒,以及黄桃、猕猴桃、葡萄等养生水果及中药材深加工制品成品等系列产品,都为新邵康养旅游增添浓厚的底色。

文旅、康养跨界融合的火花,照亮新邵县旅游发展之路。2021年,该县被省文旅厅认定为“湖南省全域旅游示范区”。2023年被中国旅游报社评为“中国健康旅游名县”。今年上半年,已接待游客193.3万人,实现旅游综合收入19.4亿元。

如今,新邵县成为一个正在崛起的康养旅游目的地,以其独特的魅力,迎接来自四面八方的客人,展现出其勃勃生机与无限可能。

