

“95后”邵阳妹子捐献造血干细胞,完成跨省生命救援

“年轻的热血,就该用在最有意义的地方”

邵阳日报讯(记者 袁光宇 通讯员 封宇平 曾庆雄)在中南大学湘雅医院成功捐献200毫升造血干细胞混悬液之后,邵阳妹子芬芬(化名)于4月26日回到广东清远,继续自己的公务员考试之旅。

4月25日下午,面对前来慰问的邵阳市红十字会工作人员,芬芬兴奋地说:“医院方面告诉我,我捐献的干细胞已经第一时间顺利输入千里之外一位患者体内。想到我帮助了远方一位陌生朋友,心里软软的、暖暖的。”

芬芬1997年出生在双清区高崇山镇马杨村。2019年6月1日,就读于上海商学院的她在上海浦东新区开始自己的第一次无偿献血,之后又十多次在湖南、上海、广东等地捐献全血和血小板,成为一名“献血达人”。

“我踏上无偿献血道路的一个原因是，有一次，我在新闻上看到一个和我同龄的女生，因病经常需要输血，但血液供应紧

张,往往需要申请多次才能碰到合适的血液。”芬芬回忆道。

临近大学毕业，芬芬在一次志愿活动中巧遇中华骨髓库正在招募志愿者。“当时现场的宣传视频里，有个小朋友对着镜头说，‘我好想快点长大，去帮助更多人！’那一刻，我感到自己眼眶瞬间湿润了。”没有丝毫犹豫，她当场登记加入中华骨髓库，成为造血干细胞捐献志愿者，并留了血样。“我总觉得，年轻的热血就该用在最有意义的地方！”

捐献骨髓对身体素质要求比较高，芬芬开始注重健康生活。为了做到“时刻准备着”，她坚持规律作息，甚至戒掉了平时最爱的奶茶和火锅。在朋友的介绍下，她还参加了邵阳市红十字水上救援队的训练。

今年年初,一通来自红十字会的电话打破了芬芬生活的平静。“当工作人员告诉我配型成功时,我正在广东清远准备入职考试,但我几乎没有经过任何思考就一口答应

了,因为这是一个生命对另一个生命的呼唤。”芬芬说。

然而,造血干细胞捐献过程远比想象中艰难。连续注射动员剂后,芬芬的身体出现了强烈的不适反应:腰部像被重物压着一般酸痛,整夜难以入眠,连简单的弯腰动作都变得困难,心率也有点快。

4月25日,在中南大学湘雅医院造血干细胞采集室里,4名来自五湖四海的志愿者同时开始采集。随着时间推移,其他3位志愿者都已陆续完成采集,可芬芬因为血管较细,采集速度十分缓慢。“看见大家都已采集结束了,我心里特别着急,不是因为自己身体难受,而是担心耽误患者治疗。”善良的芬芬表示。

历经7个半小时后,芬芬成功完成了200毫升造血干细胞混悬液采集。

“妹子，这个！”在场的医务人员纷纷对芬芬竖起大拇指。

A group of people, including children, are wading in a shallow body of water, likely a rice paddy, planting young rice seedlings. They are wearing red vests and blue jeans. The water is muddy, and the seedlings are green.

“五一”出行 这些堵点绕着走

邵阳日报讯(记者 刘波 通讯员 曾真 邓荃)4月27日,湖南高速集团邵阳分公司发布“五一”假期路网运行态势研判,预测邵阳高速将迎来中短途自驾出游高峰,路网流量处于高位运行状态,建议市民合理安排时间,错峰出行。

今年“五一”期间,高速公路对7座以下

(含7座)小型客车实施免费通行政策。届时,环市(区)、县周边高速公路及国家公路主干线、省界以及通往旅游景点路段流量将较平日激增,呈现以小型客车为主、中短途结合、潮汐车流明显的交通特点。预计邵阳高速收费站出入口流量为96.8万辆,日均19.36万辆。其中,流量峰值出现在5月1日,

峰值流量为22.8万辆。

“五一”期间，邵阳高速部分路段、主干线枢纽互通易造成缓行拥堵，服务区人车汇聚繁忙，部分收费站出入口易出现间歇性排队现象，邵阳高速公路路网运行压力较大。其中包括我省东西走向与南北走向转折的主要通道——梣木山枢纽互通，以及G60沪昆高速邵阳南、邵东、周旺铺、廉桥、隆回、黄桥等收费站。

此外,G60沪昆高速邵东、宝庆、隆回、洞口等服务区也易拥堵,建议司乘人员高速出行提前加油、避免拥堵。

别让“无脑爽剧”消遣了你

这两年,微短剧以其独特的魅力火爆出圈,成为人们茶余饭后的心头好。第53次《中国互联网络发展状况统计报告》显示:截至2024年12月,微短剧用户规模达6.62亿人,网民使用率为59.7%。不少网友在刷微短剧时直呼“剧情好土,但我好爱看”“太上头了,根本停不下来”……

微短剧为什么令人如此上头？首先，微短剧“短小精悍”的特点精准契合了当下人们碎片化的娱乐需求——无论是吃饭、坐公交车，甚至是如厕的间隙，都能轻松刷上几集。这种“随时随地、即看即停”的观剧体验，完美适配了快节奏生活中的零散时间。其次，微短剧通过持续且密集的“爽点”设计，直击观众心理。它不仅满足了人们对即时快感的追求，还悄然激活了人们的心理补

偿机制——在虚拟世界中寻求现实生活中难以获得的满足感。此外,微短剧的商业模式也颇具“心机”:通常先以免费剧集让观众尝到甜头,待剧情进入高潮时开启付费模式。这种环环相扣的设计,往往让观众深陷其中,欲罢不能。

形形色色的微短剧,更像是人们在现实世界之外为自己打造的“狂欢乐园”,它能够将人们从繁琐的生活中短暂抽离,让人暂时忘却烦恼与压力。然而,这种短暂的“逃离”也引发了争议。有人直言,刷微短剧已经成为“杀时间”的头号利器,明明知道浪费时间,可一刷就停不下来,简直是精神鸦片。尽管如此,许多人还是难以抗拒它的诱惑,嘴上说着“不能再刷了”,身体却很诚实,手指一滑,又沉浸其中。

值得注意的是,在激烈的市场竞争中,不少微短剧为追求流量而过度迎合,不惜流于低俗,不是霸道总裁的甜宠套路,就是豪门恩怨的狗血桥段,再不然就是重生复仇、婆媳大战的俗套剧情。这些作品不仅缺乏深度和营养,更在价值观上频频“翻车”,传递出扭曲的金钱观、权力观和情感观。随着粗制滥造、低俗恶趣味的微短剧层出不穷,我们的道德底线和价值观正面临前所未有的冲击。试想,如果我们一味沉迷于这些“无脑爽剧”,不加思考地全盘接受,是否会逐渐被剧中宣扬的偏激观念所同化?是否会沦为被动接受信息的“容器人”,失去独立思考的能力?这种潜移默化的影响,或许比我们想象的更为深远。

对于这种简单粗暴的“快乐”，我们应该时刻保持一份清醒，警惕其背后可能带来的价值观侵蚀与精神依赖。毕竟，不到最后一刻，你都无法确定——是你用它消遣了时间，还是它悄无声息地消遣了你。

茶室闲谈

助推体彩事业高质量发展

仇珂静调研全市体育彩票工作

4月28日，市委常委、副市长仇珂静调研全市体育彩票工作。她强调，要聚焦渠道建设、群体培育、品牌塑造三大工程，为公益事业与体育强市建设注入新动能。

仇珂静先后走访了邵阳市体育彩票管理分中心和部分体育彩票销售网点，与工作人员、代销者进行面对面交流，详细询问彩票销售情况、购彩者的反馈意见以及兑奖流程的便捷性等。她鼓励销售网点充分利用自身优势，吸引更多的年轻人进店体验；要求相关部门立足体育彩票“来之于民、用之于民”的发行宗旨，进一步激发市场活力，确保我市体育彩票事业可持续发展。

仇珂静指出，体彩事业不仅是经济工作，也关乎社会民生福祉，要创新市场推广模式，切实提升品牌影响力，全方位展现体彩公益金助力和保障社会民生领域积极成果。要强化风险防范意识，重视安全生产，

规范涉企行政执法 推动营商环境优化

邵阳日报 (记者 艾哲 通讯员 蒋凯) 4月29日上午,邵阳市规范涉企行政执法专项行动推进会暨2025年度行政执法骨干培训班开班仪式举行。副市长、市公安局局长吴冰出席并讲话。

此次会议,旨在贯彻落实中央、省、市关于规范涉企行政执法专项行动的重要部署,全面提升邵阳市行政执法队伍能力水平,着力打造市场化、法治化营商环境。

扎实推进专项监督走深走实

邵阳日报讯(记者 艾哲 通讯员 罗沛)4月27日,邵阳市人民检察院召开全市检察机关“违规异地执法和趋利性执法司法专项监督”工作部署会。市人民检察院党组书记、检察长陈文忠主持会议。

会议指出,全市检察机关要提高政治站位,充分认识开展专项监督的重大意义;要把握重点任务,扎实推进专项监督走深走实;要聚焦11个方面重点任务,综合运用“四大检

要加强组织领导,确保专项监督各项任务落地见效。两级检察机关要加强组织协同,强化一体履职,注重协同配合,做好宣传引导,以高质效履职办案推进专项监督见行见效。

简讯

文化助残 光影同行

4月23日上午,由市残联、市文化馆联合主办的“到群众最需要的地方去”2025年“文化助残”公益电影放映活动,通过“观影+礼包”的暖心模式,为残疾人送上文化关怀。

当天,来自双清区慧康残疾人日间照料服务中心的30余名残疾人,在工作人员的悉心照顾下,有序入场观看展现特殊群体坚韧不拔精神风貌的励志影片《小小的我》。

市残联有关负责人表示,将以此次活动为契机,联合更多社会力量开展助残项目,切实提升残疾人的获得感、幸福感。

(记者 贺旭艳 通讯员 杜小光)