



▼新邵龙山风光。

深耕康养沃土 绘就振兴画卷

——新邵县康养旅游高质量发展纪实

谭宇 岳贤 肖斌辉

▼新邵资江码头。

新邵县宛如一颗璀璨的明珠,镶嵌在湖南地理几何中心。这里自然风光神奇瑰丽,悠悠资水穿境而过,巍巍龙山延绵不绝。国家级风景名胜区白水洞,山秀、水白、洞幻、石奇,飞瀑流泉与神秘溶洞相得益彰;国家森林公园岳坪峰,更是有着云海松涛、霞光夕照之“仙境”。此外,在这片神奇的土地上,还孕育出底蕴深厚的中医药文化。

近年来,新邵县立足自身优势,大力发展“文旅+康养”旅游产业,从规划布局到项目建设,从资源整合到品牌打造,一步步走出了一条独具特色的康养旅游发展之路,“康寿新邵”文旅强县建设步伐日渐加快。2021年,该县被湖南省文旅厅认定为“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”。2024年,该县接待国内外游客总人数416.93万人次,同比增长11.30%;国内外游客总花费42.38亿元,同比增长12.54%。



新邵白水洞景区广场。



2024年,“我们的节日·重阳”主题文化活动在新邵举行。

▼新邵龙山日出。

做好“中医药+”文章

“晚清年间,孙氏家族的孙慎若就在龙山脚下的太芝庙乡开设伤科诊所,挂牌行医。”新邵孙氏正骨术传承人廖怀章介绍。新邵孙氏正骨术,作为中国第四批国家级非物质文化遗产代表性项目,是新邵中医药文化的璀璨明珠。其倡导的“筋骨并医”“正骨先理筋”“形神并重”“期位辨治”“整体调治”理念,以及“一保肢体、二恢复形体结构、三恢复功能”的临床经验,历经百年传承,在新邵这片土地上生根发芽。

作为湖南省中药材种植示范基地和湖南省优质农副产品(道地药材)供应基地县,该县种植有玉竹、黄精等40余种中药品种,资源丰富、品质优良的中药材,为新邵中医药产业发展奠定了坚实的基础。

近年来,新邵整合乡村振兴项目资金,推广“公司+合作社+农户+基地”发展模式,大力实施药材先导示范等七大工程,新引进药材品种8个,驯化当地野生药材品种2个。2023年,该县仿原生态试种灵芝取得成功,2024年在龙山村扩大规模至13.33公顷。培育玉竹、百合等5大道地药材品牌,其中新邵玉竹获国家地理标志产品认证。同时,在精深加工领域,引进南陌生物、精亿达等高新技术企业,开发中药饮片、养生茶饮等产品。这些产品不仅在国内市场受到青睐,更出口到欧美、中东等地,赢得了国内外客户的广泛赞誉。目前,全县

拥有中药材种植及加工骨干企业10家,中药材种植面积达7000公顷,全产业链产值近15亿元。

在鼓励中药材种植、培育有资质的医院和企业发展的同时,新邵还积极推动中医养生馆建设,加速医养、康养、养老融合发展。该县按照“有人员、有场地、有服务、有设备”的“四有”标准,在全县15个乡镇卫生院分别建成了功能齐备的标准化中医馆,并为363个村卫生室配置了针灸、火罐、刮痧板、TDP神灯等四类基本的中医诊疗设备。

走进小塘镇卫生院中医馆,只见馆内宽敞静谧、古香古色。在养生馆的推拿室,理疗师正在为患者按摩腰部。“养生馆配备了熏蒸机、诊疗仪、蜡疗仪等10多种中医疗疗设备,主要开展按摩、推拿、拔罐、中药熏蒸、艾灸、针灸、蜡疗、穴位贴敷等特色中医养生项目。”该院院长李晓忠说。

此外,该县积极构建“医院有特色、科室有特点”的中医发展格局。各乡镇卫生院结合自身实际,推出了符合群众需求的服务项目。如酿溪镇卫生院中医疼痛科、坪上镇卫生院糖尿病专科等特色专科临床疗效明显,获得越来越多患者的欢迎。

未来,新邵将继续深耕康养旅游领域,不断创新发展模式,丰富产品供给,提升服务品质,向着“创建国家全域旅游示范区”的目标奋勇前行,让“康寿新邵”的名片愈发闪亮。

到“湖南之心”找寻“诗和远方”

6月25日,长沙游客刘正一家自驾来到新邵白水洞景区游玩。“打开车窗,一路绿树繁花相伴。”刘正说,景区内的各种自然景观令人惊喜,特别是站在瀑布下方,空气中弥漫着清新的水汽,每一次呼吸都满是自然的味道。

白水洞景区内位于新邵县严塘镇境内,景区内峡谷幽深,还有飞瀑流泉。白龙洞作为景区的一大亮点,是典型的喀斯特溶洞。洞内钟乳石、石幔、石笋形态各异,在灯光的映照下,仿佛一座梦幻的地下宫殿。景区内的白水古院,保留了明清时期的建筑风格,青砖黛瓦,古色古香。在这里,游客不仅能欣赏到精美的建筑,还能参与传统民俗活动,品尝地道的湘中美食,感受浓郁的乡土气息。

“这里,有清冽甘甜的水,有让人心旷神怡的空气,还有地道的乡村美食。在这里,我忘记了工作的烦恼、生活的压力。”新邵的山水风光,让来自广东的吴女士流连忘返。

近年来,新邵县立足自身丰富的资源优势,积极响应文旅融合发展战略,以“全域旅游活县”为引领,将文化与旅游深度绑定,为文旅产业发展按下“加速键”。

深挖文化内涵,才能为旅游发展注入灵魂。岳坪峰国家森林公园深入挖掘药王文化,打造药王殿、炼丹池等景点,重现药圣孙思邈在此采药行医的历史场景。游客在欣赏自然风光的同时,可感受中医药文化的博大精深。坪上镇清水村围绕百岁泉、长寿文化广场等元素,开发了“长寿探秘游”。在此,游客可品尝长寿美食、体验长寿民俗,探寻健康长寿的养生之道。

在文旅融合的实践中,新邵县不断创新活动形式,增强游客的参与感与体验感。白水洞景区举办的“山野音乐会”,将音乐与自然山水完美融合。游客在欣赏美景的同时,还能登台献唱。此外,该景区五一期间举办的“白水洞音乐盛典”,邀请了央视星光大道年度亚军石冬等新邵本土明星助阵,吸引大量游客前来,现场气氛热烈非凡。端午期间,“长寿清水景区”推出“饮长寿清水,过端午佳节”主题活动。众多游客参与包粽子、喝雄黄酒等传统活动,沉浸式体验端午文化。

不仅如此,该县还以文旅融合为契机,大力发展乡村旅游。坪上镇小河村依托得天独厚的自然资源,打造茶马古道、瀑布群、露营烧烤基地等景点,发展农家乐、乡村民宿等业态,深化农文旅融合,获评“中国美丽休闲乡村”。酿溪镇王家坪村举办首届“村光大道”,以“群众即主角、山乡即舞台”为核心,通过周赛、月赛等形式,吸引村民和文艺爱好者同台竞技,在抖音等平台上吸引上百万人次围观。活动举办以来,该村游客倍增,带动了当地文旅产业的快速发展。

新邵还以创建全国文明城市为契机,围绕提振舒适基数、提高安全系数、提升放心指数三个方面,构筑纵向到底、横向到边的责任体系,全覆盖式开展全域旅游环境整治,努力创建文明和谐、宜居安心的旅游环境,让各方游客进出放心、游玩舒心、居住安心。

► 酿溪镇王家坪村举办首届“村光大道”。

康养景点串珠成链

近年来,新邵县依托良好的生态底色和丰富的中医药文化资源,打造20余个康养文化旅游景点,推出3条特色康养文化旅游路线。其中,“岳坪峰景区—潭溪镇玄本村—坪上镇长寿清水景区”,是该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。

岳坪峰国家森林公园,森林覆盖率高达98%,空气中负氧离子含量极高。春季,千亩映山红在海拔1100至1400米的山峦间肆意绽放,赤红如潮绵延五余公里,仿佛天边的云霞倾洒山间;夏季,这里气温清凉如春(年平均气温11摄氏度左右),是绝佳的避暑胜地。岳坪峰不仅自然风光迷人,更承载着深厚的文化底蕴,其中最著名的当属龙山药王医药文化。据传,唐代著名医药学家孙思邈曾在此采药治病、济世救人,并在此完成了医学巨著《千金要方》和《千金翼方》,为后世留下了宝贵的医学财富。

依托丰富的自然资源和深厚

的医药文化,岳坪峰国家森林公园在县委、县政府的大力支持下,大力发展康养旅游。为提升康养景点的吸引力,该公园规划了420公顷土地用于建设森林养生基地、离子养生馆、药膳食堂、中医种植基地、养生驿站等康养设施,可为游客提供全方位的康养体验。此外,该县投资近两亿元完善了岳坪峰国家森林公园旅游公路、电信电缆、排污等设施,建设了景区内游步道、游客接待中心等服务设施。

登“央广原址”、穿“万亩竹海”、享“竹筒全席”、听“养生讲座”……风光秀丽的潭溪镇玄本村,根据自身特色,推出了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旅游、以“龙的传人”为主题的文化游、以森林生态和福寿文化为主题的康养游4条游玩线路,为游客提供多样化的选择。

穿过近500米长的“一线天”,就进入坪上镇清水村中心地带。一栋栋修葺一新的农舍掩映在绿树中,扑面而来的清新空气让人感觉无比舒畅。村里的老人们鹤发童颜,三三两两悠闲地在房前树下或聊天,或闭目养神。每当有慕名而来的客人进村“探秘”,老人们就自然成为解读“长寿村”的活字典。村子里的人很少生病,四世同堂、五世同堂,一点都不稀奇,很多七八十岁的老人还能下地做一些简单的农活。

“我们村曾出现过6位百岁老人,最大年纪109岁。在我们这里,60岁的都是‘年轻人’哩!”说起村里长寿情况,清水村党总支书记张春生的音调不由得高了几度。2015年,该村因长寿老人多被媒体报道后声名大噪。这里的村民因何长寿?在此生活了50多年的张春生说:“这里空气好,水质好。”据了

解,地处朗概山深处的清水村,森林覆盖率达95%。山泉水经过山体层层过滤,溶入了20多种有益人体健康的微量元素。

随着越来越多的游客来清水村探索长寿密码,清水村村“两委”敏锐地嗅到了商机。他们以“康养+”为核心,精心打造了康养文旅景点,推出特色康养旅游线路。游客不仅能在百岁广场感受浓厚的长寿文化氛围,沿生态游步道亲近自然,还可在山间民宿享受静谧的休憩时光,品尝用本地食材与山泉水烹制的养生美食。随着旅游的红火,不少村民将自己的民房改为民宿、农家餐馆等,其收入也因此实现了翻倍增长。

如今,无论是追寻药王足迹,体验森林康养之旅;抑或是探寻长寿秘诀,感受原生态慢生活,新邵都能满足游客们对康养旅游的所有期待。今年五一假期,全县旅游火爆出圈,共接待游客31.13万人次,旅游综合收入2.74亿元,同比增长11.41%和18.10%。

► 清水村全景。