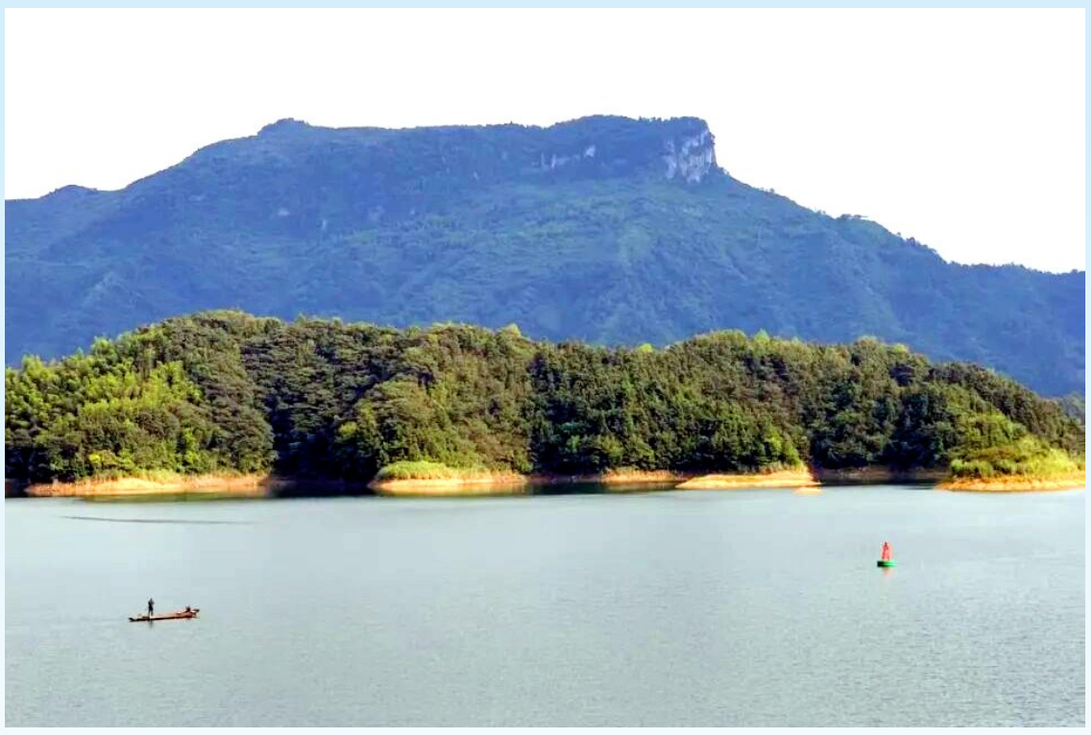
秋季山野韵味浓

——我市乡村游正当时

本报记者 陈希子









秋高气爽，正是开启乡村游的好时节。在咸宁的碧水青山之间，藏着一个个美丽乡村，不仅是游玩的好去处，更能开启一段品味当地民俗盛宴的文化之旅。

9月开学季，阳光穿透薄雾洒在咸安区高桥镇白水畈的田野上。萝卜公社的研学营地里，一群来自武汉的小学生正蹲在田埂边，跟着农户学习辨认成熟的萝卜品种。

“这是咱们白水畈的拳头产品，皮薄肉脆，生吃甜、炖汤鲜。”萝卜公社研学导师李建国一边示范拔萝卜的技巧，一边向孩子们介绍。他告诉记者，今年开学季，萝卜公社推出了研学体验主题活动，将农耕体验、农事科普和田园美食深度融合，“光是暑假最后几天就接待了800多名学生和家庭游客。”

不远处的田野里，一片鸟语花香。来自嘉鱼的游客王女士正带着父母在树荫下拍照，她笑着说：“看到这一片花草树木就觉得心里惬意。刚才还体验了古法打稻谷，手都磨红了，但特别开心。”

现场导游介绍，今年秋季园区特别打造了“稻花香里说丰年”主题游线，游客可以参与割草、揉糍粑、酿米酒等全流程农事体验，“我们还把收获的稻谷加工成米糕、米酒，让游客把‘丰收的味道’带回家。”

9月2日，武汉游客庞爽驱车前往咸安区桂花镇。刚驶入镇区，浓郁的花香便扑面而来。道路两旁、房前屋后、山坡沟壑，到处都是葱郁的绿植，仿佛给大地披上了一层纱衣。

桂花源景区工作人员刘芳一边引导游客参观，一边介绍，“我们这里有中国最大的古桂花树群，树龄最长的超过600年。每年中秋前后到十月底，是赏桂的最佳时节。”

在桂花源景区的古桂树下，来自湖南的游客陈先生正举着手机直播：“家人们，我现在在咸宁桂花源！这里的桂花糕、桂花酒都是现做的，一会儿给你们‘尝尝’。”

刘芳和游客兴致勃勃介绍，景区适时推出“桂花文化深度游”项目，游客不仅可以赏桂、采桂，还能亲手制作桂花糕、酿桂花酒、制桂花茶，“很多游客专程从武汉、长沙过来，就为了体验一把‘桂乡人’的生活。”刘芳说。

同日，在崇阳县白霓镇油市村，小自然野奢度假村掩映在青山绿水间。度假村负责人殷经理正忙着接待一批来自江西的自驾游客。“借助网络宣传，房间提前两周就订满了。”殷经理笑着说。

度假村的“四季餐厅”里，没有固定的菜单，食材全部来自周边的农田和山林。当天的午餐有腊肉炖雷竹笋、清炒时令蔬菜、土鸡汤，每一道菜都带着泥土的芬芳。“我们崇阳是‘中华雷竹之乡’，秋天的雷竹笋配上自家腌的腊肉，那味道绝了。”殷经理自豪地说。

秋天的小山村褪去了夏日的喧嚣，多了几分宁静与诗意。民宿老板周华介绍，秋季这里主打“亲子+康养”主题，推出了蜂蜜采收体验、山野徒步、星空露营等项目，“很多家庭周末从城市过来，住一晚木屋，带孩子认识大自然，非常惬意。”

来自武汉的退休教师陈女士说：“我和老伴每年秋天都会来咸宁住上一段时间，这里空气好、环境美，最重要的是人热情。住在农家小院里，早上起来听听鸟鸣，晚上看看星星，感觉整个人都放松了。”

“带孩子来乡村，比接触电子产品更有意义。”来自长沙的年轻妈妈刘女士说，“在萝卜公社，孩子亲手种了萝卜、喂了小动物，还学会了辨认农作物。这种体验是在城市里得不到的。”

来自江西的自驾游爱好者王先生则表示：“咸宁的乡村旅游越来越有品质了，民宿条件好、餐饮有特色、活动也丰富。我们这次计划玩三天，从崇阳到通山再到赤壁，一路走一路玩，非常惬意。”

秋日的咸宁，是一幅流动的田园画卷。金黄的稻田、飘香的桂花、古朴的村落、热情的乡民，共同构成了这个季节最动人的风景。

在这个秋天，不妨背起行囊，来咸宁的田园间，寻找属于你的“诗和远方”。从“卖风景”到“卖生活”，从“一日游”到“深度游”，咸宁的乡村旅游正在经历一场华丽的蜕变。当越来越多的游客走进乡村、爱上乡村，这片土地上的丰收故事，也将续写出更加精彩的篇章。

记者伴你游咸宁



吃在咸宁

刁子鱼

本报记者 陈希子



刁子鱼学名翘嘴鲌，因嘴尖上翘形似刁钻而得名，是长江流域特有的淡水鱼种。在湖北、湖南等地，刁子鱼素有“长江三鲜”之外第四鲜的美誉，其肉质细嫩、味道鲜美，深受食客青睐。

刁子鱼对水质的要求近乎苛刻。它只栖息在清澈的开阔水域，以小鱼小虾为食，游速极快，来去如风。正因如此，它的肉质细嫩紧实，毫无土腥之气。或清蒸，或香煎，或裹上面糊油炸成金黄。

清蒸的刁子鱼，只需撒上姜丝葱段，淋一勺滚油，那鲜味便从雪白的鱼肉里丝丝缕缕地渗出来，鲜得人舌尖发颤。香煎的则另有一番风味，外皮焦酥，内里却嫩得像豆腐，筷子轻轻一拨，蒜瓣似的肉便整块脱落，入口是绝佳的体验。

在咸安老城区的一家餐馆里，厨师王师傅正在处理刚送来的刁子鱼。只见他手法娴熟，去鳞、开膛、去内脏，动作一气呵成。“刁子鱼最讲究新鲜，从出水到上桌不能超过半天。”王师傅介绍道，“我们店里每天清晨派专人去菜市场挑鱼，只有新鲜才能保证做出来的成品肉质最细腻。”

王师傅说，依稀记得自己当学徒时，跟着老师傅捕获刁子鱼的情景。那鱼在网中翻腾，银白的鳞片在太阳下晃得人睁不开眼，细长的身躯弯成一张弓，尾巴拍打得水花四溅。

他伸手去捉，那鱼竟从他指缝间滑脱，“啪”地一声落回舱底，溅了他一脸水。老渔民们在一旁哈哈大笑：“这鱼刁得很，得顺着它的劲儿来。”这成了王师傅处理刁子鱼的宝贵经验。

刁子鱼烹饪简单，其他的鱼处理内脏都比较麻烦，小条的刁子鱼可以直接挤掉少量的内脏，再用清水清洗即可。处理好的刁子鱼，两面煎至金黄，用少许豆瓣酱提鲜，收汁后就能出锅了。配白米饭、稀饭，堪称一绝。

早些年，咸宁人喜欢将半尺来长的小刁子鱼收拾干净，用少许菜籽油慢火煸至酥脆，再撒上自家腌的辣椒酱。那滋味，咸鲜中带着微辣，鱼骨都已酥软可嚼，是不少本地人童年记忆里最奢侈的美味。

同济医院咸宁医院扬帆启航

幕阜山麓筑起“生命防线”

本报记者 刘思祺 金崇 张昊 通讯员 张文

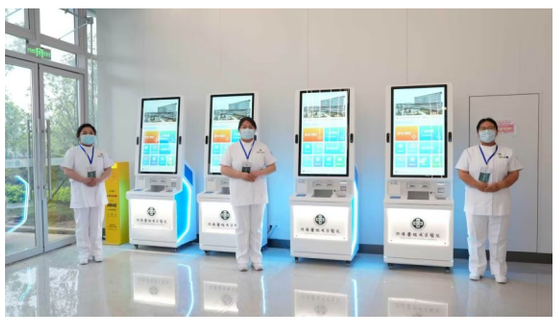


作为国家第五批、湖北省首批国家区域医疗中心建设项目，这座总投资12.5亿元、占地215亩、建筑面积12.65万平方米、规划床位1000张的“国字号”医院，由咸宁市政府与华中科技大学同济医学院附属同济医院合作共建，将同济同质化的顶尖诊疗能力，稳稳“扎根”在了幕阜山麓、梓山湖之畔，为鄂湘赣毗邻地区群众筑起家门口的生命防线。









1 2100万人的健康期盼

优质医疗资源下沉，是最实在的民生福祉。长期以来，幕阜山片区受地理区位、医疗资源限制，重症就医短板突出。

为破解区域民生痛点、落实国家优质医疗资源扩容下沉战略，咸宁将该项目列为全市重点民生工程，举全市之力全速攻坚，跑出了全省领先的“咸宁速度”。项目于2023年7月获批，2024年5月8日破土动工，年底实现主体封顶；今年4月28日门诊率先开诊，7月17日取得三级综合医院许可证，8月12日医保定点落地。这一速度不仅刷新了全省同类项目最短建设周期纪录，更囊括了机构设置、事业法人、执业许可、启动运营、三级资质等全部五项“全省之首”。

“咸宁举全市之力、集全市之智，做好人、财、物全方位保障，高规格建设这座辐射湘鄂赣的国家区域医疗中心。”市卫健委党组副书记、同济医院咸宁医院党委书记万志高表示。

医院选址咸宁梓山湖新城，恰好位于武汉、长沙、南昌形成的“中三角”地理中心，75公里可到黄石、85公里连通仙桃、120公里覆盖岳阳、155公里可达九江，均在2小时车程范围内。未来，医院服务范围将覆盖鄂湘赣三省交界幕阜山片区，惠及2100万群众，有效补齐区域心脑血管危急重症救治能力短板。

2 同济技术落地生根

国家区域医疗中心的核心价值，在于能否承接区域最高难度病症、真正解决群众“大病远治”难题。

62岁的刘先生突发主动脉夹层——这种被称为“血管炸弹”的急危重症，发病迅猛、致死率极高，以往必须紧急转诊武汉。同济医院心脏大血管外科主任医师王海灏、潘友民团队精准研判，在咸宁本地成功实施手术，全程规避长途转运风险。

“运营管理、技术输出、人才派驻全部由同济医院主导，将成熟的医疗技术、管理理念整体复制到咸宁。”同济医院咸宁医院院长王海灏说。主动脉夹层手术、体外循环下的心脏瓣膜修复或置换手术、冠脉搭桥手术——这些过去在咸宁多年未开展的技术，如今将常态化落地。

顶尖技术的一揽子平移更令人振奋。陈孝平院士担任医院荣誉院长，所有临床科室主任、学科带头人均由同济本部骨干担任。随之而来的，是同济一系列高难度手术将逐步落地咸宁，鄂南患者在家门口就能获得国家级诊疗方案，真正实现“大病不出门，名医在家门”。

与此同时，医院坚持“强专科、精综合”发展定位，聚焦心内科、血管外科、心胸外科、神经内科、神经外科、重症医学科六大专科建设，构建心脑血管疾病和急危重症两大救治体系。配备GE256排超高端CT、西门子3.0T磁共振、飞利浦超高端DSA等设备，开放手术与微创介入可同台开展，一站式解决复杂心脑血管、大血管及其他疑难病症。

在人才队伍建设上，咸宁采取“请进来”与“走出去”策略。同济专家常态化驻院坐诊、带教，本地骨干被选送至同济总院深造。从市级公立医疗机构抽调骨干86人，硕博占比超四成；已完成多轮高层次人才招聘161人；持续选派学术带头人赴同济医院进修，截至目前已有100余名本地医护人员完成轮训。

3 智慧医疗深度赋能

如果说硬核技术和顶尖专家是这家医院的“骨架”，那智慧医疗就是流淌其中的“血液”。

医院以148个核心系统构建现代智慧医疗健康服务体系，气动与箱式双物流系统全域覆盖，标本、药品、器械一键直达，秒级传送；与同济总院实时连通的远程会诊、影像诊断、双向转诊体系，让顶级专家的判断跨越距离直达床边。临床辅助决策、AI病历质控、静脉血栓防治、患者追踪管理等智能化应用全面部署。

更具突破性的探索，在于“泛血管中心”的创新设立。心梗、脑梗、动脉瘤等血管相关疾病，一个中心一站式处理。医院以泛血管学科为突破口，建设学科专病数据库与大模型工具链，打通医联体内各医疗机构数据通道，对高血压、糖尿病等高危人群自动标记、统一入库、分层管理，实现泛血管疾病高危人群的区域统一筛查和动态跟踪，树立全国“泛血管信息化样板”。

从泛血管学科的一体化重构，到多中心筛查与慢病管理的全程闭环，一套覆盖“诊前—诊中—诊后”与“科研—教学—管理”的双驱动全周期智慧医疗“咸宁模式”，在此落地生根。

面向未来，医院确立了清晰的目标：力争5年内将重点疾病跨区域就医率降低80%以上。咸宁正同步完善省市县乡四级医疗联动机制，优化医院周边交通和生活配套，不断提升群众的就医体验和健康获得感。