

鲁西新区：“文旅+消费”绘就假日新图景

双节假期期间，鲁西新区紧扣“人文赋能经济、经济反哺民生”核心定位，整合文化体验、商业消费、田园研学、体育赛事等多元场景资源，让假日经济既有市井“烟火气”，更具文化“内涵味”。

文化惠民活动是此次假期的“暖心底色”。菏泽保利大剧院精心策划的“双节惠民演出季”持续升温，10余场涵盖不同受众的演出轮番登场：大型儿童杂技魔幻剧《大闹天宫》凭借3D特效与精彩杂技，让孩子们沉浸式感受经典魅力；古典音乐会用悠扬旋律传递家国情怀，现实题材话剧引发观众情感共鸣，潮流脱口秀为年轻人带来轻松欢乐。“以前看专业演出要跑外地，现在在家门口就能享受文化大餐。”带着家人观演的市民刘海洋感慨。与此同时，街巷间的非遗展演同样热闹，丹阳

街道万达金街曹州巷的山东坠子专场，将防诈骗知识、移风易俗理念融入传统唱腔，“老曲新唱”的形式吸引老幼观众围坐观赏，手机记录精彩瞬间的画面随处可见，非遗文化在互动中真正走进百姓生活。

商业消费市场呈现“多点开花”的旺盛态势。尽管假期偶有小雨，鲁西新区各大商圈依旧人气爆棚。万达广场内，餐饮区成为“热门打卡地”，火锅、烤肉等店铺门前排起长队。一烤肉店工作人员介绍：“每天下午5点就满座了，员工轮班忙到深夜，客流量比平日翻了两倍多。”亲子游乐区的欢笑声此起彼伏，商场举办的“菏泽腕力争霸赛”更是点燃年轻群体热情，参与者在竞技中延长停留时间，带动服饰、美妆等业态消费。餐饮消费的红火还辐

射至上游产业，鲁西新区诚智餐具消毒有限公司车间内，流水线24小时不停运转，日均处理近10万套餐具。该公司总经理张国旺说：“虽然员工每天工作较长时间，但看到消费市场这么旺，大家都干劲十足。”

特色文旅产品与沉浸式体验则为假日经济“加分提色”。鲁西新区深挖地域文化资源，推出的“曹州花相酥”成为游客争相购买的“伴手礼”。这款以菏泽芍药为设计灵感的糕点，经两个月花酱腌制、传统酥点工艺制作，外皮酥香、内馅清甜，表面雕花呼应双节氛围，日均销量达二三百件，部分通过快递发往全国。“菏泽芍药鲜切花产量占全国六成，我们正通过‘地标食材+传统工艺’，让芍药从‘观赏花’变成‘味觉产品’。”爱都欧麦莱

店铺负责人刘洪敏介绍，此举不仅丰富了文旅消费场景，更推动非遗技艺融入日常生活。此外，陈集镇金硕现代农业产业园的“田间劳动课”备受青睐，百余名小学生在这里采摘果实、探索养殖奥秘，在亲近自然中学习劳动技能；曹州武校体育场内，2025年山东省齐鲁足球超级联赛激情上演，菏泽曹州队、灵感队双双晋级八强，千余名球迷冒雨助威，体育赛事与文旅体验的融合，为新区增添了更多活力。

如今，假期的热闹虽已落幕，但鲁西新区的发展热度仍在延续。从“人从众”的消费活力，到“心向往”的人文温度，二者相互促进、协同发力，正为鲁西新区高质量发展注入源源不断的新动能。

记者 毛慎沛

陈素景：让面塑技艺绽放光彩

半路“出家”打破陈规承技艺

穆李村是曹州李派面塑的发源地，这门技艺在国内外享有“文武二李”的美誉。陈素景与面塑的缘分始于1986年。那一年，她嫁入李派面塑世家，成为民间工艺美术家李芳清的儿媳。嫁入李家后，陈素景上敬公婆、下和姐妹，以勤恳与真诚赢得了全家认可。李芳清看中她的聪慧与踏实，毅然打破陈规，决定亲自传授技艺。她悟性颇高，很快掌握了面塑的核心技法，从捏制简单的花朵到塑造复杂的人物，技艺日渐娴熟。

凭借对这门技艺的执着，陈素景的面塑之路不断进阶：2009年，她成为山东省非物质文化遗产项目“曹州面人”代表性传承人；2018年，更获评国家级非物质文化遗产项目代表性传承人，让李派面塑的荣光在她手中延续。

指尖生花 方寸面团藏乾坤

“以前做面人，得提前一天准备，用白面混合糯米粉，加甘油、蜂蜜，温水和面，汤半小时再蒸半小时，出锅后还要揉入颜料，加防腐劑。现在技术进步了，有现成的面团可用，省了不少事。”陈素景拿起一块肤色面团，向记者介绍制作面塑的工具：竹签作骨架，梳子压出衣纹条纹，剪刀剪出精巧发饰，塑刀则负责切、按、挑、扎。一套工具虽简单，却能让人物“活”起来。

捏制人物有讲究，“站着七个头高、坐着五个头高、蹲着三个头高，比例不能错。”陈素景边说边演示。只见她在竹签上端捏出头型，用塑刀压出眼窝，再用尖端挑出鼻子定出面部中央，随后嵌入黑白眼珠，最后勾勒出嘴巴。不过几分钟，人物面部便棱角分明、神态灵动。再经过搓、团、捻、擀、剪等多道工序，一个手持金箍棒、威风凛凛的孙悟空形象便完整呈现。

“初学者得先练基本功，从做花朵开始。”陈素景随手取过彩色面团，先捏出小巧的花心，再用手轻轻往外捻出花瓣，“花瓣要由小到大，最后用拨子调整形状。”片刻间，几片花瓣组合成花，加上绿叶与花茎，一朵栩栩如生的康乃馨便完成了。“步骤看着简单，细节里全是功夫，得沉下心来练。”陈素景说。

多年来，陈素景的作品屡屡获奖：《白蛇传》《钟馗嫁妹》《三打白骨精》等传统题材作品，《红色娘子军》《新疆丰收舞》《农村三姐妹》等现实题材作品，以及一组组《红楼梦》人物，先后斩获国家、省、市、区级金银铜奖。部分作品还被菏泽市档案馆、方志馆、国花馆及山东艺术学院等单位收藏，成为曹州面塑的“活名片”。

坚守传承 让非遗走向更远

如今，陈素景的儿子儿媳想接她去西安安享生活，却被她婉拒。“老一辈把手艺传下来了，我一走，根就断了，手艺不能在我这儿断了。”陈素景说。

对于想学习面塑的爱好者，陈素景总会悉心指导。如今，她的学生已不计其数，“只要有人来学，我就毫无保留地教，不能让老手艺断了代。”陈素景说。如今，她的学生遍布全国各地，有退休老人，也有刚毕业的青年，还有正在上学的学生。更有学生将曹州面塑带出国门，让这门中国传统技艺在世界舞台上绽放光彩。

“与面团为伴，看着它们在指尖‘生花’，我这辈子值了。”40载坚守，陈素景用匠心守护着曹州面塑的传承，也努力让这门技艺“活”在当下。她坚信，在更多人的关注与参与下，曹州面塑这门古老技艺，定能在新时代焕发出更强大的生机与活力。

记者 全志华

菏泽17名戏曲票友亮相 山东省首届戏曲票友展演

本报讯（记者 全志华）近日，山东省首届戏曲票友展演暨莱西戏曲文化游乐季在莱西市举行。作为戏曲文化底蕴深厚的城市，我市选派17名优秀戏曲票友组成参演队伍，在国家一级演员、中国戏剧家协会会员、著名豫剧表演艺术家杨俊华的引领下，亮相此次省级戏曲盛宴，展现菏泽戏曲票友的专业水准与文化风采。

此次活动由山东省戏剧家协会等单位联合主办，以“戏聚齐鲁 艺展风采”为主题。展演汇聚了全省10多个剧种，近百名优秀票友同台竞技，部分中国戏剧梅花奖获得者及戏曲名家受邀参与评审与演出，吸引全省各地市剧协、票友代表等400余人参与。众多戏曲爱好者通过网络直播同步收听收看，此次活动是一场覆盖广泛、影响力强的戏曲文化嘉年华。

菏泽作为“中国戏曲之乡”，始终重视戏曲文化的普及与票友队伍的培养。此次17名票友的参演涵盖了豫剧等多个剧种，希望通过此次活动进一步推动菏泽与全省各地的戏曲文化交流，让更多人感受到菏泽戏曲的深厚底蕴。



弘扬传统文化 助力健康成长

为弘扬中华优秀传统文化，近日，鲁西新区丹阳街道桑屯社区联合中正书院开展《论语》主题读书会，面向社区儿童，开启一场经典文化的浸润之旅。在经典诵读环节，诵读老师逐字正音，带领大家诵读《论语》章节，孩子们专注跟读。在解读讨论环节，国学老师结合生活实际，对《论语》选段含义进行深入浅出的解读。此次读书会，让孩子们深深感受到了传统文化的魅力。

记者 黄敬峰 摄

单县中心医院成功实施首例胃底静脉曲张精准栓塞术

本报讯（记者 王富刚 通讯员 刘亚鲁）近日，单县中心医院消化内科超声内镜团队成功开展医院首例超声内镜（EUS）引导下弹簧圈联合组织胶精准栓塞术。该技术通过“钢筋+水泥”的模式（弹簧圈提供支撑结构，组织胶实现永久栓塞），实现了精准治疗、风险控制及即时评估的三重优势，显著提高了治疗的安全性和有效性。

该患者为酒精性肝硬化，近期先后2次出血。完善上腹增强CT提示肝硬化、门脉高压及存在胃肾分流道（直径约6mm）。胃底静脉曲张胃肾分流发生率高，异位栓塞风险高。经科室充分讨论，认为患者为重型，决定采用超声内镜引导下曲张静脉精准介入术，根据实时超声影像，把组织胶硬化剂、弹簧圈注射于曲张静脉中，达到精准治疗的目的。

本次手术在消化内科二病区主任孟环及主任医师杜焯全程指导下，由消化内科副主任医师赵洪波操作，副主任医师韩

东、刘明剑及护士长冯颖全程协助，麻醉科主任孙传良团队为患者实施气管插管全麻，依托超声内镜系统，创新性采用“弹簧圈骨架支撑+组织胶生物封堵”双联疗法。

此项技术优点：超声内镜下组织胶注射术实时监测组织胶注射，使胶水用量最小化，在一定程度上降低再出血率和异位栓塞率。超声内镜下弹簧圈置入术弹簧圈吸引带负电荷的血液成分（红细胞、白细胞、血小板等）发生聚集，在血管内形成血栓。弹簧圈的使用能进一步降低异位栓塞风险。此技术相对难度在于：要求术者同时精通超声内镜和静脉曲张治疗技术；其次，设备要求高，需要配备超声内镜系统和专用配件。

该手术的成功标志着单县中心医院在门脉高压并发症及超声内镜介入治疗领域实现技术突破。医院消化内科将继续深入推动消化道出血诊疗规范化、精准化和微创化，将来为更多患者带来福音。

夜深人静，当大多数人沉浸在甜美梦乡时，有一群人却在经历一场“呼吸拉锯战”。他们鼾声如雷，却时而突然静默，仿佛呼吸被无形之手扼住，几十秒后，又随着一声巨大的鼾声恢复通气。这并非普通的打鼾，而是睡眠呼吸暂停综合征（Sleep Apnea Syndrome, SAS）的典型表现，是一个严重影响健康却常被忽视的“夜间隐形杀手”。

什么是睡眠呼吸暂停综合征？

睡眠呼吸暂停综合征是一种在睡眠过程中反复出现呼吸暂停或浅慢呼吸的睡眠障碍性疾病，其主要病理基础是上气道在睡眠时发生塌陷或阻塞，导致气流中断。医学上对其有明确的诊断标准：在每晚7小时的睡眠中，呼吸暂停（口鼻气流停止≥10秒）反复发作30次以上，或睡眠呼吸暂停低通气指数（AHI）≥5次。

根据发病机制的不同，SAS主要分为三种类型：阻塞性睡眠呼吸暂停（OSA）是最常见的类型，约占所有病例的80%—90%。其发生是由于上气道（如咽喉部）肌肉在睡眠时过度松弛塌陷，造成气道阻塞，但呼吸驱动仍然存在。中枢性睡眠呼吸暂停（CSA）相对少见，其问题根源在于呼吸中

全面认识睡眠呼吸暂停综合征

菏泽市立医院 侯凯

枢功能暂时失常，大脑未能及时向呼吸肌发出呼吸指令。混合性睡眠呼吸暂停则更为复杂，同一晚内兼有上述两种类型的特点。

“隐形杀手”的危害远超想象

睡眠呼吸暂停的危害远不止于夜间鼾声和白天困倦。每一次呼吸暂停都意味着身体陷入短暂的缺氧状态。这种反复的缺氧-复氧过程，会像“夜间海啸”一样冲击全身各个系统。

心血管系统是睡眠呼吸暂停的首要攻击目标。反复缺氧不仅会诱发和加重高血压，更是冠心病、心肌梗死、心力衰竭和脑卒中的独立危险因素。

代谢系统同样深受其害。睡眠呼吸暂停与胰岛素抵抗、2型糖尿病的发生发展密切相关。间歇性缺氧会干扰正常的糖代谢过程，导致血糖控制恶化。

神经系统在长期睡眠结构破坏和深

度睡眠缺失的情况下，功能受损尤为明显。

谁是高危人群？如何识别？

以下人群患病风险显著增高：肥胖者，尤其是颈短粗、下巴后缩体型的人；中老年男性；有家族史者；长期大量饮酒、吸烟或服用镇静药物者；以及某些解剖结构异常者，如扁桃体肥大、鼻中隔偏曲等。

识别睡眠呼吸暂停需要关注特定的症状表现。除了响亮且不规律的鼾声外，典型症状可分为夜间和白天两类。夜间症状包括：可被伴侣观察到的呼吸暂停、夜尿增多、盗汗、憋醒等。白天症状则表现为：醒后口干头痛、过度嗜睡、注意力不集中等。

诊断与治疗：重获安宁睡眠

如果怀疑患有睡眠呼吸暂停综合征，应及时前往医院的呼吸科、耳鼻喉科或睡眠中心就诊。多导睡眠监测（PSG）是诊断

的“金标准”。这项检查通过在睡眠实验室佩戴专业设备，全面记录脑电、眼动、肌电、呼吸、血氧、心率等指标，能够准确评估病情严重程度。

睡眠呼吸暂停的治疗需个体化，主要治疗方法包括：

生活方式干预是基础治疗手段。对超重者而言，减重是最有效的方法之一。此外，侧卧位睡眠、避免睡前饮酒和镇静药物也有助于改善症状。

无创气道正压通气治疗（CPAP）是中重度OSA的首选治疗方法。患者在睡眠时佩戴一个小型呼吸机面罩，机器持续输送一定压力的空气，像“空气支架”一样撑开塌陷的气道，保持呼吸通畅。

口腔矫治器适用于轻中度患者。这种类似牙套的装置在睡眠时佩戴，可将下颌向前牵引，从而扩大咽部气道。手术治疗主要针对有明确解剖结构异常的患者，如鼻息肉、严重扁桃体肥大等，可通过手术解除梗阻。

睡眠呼吸暂停综合征是一个可防可治的常见病。如果您或家人有相关症状，请务必重视，及时筛查，通过科学的诊断和治疗，让每一次夜晚的呼吸都回归平稳与安宁，守护好长期健康的重要防线。

关注幸福良缘 解决情感问题 弘扬科学姻缘 促进社会和谐

单身朋友请留意 快来国花姻缘成长馆报名了

由于生活工作节奏加快、自身信息有限等原因，现代年轻人交友、婚恋等方面遇到诸多问题。为给大家提供一个情感交流的平台，菏泽日报社国花姻缘成长馆为菏泽市直机关、企事业单位的单身员工提供权威、真实、科学、贴心服务。

诚寻协办冠名单位

扫码报名

主办单位：菏泽日报社国花姻缘成长馆
 报名地址：菏泽市永昌路289号夏威夷大厦（菏泽日报社）9楼902室
 报名咨询电话：193 9812 5566（微信同号） 159 6566 5219（微信同号）

001. 性别：男，1994年，婚况：未婚，身高：180cm
 学历：本科，户籍地：山东菏泽，工作地：牡丹区
 车子：已购车（宝马），房子：已购房（全款），工资：4000+
 个人情况：独生子，父亲在编教师，母亲事业单位！家庭无负担。

002. 性别：男，1990年，婚况：未婚，身高：173cm
 户籍地：单县，工作地：菏泽牡丹区，房子：已购房，车子：已购车
 工资：6-8千，工作单位：国家电网供电公司
 家庭情况：父母普通群众，哥哥已婚，哥嫂均是体制内。

003. 性别：女，1996年，工作地区：山东菏泽牡丹区
 户籍地区：山东菏泽牡丹区，婚姻状况：未婚，身高163cm
 体重：50公斤，学历：本科，月薪：5-8千，房子：与父母同住
 车子：已购车-中型型，职业：护士
 自我介绍：在编护士，父亲母亲国企退休，有个弟弟。

004. 性别：男，1998年，身高：181cm，体重：90公斤，学历：专科
 户籍地：牡丹区，工作地：牡丹区，工资：8000-12000，车子：已购车
 房子：已购，工作：运营
 家庭情况：独生子，父亲央企，母亲国企。

005. 性别：女，1996年，婚况：未婚，身高：163cm，体重：52公斤
 学历：硕士研究生，户籍地：定陶，工作地：定陶，工作：公务员
 年收入：7-8万，车子：已购车
 性格直爽，善良开朗活泼
 家庭成员情况：爸公务员，妈事业单位，弟本科在读。

006. 性别：男，1996年，身高：183cm，体重：80公斤，学历：研究生
 工作地：牡丹区国企上班。父亲国企，母亲事业单位上班，独生子。

007. 性别：女，1995年，工作地区：山东菏泽鲁西新区，户籍地区：山东菏泽牡丹区，婚姻状况：未婚，身高：167cm，体重：55公斤，学历：本科
 月薪：5-8千，房子：与父母同住，车子：已购车-经济型
 职业：教师，自我介绍：父亲事业单位，母亲国企退休，独生子，家庭无负担。

008. 性别：女，出生日期：2000年，净身高：164cm，体重：52公斤
 特长、爱好：爱运动、音乐、旅游，户籍地：菏泽牡丹区
 工作地：菏泽牡丹区，工作：教师，工资：6000+，房子：和父母同住
 车子：已购车，个人情况：我是一个喜欢运动的女生，情绪比较稳定，善于沟通！父母经商，一个弟弟！家庭无负担
 择偶方向：希望未来的你，喜欢运动，不生闷气，性格直爽大方。

009. 性别：男，1992年，工作地区：山东菏泽牡丹区，户籍地区：山东菏泽牡丹区，婚姻状况：未婚，身高：177cm
 体重：80公斤，学历：本科，月薪：7000左右，房子：开发，待回迁
 车子：已购车，职业：制药研发
 自我介绍：性格稳重，脾气好，细心温柔。

010. 性别：男，1992年，婚况：未婚，学历：本科，党员，身高：176cm，体重：70公斤，省考入市直事业编教师，中级讲师，独生子，父母体制内高级。