

# 跟着美食去旅行! 广东发布12条美食旅游主题线路

新快报讯 记者黄闻禹报道 9月19日,由广东省文化和旅游厅主办,潮州市文化广电旅游体育局承办的喜洋洋乐融融游广东之潮州站暨“跟着美食去旅行”2025年广东文旅消费促进活动在“世界美食之都”潮州启动。此次活动通过深度融合与拓展广东美食旅游新业态新场景,激发美食消费新活力,吸引海内外游客领略“食在广州 悅享美好”的独特魅力。

因美食而动,寻美味而游。随着消费升级和旅行方式多元化,美食旅游正

日益成为文旅产业的新引擎和城市形象的金名片。广东作为中国“世界美食之都”的重要集聚区,粤菜融合广府、潮汕、客家三大分支的烹饪智慧,加上自成一体的海鲜,形成各具特色、又相映成趣的美味享受。活动以“跟着美食去旅行”为抓手,将源远流长的南粤饮食文化转化为可体验、可消费的旅游新亮点。

启动仪式现场,一系列特色活动生动诠释了广东美食与文化的深度融合。“跟着美食去旅行”主题宣传片以沉浸式视听语言,唯美呈现广东美食“清、

鲜、嫩、滑、爽、香、脆”的鲜明特征,向全国游客发出“舌尖粤味之旅”的热情邀约。

主办方重点发布12条广东美食旅游主题线路,涵盖“世界美食之都·地道潮州菜文化探索之旅”“工夫茶乡生态人文之旅”“商埠老城风情美食之旅”“山呼海应,寻味揭阳”美食之旅”“广府美食与西关建筑双赏之旅”“岭南水乡美食寻味之旅”“香山侨乡品味之旅”“客家非遗美食探索之旅”“绿湖东江生态叹鲜之旅”“韶州客家山野美食之旅”“侨乡风味

风情之旅”“海岛美食叹享之旅”等。

这些线路以味为引、以景为线,串联各地特色美食与文化地标,凸显广东美食旅游产品的多元化和创意性。让我们沿着美食线路,穿越岭南的古城小巷、青山碧水,品尝最地道的广东味道,感受美食与文化交织的独特魅力。



扫码细看广东12条  
美食旅游主题线路

关注9·21世界阿尔茨海默病日

## 广东51家医院“织网”协作 阻挡“记忆的橡皮擦”

《广东省应对老年期痴呆国家行动计划实施方案》将出台

当家里的老人开始反复问同一句话、忘记回家的路……这是“上了年纪记性差”的正常现象吗?

记忆力减退是阿尔茨海默病典型症状之一。社会老龄化进程,阿尔茨海默病犹如“记忆橡皮擦”,擦去了不少家庭的欢笑,也擦去了老人与家人之间的美好记忆。

在9月21日第31个世界阿尔茨海默病日到来之际,广东省卫生健康委员会发布“广东省老年期痴呆全病程服务协作网络防治地图”,广东51家医院协同探索医防融合、中西医结合的阿尔茨海默病,全病程管理服务模式,阻挡“记忆的橡皮擦”的脚步。

同时,广东多家医院通过义诊、科普、讲座等多种方式,介绍阿尔茨海默病早起筛查的关键技术,向患者家庭传递信心:早预防、早发现、早治疗,40%阿尔茨海默病可防可治。

■采写:新快报记者李斯璐 潘芝珍 通讯员 粤卫信 伍晓丹 甄晓洲 张小美 许咏怡  
■图片:通讯员供图

### C“记忆的橡皮擦”挑战老人“脑健康”

70岁的荣叔做了半辈子生意,头脑向来机敏。但近半年来,别人刚说过的话,他转头就记不清,想跟家人复述时,得绞尽脑汁回忆半天。为了不记错或忘记别人说过的话,他还要特意用纸笔做好记录。

为了弄清记性变差的原因,他来到广东三九脑科医院认知记忆门诊,对医生讲述了自己“记性差”的变化。

该院神经内六科主任胡运新通过简易认知功能评估发现,患者的记忆下降程度较轻,但处理复杂事务的能力明显减退。更关键的是,患者的血糖、血脂、血压长期偏高,而这些都是阿尔茨海默病的明确高危因素。

### C51个省级医院共筑防控网对抗老年痴呆

继去年广东组建了包含老年期痴呆防治在内的广东省老年健康服务专家库,携手190名专家积极开展学术交流、师资培训与健康科普外,今年9月,广东又搭建起“广东省老年期痴呆全病程服务协作网”(下称“协作网”)。

9月20日上午,广东省2025年世界阿尔茨海默病月主题宣传活动上,协作网正式启动,指定南方医科大学珠江医院、广东省第二人民医院、广州医科大学附属第二医院3家医院为省级指导单位,48家医疗机构作为省级成员单位。同时确定21家市级指导单位、500多家市、县及基层成员单位,协同探索医防融合、中西医结合的老年期痴呆全病程管理服务模式,不断提升医疗服务的可及性、便捷性、连续性。

“包括阿尔茨海默病在内,老年期痴呆防治需要多部门通力合作,更需要全社

进一步检查发现,荣叔携带了ApoE这个阿尔茨海默病的风险基因。“携带这种基因型的人群患病风险会比普通人群高。”但胡运新同时强调,该基因并非唯一决定因素:“虽然有高危基因,但患者发现问题及时就医,通过干预可控因素,依然能改善症状,甚至有效延缓疾病进程。”

通过就医,荣叔开始了就医干预,他将在医生的指导下用药、锻炼,阻抗阿尔茨海默病的发生。

阿尔茨海默病作为老年期痴呆最常见的类型,正成为我国积极应对老龄化进程不容回避的健康挑战。据第七次全国人口普查数据测算,我国老年期痴呆患者达1500多万人,其中广东省达95万人。



■路过大市民冒雨到摊位了解阿尔茨海默病防治知识。

### 老人记忆力衰退 要警惕阿尔茨海默病 通过检测可提早10-15年明确是否患病

新快报讯 记忆力减退是阿尔茨海默病最典型的症状之一,很多人困惑于亲人的记忆力减退究竟与年龄相关,还是要归咎于阿尔茨海默病。

过去一周,广州多家医院开展关爱世界阿尔茨海默病日义诊,专家纷纷指出,出现记忆力衰退症状后,需要尽快找到专业的认知或记忆专科医生进行评估和确诊。“尽管阿尔茨海默病目前还无法得到治愈,但通过药物、认知康复等方法及早开始综合干预,能够延缓病情的进展,‘抢救’老人的记忆和认知能力。”中山三院神经科陆正齐主任医师表示。

### 步态变化面部表情减少,要警惕

记忆力减退并不一定意味着患有阿尔茨海默病。如果只是偶尔忘记某件事,且别人稍微提示就能猛地想起,大多情况下都是正常的。

“但老年痴呆,是一种慢性、进行性的大脑疾病,主要表现为认知功能的逐步下降,患者不仅仅会短期‘记性差’,还会丧失对时间、地点的认知能力与生活自理能力以及最基本的的语言能力。”陆正齐介绍,目前认为Aβ和Tau蛋白是导致阿尔茨海默病的典型病理改变的元凶,“在出现记忆下降之前的15-20年,有害的Aβ和Tau蛋白就已经开始在大脑内沉积,随着时间推移才慢慢出现记忆下降等异常表现。这就意味

着,可以通过检测这两项蛋白,提前10-15年明确自己是否患病。”

对于老龄群体,不只记忆力需要关注。在广东省2025年世界阿尔茨海默病月主题宣传活动上,珠江医院神经内科副主任高筱雅提醒,当老人的步态变化、性格行为改变、面部表情减少、情感麻木等,就要意识到,有可能是阿尔茨海默病的早期特征,建议家属尽早带老人去医院筛查并积极就医。

### 在黄金期干预,约40%可逆转

值得注意的是,即使显现出阿尔茨海默病端倪,病患者仍有机会扭转命运,可通过控制高危因素、调整生活方式等来阻挡疾病发生。

广州医科大学附属第二医院神经内科刘军教授给出具体建议:“老龄群体需要管理心脑血管风险因素,如控好高血压、糖尿病、高胆固醇和肥胖;保持健康饮食,遵循地中海-DASH饮食;每周坚持不少于150分钟中等强度运动等。更重要的是,戒烟限酒、预防头部外伤,以及积极管理抑郁、视力与听力下降等危险因素,同时保持社会交往和认知活跃度。”

危险因素控制、早期干预的时机是什么?“从身体正常发展到阿尔茨海默病的中间状态,被称为轻度认知功能障碍,这期间为黄金干预期,如果及时采取措施,大约有40%的患者能实现逆转,恢复正常。”