

【本期导读】

上海相亲角

千张相亲帖折射婚配难



第 02 版

年轻人择偶、结婚为何这么难？

日前，有媒体在人民公园相亲角花费半年时间，分析了 1023 张上海相亲帖内容，深度采访十余人，得出了怎样的结果？

雄起二十年



第 14 版

今年，蓝色小药丸迎来了它的 20 岁“生日”。

年轻的牙买加裔营销达人鲁尼·尼尔森和意大利裔药剂师萨尔·乔治亚尼第一次跟大家分享了销售伟哥的故事。

金庸与央视版《笑傲江湖》



第 16 版

笔者与金庸相识与结缘，纯属偶然。1988 年上海甲肝流行，我也不幸染疾，在家休养，无聊之际，便以读武侠小说消遣度日。

早婚与崇明岁月有关

也许是儿时过早离家踢球，而且是在崇明岛那样的荒僻之地一待就是十个年头，成年后的武磊特别渴望自己能早早地拥有一个温暖的家。23 岁那年，年轻的武磊与上海姑娘仲佳蓓喜结连理。

对球员来说，过早结婚有利有弊。如果家庭生活能让球员收心静心，那就是件好事。但是，对口袋里突然有钱、花花世界扑面而来的年轻球员来说，要把握住自己并不是一件容易的事。婚变，在中国球员中比例很高，因为家庭生活不如意导致状态下滑的例子也比比皆是。

武磊是中国足坛的例外。过早地结婚不仅没有影响他的竞技水平，反而让他状态越来越好。女儿出生那年，武磊成为中超最佳本土射手；儿子出生的次年，武磊获封中超射手王。武磊拥有怎样一个幸福家庭呢？老公武磊和爸爸武磊究竟是怎样的呢？

武磊和妻子仲佳蓓都是非常非常低调的人，不愿接受采访。网上关于他俩的报道，似乎只有一张他们小夫妻坐地铁出行的图片。但是，通过对武磊身边朋友的采访，我们还是努力拼出了武磊的幸福家庭图景。

疼爱太太的好老公

武磊与妻子仲佳蓓的感情特别好。仲佳蓓生女儿那一年，正值武磊联赛结束的休假期。除了白天偶尔去练练力量，保持状态外，武磊其它时间都窝在月子会所里陪着妻子。会所的服务人员都说，从来没有见过这样的大牌明星这么天天窝在会所陪太太的。

虽然会所的饮食已经很不错了，但是武磊总怕仲佳蓓吃不好，吃不习惯，遇到仲佳蓓不爱吃的食物，武磊会抢先替老婆吃了。如果妻子提出来想吃什么，武磊就会出去买。每天晚上，武磊在房内都轻手轻脚，电视看的几乎都是静音模式，如果有朋友来探视，武磊都在大厅里接待，就为了让妻子休息好。

去年 3 月底，仲佳蓓生儿子时，正值武磊最忙的时候，既要踢国内联赛，还要踢亚冠。仲佳蓓生儿子的那个晚上，武磊是直接上海体育场赶到医院的，冲进医院时，他还穿着比赛服和球鞋。在医院陪了妻子一整夜后，第二天一早，他就赶飞机去踢客场亚冠比赛了。

由于两个宝宝诞生，为了让仲佳蓓不至于太过劳累，武磊决定为宝宝们挑育儿嫂。连面试育儿嫂这样的活儿，武磊每次都亲自参加。据象妈妈母婴一位参与面试的人员透露，武磊面试全程的中心思想就是一个：育儿嫂一定要勤快，不要让老婆累着，他不想让妻子像老妈子一样一天到头围着孩子转。

仲佳蓓对武磊的评价是，他特别恋家，是个很有责任心的丈夫，让她非常有安全感。

重女轻男的女儿控

武磊是个超级女儿控，他特别喜欢这个宝贝女儿，因为女儿长得特别像他。武磊对女儿可谓百依百顺，他说自己最快乐的时光就是陪女儿一起疯一起玩耍的时光，那一刻，自己似乎找回了失去的童年。如果不踢球在家的時候，武磊几乎都在陪女儿玩耍，吹泡泡，躲猫猫，武磊居然可以和女儿一玩就是一两个小时，从来没有厌烦的时候。

仲佳蓓说，人家都是重男轻女，在武磊那里完全是重女轻男。

还有一次，武磊和两个孩子在一起。女儿说，她想摸摸和抱抱还没有满月的弟弟。当看到女儿小心翼翼地托着弟弟的头，轻轻地把弟弟揽入怀里的那一刻，武磊瞬间被击中了，他说这样的画面太幸福、太温暖，是自己梦里常出现的相亲相爱一家人的镜头。这段温暖的大家庭影像至今还收藏在仲佳蓓的手机里。

不知是不是自己儿时太过瘦小，在踢球时付出了比别人更多的努力，武磊和家人对儿子的身体发育非常重视。武磊的儿子也确实给力，比一般宝宝要强壮很多，才四十几天就可以抬头近 90 度。如今小家伙长得虎头虎脑，运动能力特别强。夺冠之夜，上港球迷领略了小家伙的出色体能，他嚎哭整整一个晚上。是否会让宝宝子承父业也踢球，家人说看他个人兴趣，尊重他的个人选择。

武磊一直说，他这么卖力踢球就是为了这娘仨，等到自己以后踢不动了，退役了，就带全家一起去旅游，把亏欠她们的时光统统都补回来。

对师傅有情义，对妻儿有担当。这就是武磊。

现在对武磊来说，他的职业生涯还有两座需要跨越的巅峰：带领中国队冲进世界杯，为上海夺得一座亚冠奖杯。



老公武磊 爸爸武磊

2018 年，再磨十年剑的武磊终于展现出泰山不可挡的气概。他不仅以 27 粒进球成为联赛最佳射手，打破了外援对中超射手榜多年的蛮横垄断，还和他的崇明小伙伴们一起圆了自己和恩师徐根宝的中超冠军梦。

夺冠的那一夜，武磊哭了，哭得像个孩子。在每一次接受记者采访时，他都表达了自己对徐根宝指导的感激之情，武磊的有情有义让人动容。

武磊是个特别重感情的人，对教练如此，对家人亦如此。

上海市卫计委授权发布

合理用药

上海医药集团特别支持

抗肿瘤靶向药物疗效会受到其他食物或药物的影响吗？

■ 长海医院 翟笑枫

抗肿瘤靶向药物的出现和使用，使常见恶性肿瘤治疗效果显著提高，有力提升了患者生活质量。但许多患者和家属可能有这样一个疑问，靶向药物的疗效会受到食物或其他药物影响吗？

1. 食物和其他药物是否会影响抗肿瘤靶向药物的疗效？

首先，药物主要在肝脏中被肝药酶代谢，因此当某些药物或食物可能会影响肝药酶的合成或活性时，就有可能干扰同时使用的另一药物的代谢。当这种酶合成增加或

活性提高时，药物代谢加快，药物作用减弱或缩短，反之则会抑制药物代谢，增加药物作用及毒性。抗肿瘤靶向药也会受到这一机制的影响。其次，有些靶向药物还受特别因素影响，例如肝癌用药阿帕替尼和索拉菲尼，作为抗血管生成靶向药，会影响人体凝血功能，因此与抗凝药物同时使用时一定要慎重。最后，靶向药物多与常规化疗药物联合使用，有利于限制肿瘤细胞生长。

2. 患者常用抑酸药会影响抗肿瘤靶向药物的疗效么？

抗肿瘤靶向药物尤其是小分子酪氨酸酶抑制剂 (TKI) 多为口服剂

型，其消化吸收受胃酸影响较大，通常在酸性环境中容易被吸收，碱性环境则吸收效率下降。癌症治疗过程中，患者常用抑酸药缓解肠胃不适，如果又服用靶向药物，升高的 pH 值会使靶向药物吸收下降。因此，患者在需要同时服用靶向药和抑酸药时，可以间隔两小时服用，避免相互影响。值得一提的是，药物的相互作用在药物说明书中有详细说明，建议仔细阅读。

3. 从中医角度来说，靶向药物治疗过程中患者饮食有哪些值得注意的地方？

中医看待药物特性与西医不

同，以肝癌用药阿帕替尼和索拉菲尼为例，服用这类药物的患者常出现面色苍白、食欲不振、腹泻、乏力、畏寒等症状，中医称之为脾阳虚。这时患者可以多吃偏温性食物，例如，生姜、山药、红豆等。又比如，肺癌用药吉非替尼和厄洛替尼等，服用这些药物的患者多出现舌红、口干、皮疹等偏燥热症状。这时患者可以多吃凉润食物，例如，梨子、蜂蜜、西洋参等。此外，患者还可以到医院，经医生诊断使用中医药辅助调理。

4. 网络中流传西柚不能与靶向药同吃，可乐可以提高特罗凯吸收的说法靠谱么？

西柚，包括其他柚类食物，从原理上讲可能会影响靶向药疗效。具体原因就是代谢抑制，但网上流传“一颗药与西柚同服，等同于连吃二十颗药”的说法没有研究依据。可乐可以提高特罗凯吸收，其原因是可乐较低的 pH 值会提升药物吸收。

从原理上看以上说法会对药物疗效产生影响，但具体而言却缺少有效研究，因此，患者大可不必戒食柚子，也不必刻意喝可乐吃药。

中国医药工业信息中心采编

翟笑枫 海军军医大学附属
长海医院