

肩部手术无缘全运会 积极康复盼重回赛场 徐莉佳:再战一届奥运

文体人物

五月的南安普敦，春意盎然。面向大海，伦敦奥运会帆船激光雷迪尔级冠军徐莉佳开启了新一天的自我康复训练，她的表情一如既往地坚毅，完全看不出她刚承受过两天前左肩手术的疼痛。虽遗憾无法代表上海队参加今年的天津全运会，但为了能出战2020东京奥运会，全面的康复治疗刻不容缓。

里约奥运会因判罚问题无缘决赛轮后，徐莉佳并未打退堂鼓，这反倒激起了她再战一届奥运的斗志。其实，肩膀和膝盖的疼痛早已困扰她多年，在里约比赛期间，她每天都要花大量的时间进行治疗。奥运会后她到英国继续南安普敦大学硕士课程。她保持训练，想通过半年的保守治疗，缓解伤情。“肩锁关节炎使我无法上船拉绳，当我尝试负重训练时，疼痛变本加厉。”电话中，徐莉佳向记者解释了伤情。

手术，势在必行。上周六，她先是做了左肩手术，周日便出院了。一个月后，还要再做右肩手术。“这是我人生中第三、第四次手术。”经历过大风大浪的她，保持着乐观，在病榻上拍下术后照片，向亲朋好友报平安。帆船界的友人在脸上看到照片，给徐莉佳写下了数百条的留言，这其中还包括了不少现役运动员，是她的对手亦是朋友，大家都祝福她再次扬帆出发。

徐莉佳说，“很遗憾无法参加全运会，



徐莉佳术后情绪乐观

图 TP

但为了奥运会的长远目标，我会加快康复，争取早日返回赛场的。”

下一个参赛目标已经明确，那就是明年的丹麦世锦赛，“届时，一半的奥运名额将产生。”康复训练的日里，徐莉佳依旧密切关注世界各地的帆船比赛，小师妹张东霜拿到了世界杯西班牙站的冠军令她欣喜，“你们可以关注一下她的表现，是上海

队征战全运会的核心。”

其实，长年累月的海上训练，徐莉佳浑身都是伤，每天都在和伤痛做斗争。“里约回来后，上海的专家建议我做膝盖手术，但我最后权衡下来，膝盖就不动手术了。至于颈部的疼痛，医生诊断下来是和肩膀问题有所关联，所以这次肩膀手术后，再看看颈部疼痛能否缓解……” 本报记者 陶邢莹

中国羽毛球队确定苏迪曼杯名单

男单林丹压阵 女单尽遣新人

本报讯（记者 王志灵）中国羽毛球队昨天公布了将于5月下旬在澳大利亚举行的苏迪曼杯中国队参赛阵容，男单林丹、谌龙压阵，女单全是新人。

中国队单打共派出6名队员。男单方面是典型的老中青结合，其中包括新秀石宇奇。女单三名选手分别是何冰娇、孙瑜、陈雨菲。据中国队单打主教练夏煊泽透露，奥运会冠军李雪芮由于伤病还没有恢复，将不参加此次苏杯。

奥运冠军傅海峰和张楠是本次中国队苏杯双打阵容的核心。中国队双打主教练张军说：“他们要起到‘定海神针’的作用。我们会给年轻队员足够的锻炼机会，但遇到关键场次，我们还是非常有可能派上他们两人。”

中国队此次派出了13名双打选手出征苏杯。男选手分别是傅海峰、张楠、刘雨辰、李俊慧、鲁恺和郑思维，女选手分别是汤金华、黄雅琼、陈清晨、贾一凡、黄东萍、李茵晖和包宜鑫。

此次中国队虽被列为头号种子，但各单项中只有混双占据世界排名前两位，两对选手分别是郑思维/陈清晨、鲁恺/黄雅琼。男女单打和女双都无人排名世界前四。

张军表示：“夺取苏迪曼杯，我们有压力，但国外一些对手同样会有压力。我要求我们的年轻队员要放下包袱、轻装上阵，抱着冲击每一个对手的心态去拼。如果年轻队员能保持这样的心态，我们还是有机会的。”

鲁恺/黄雅琼六站比赛斩获四冠二亚 国羽这对混双为何冒尖?



鲁恺/黄雅琼夺得亚锦赛冠军 图 新华社

国黄金大奖赛的亚军。六站比赛出战29场，取得27胜2负的惊人成绩。所输的两场是在德国公开赛决赛负于队友张楠/李茵晖，在马来西亚超级赛决赛负于队友郑思维/陈清晨。鲁恺/黄雅琼可以说是中国羽毛球队今年成绩最好的选手，他俩的世界排名已升至第二，仅次于队友郑思维/陈清晨。

已配对多年的鲁恺/黄雅琼，自己也想不到今年的成绩会这么好。之前的冬训，鲁恺因为肩伤休息了一个月，好不容易最后一周能训练了，黄雅琼的脚又意外扭伤，整个冬训期两人几乎没有合练。正是因为训练不正常，鲁恺和黄雅琼对他俩今年的首站赛事德国公开赛期望不高，但没想到的是，他们竟杀入了决赛。黄雅琼赛后说：“虽然在决赛中输给了队友，但我们的信心有了很大的提升。”一周后他们又夺得了全英锦标赛冠军，自信心就更足了。正像鲁恺自己所言：“奇怪的化学反应出现了，我们越打越顺，即便是场上有困难，我们也会相信自己能够拿下来。”这对选手一下子出名了。以前两个人出现并不会引发关注，现在他们走到哪里，都会有人叫他们的名字。

这对混双组合今年在场上最明显的变化是失误明显减少。身高1.93米的鲁恺进攻火力很猛，黄雅琼的发球、接发球和前半场的封网比较出色。按中国队双打主教练张军的说法，这对混双比以前更成熟了，特别是黄雅琼，网前的速度和整体能力都有提高。

本月下旬的苏迪曼杯对他们来说将是一大考验。今年对国外选手保持不败的鲁恺/黄雅琼可能被委以重任，这将是他们第一次代表中国队打团体赛。“苏杯毕竟还是跟之前的比赛不一样，所以我们还是要在心态和压力上把自己调整好。”黄雅琼表示，如今他们在落后时的抗压能力比以前强很多，也不会那么着急，有信心在苏杯比赛中继续有稳定的发挥。

本报记者 王志灵

老年便秘

肠燥便秘是中老年人群中常见的消化疾病。主要表现在排便困难和排便次数减少。长期便秘还会容易引起食欲不振、口臭、口疮等健康问题。中医认为：中老年排便困难可能是由于阴血失调、阴液亏乏、食积上火、肠道津液不足所致。大便干结，虚火上炎于口腔时还会伴有口臭、口干、口腔溃疡、牙龈咽喉肿痛等。

润肠通便方法

养阴口香合剂·润肠通便 口臭口疮便秘胃难受，请用养阴口香合剂！ 养阴口香合剂是贵州万顺堂药业研制的独家苗药，按疗程服用，治疗反复发作肠燥便秘、胃灼烧心、口臭口干、口腔溃疡、口臭、牙龈肿痛等，方中精选贵州石斛等名贵药材，以十二味药材融入现代科技而成。养阴口香合剂4天一疗程，一般1-2疗程，重症加量，延长疗程。 建议服用4-6盒 全市各大药房有售 电话:62041665



长期腹泻 (慢性肠炎、功能性腹泻) 有危害

安场牌鞣酸苦参胶囊-安肠止泻的胶囊 您生活中出现了：饮食刺激、精神紧张就腹痛难耐，反复腹泻，有时还伴有粘液、脓血等症状，请别忽视，您可能患上了慢性腹泻。它包括：炎症性肠病（小肠、结肠、直肠粘膜炎症）、功能性腹泻、肠易激综合症引起的腹泻，发病主要与免疫功能失调、肠道炎症、肠运动功能紊乱、功能性障碍（如胃病、肠道等消化手术、儿童（老年人）功能性肠紊乱、减轻刺激、长期腹泻及早治疗。 贵州万顺堂药业生产的安场牌鞣酸苦参胶囊，质量标准起草单位，治疗慢性肠炎、功能性腹泻、肠易激综合症引起的腹泻本品在肠道形成保护膜，保护肠黏膜收敛止泻，调整免疫功能而抗菌消炎、缓解肠道刺激炎症反应，降低炎症渗出物。治疗慢性腹泻、肠炎、老年少儿均可使用。长期服用患者应按疗程使用，巩固疗效。



伊甲牌复方聚维酮碘搽剂治疗灰甲有信心 灰甲不灰心，治疗有方法

灰指（趾）甲是易发性疾病，在潮湿的环境和季节，不注意个人卫生或是人为的使指甲表面组织不断受异物侵蚀破坏，指甲会愈加脆弱，容易感染或复发。灰指甲变形、发黑让人难堪，需要及时治疗，避免传染，引发甲沟炎，其它部位真菌感染等。灰指甲顽固难治，患者选药，要认准国家批准正规产品。 您有灰指甲，请别灰心！贵州万顺堂药业是GMP制药企业，生产的伊甲牌复方聚维酮碘搽剂-国药准字产品，用于甲癣、足癣、体癣、疥等，并发细菌感染也可使用。对真菌具有杀灭能力，能软化角质层，有效增强药物的渗透。使用中除搽本品于患甲，不要包封，保持通风干燥，简单又方便。每天一次，长效药膜，按疗程坚持使用有信心。

