

新民晚报 体育新闻

官网一小时访问量近七十万人次

上马报名比拍车牌还火

今天是个普通的日子,但对上海国际马拉松的报名者来说是个特别的日子。上午9时,上海国际马拉松全程、半程18000个名额同时在上海国际马拉松官方网站(www.shmarathon.com)和官方微信两个渠道报名。光是官网,一个小时的访问量就高达699855人次。这是真正一票难求,上马火得发烫,比拍车牌还火。

华山路888号,上海东浩兰生赛事管理有限公司办公室。上午8时许,工作人员已经打开电脑准备就绪。报名还未开始,赛事经理朱晔就忙得不亦乐乎。在他身旁的报名热线电话没有一秒是安静的。“9点钟,官网右侧的报名通道会上线,请您耐心等待。”电话里,朱晔不停地重复着同样的信息。

“3600,5200,6100……”8时40分,赛事副总监蒋珺不断地在向赛事团队通报在线人数。办公室里的空气似乎凝固在他的声音里,气氛有些像卫星发射时的控制中心。

“上马是上海一年一度的城市节日,也是属于世界跑者的节日。为了给全世界的跑者提供一个便捷的报名平台,2014上海国际马拉松赛全部采用线上报名的方式。”东浩兰生赛事管理有限公司副总经理杨勇透露,2014年上马报名系统由专业网络公司搭建,报名前经过多次压力测试。“今年,我们将服务器升级至去年的7倍,一秒可承受7千人同时访问,也就是说一分钟可承载42万人同时在线的压力。”

第一分钟,3.3万人次进入报名系统排队,到了第20分钟,排队人数已经到27万人次。“家住光华路的蔡远征已经报名成功。”朱晔道出一句“网站报名系统一切正常”,办公室立刻响起热烈的掌声。这是赛事团队几个月共同努力的结果。

“这么多来自世界各地的跑者热衷上马,我们既喜悦,又感到肩上的责任。今年,上马采用先进的网络报名方式,报名前除了各种测试,还准备了云服务器作为备案。现在来看,上午的报名比较顺利。”东浩兰生赛事管理有限公司总经理周瑾提醒:“17日我们还要开通10公里和健身跑报名通道。从今天报名情况反馈来看,我们提醒报名者进入报名排队系统后,耐心等待系统自动刷新,切勿自己手动刷新页面,导致重新排队。”

本报记者 钟喆

上海三支中超球队遭遇黑色周末 净吞10蛋 噎得够呛



客场迎战广州富力,申花门前一直险象环生 图 新华社

绿地申花和上海申鑫昨天在客场双双遭遇惨败,加上上港前天主场0比3不敌恒大,本轮中超上海三支球队净吞10蛋,遭遇黑色周末。

昨晚,绿地申花做客广州,结果被广州富力4比0狂扫,后者积分升至44分,位列恒大、国安之后,冲击亚冠形势看好。

富力从一开场就大兵压境,持续压迫进攻。哈默德复出后与达维、阿隆、姜宁、卢琳组成的攻击线也彻底冲垮申花防线。第7分钟、38分钟、第69分钟,富力分别由阿隆、达维、哈默德打入3球,第82分钟阿隆梅开二度将比分锁定在4比0,而申花主力后腰王寿挺在终场前又

吃到第二张黄牌被罚下。

申花主帅巴蒂斯塔赛后非常无奈:“我无话可说,因为对手在整场比赛的表现都强于我们,可能这场比赛是到现在为止球队踢得最差的一场。可以说的是,下半场刚开始几分钟,我们还有些控球,但是并没有获得任何明显的进球机会。我今年第一次想批评球队在态度上面非常缺乏,我还想说,对方踢得非常不错。”

上海申鑫在昨天客场以0比3不敌辽宁宏运,这场失利让球队和对手的积分差距被缩小到2分,申鑫又一次拉响保级警报。

申鑫和辽宁队的交手中,辽足

始终保持不败。不过,赛前辽宁队积20分排在联赛倒数第二位。上一轮,他们0比6完败给恒大,辽足需要一场胜利鼓舞士气。而上海申鑫则积25分,最近三轮胜了2场。客观说,球队近期状态比辽足要好。

此战辽宁队派出全主力阵容,志在三分。当然,运气也始终在辽足队一边。上半场,辽足外援詹姆斯的任意球直接洞穿申鑫大门。易边再战,詹姆斯又打进一粒点球。此外,替补出场的杨宇为辽宁队也攻入一球。申鑫队败走盘锦,此役过后只比联赛排名倒数第二的河南建业高4分,保级形势严峻。

本报记者 李元春 钟喆

中超积分榜

队名	胜	平	负	积分
广州恒大	18	3	3	57
北京国安	16	3	5	51
广州富力	13	5	6	44
上海上港	11	8	5	41
山东鲁能	10	8	6	38
贵州人和	10	6	8	36
江苏舜天	8	7	8	31
天津泰达	8	6	10	30
杭州绿城	8	6	10	30
长春亚泰	7	6	11	27
上海绿地	6	9	9	27
上海申鑫	7	4	13	25
大连阿尔滨	5	8	10	23
辽宁宏运	5	8	11	23
河南建业	4	9	11	21
哈尔滨毅腾	4	5	14	17

牙齿松动 宜治不宜拔

盲目拔牙不可取

牙齿松动是口腔门诊常见的牙周病病症之一。数据显示,35岁以上人群中,有三分之二的人均不同程度患有松动,甚至脱落。许多患者错误地认为:牙齿松动是衰老所致的自然规律,无可改变,索性将松动的牙齿拔除,安上假牙就万事大吉了。

殊不知,假牙通常是最后万不得已的疗法。假牙要固定在相邻的真牙上,大大加重真牙负担,再过几年,相邻的牙齿又松动了,再拔再装,反反复复,直至牙齿拔光,不得不装上满口假牙。与真牙相比,假牙在感觉上和方便程度上相差很大,吃东西不香,说话咬音不准,口腔有异物感,特别是活动假牙还有被误吞入腹的风险,一旦误吞,后悔莫及。另外,人掉牙后,脸部颌骨会变形,看上去要苍老5岁~10岁……

行家点津:牙齿松动并非无可救药!牙齿松动、酸软、疼痛、咀嚼无力和牙龈出血、肿痛、萎缩(牙根外露、牙齿变长)一样,均属牙周病的症状。

只要及时治疗、方法得当,患病的牙齿完全可以重新变得健康、牢固,并发挥其正常的生理功能,实现80岁还有20颗以上的真牙,也不再是大难题!

中药治牙病有诀窍

中医认为:“齿为骨之苗,肾主骨生髓”。就是说牙齿和骨同根而生,是长在骨头上的“秧苗”,而骨骼的生长发育依靠肾气充养,肾气不足,便会髓亏骨枯,齿失所养,最先表现在骨质代谢最旺盛的牙齿部位,导致牙齿松动,咀嚼无力,过早脱落等,这些问题皆可依据中医学肾主骨的理论,施以补肾药物治疗。同时还应秉持“未病先防、既病防变”的原则,在日常生活中保持良好的口腔卫生,重视无明显不适感的早期牙周病防治。

值得注意的是:只有针对牙齿的进补,才能诱导牙髓干细胞活跃,促使骨质代谢旺盛的牙槽骨重建,牙周病症状得到治疗,牙齿重新变得牢固有力。

文/章红

血糖不达标并发症形势严峻

糖尿病早期或无症状,或表现出其他症状:皮肤瘙痒,视物模糊,饥饿疲倦、阳痿早泄等。患者往往只关注血糖数值,却忽视了在高血糖的长期“浸泡”下,心梗、脑梗、肾脏衰竭、性功能障碍、失明等并发症严重威胁你的身体。

糖尿病人较多合并高血压、冠心病等,易引起无痛性心肌梗死、脑中风,糖尿病20年以上者都有肾病。遗憾的是,患者在并发症出现后才开始重视,却已经错过了最佳的防控良机。

2010年版《中国药典》记载:蜂胶化浊脂,止渴消,用于消渴症(糖尿病)、高脂血症。

高浓度蜂胶更有效

蜂胶的品质是由蜂胶的总黄酮浓度来决定的,总黄酮是蜂胶中黄酮类活性物质的总和,总黄酮浓度是判断蜂胶优劣的硬指标,直接决定服用效果。日常服用蜂胶降血糖,总黄酮浓度越高,效果越佳。按国标GB/T24283-2009规定,蜂胶总黄酮浓度≤8000mg/百克,仅为三级蜂胶,总黄酮浓度大于10000mg/百克,则已达到医用标准。

千万元免费大赠送

辅助降血糖 辅助降血脂

高浓度蜂胶真有效!

总黄酮浓度 12300mg/百克

超高黄酮是一绝 品质承诺无添加

玺源堂10.0蜂胶(通灵®蜂胶软胶囊)经专业机构严格检测认证:100%纯蜂胶,不添加花粉、淀粉、Ve等其它成份,总黄酮浓度实测大于12300mg/百克!

黄酮浓度不达标,1盒赔您10万元!

买6盒送2盒 买10盒送6盒(赠品)

玺源堂专卖 徐汇区斜土路1439号

免费咨询 免费送货 51573030

牙齿松动有药治

补肾固齿丸

主治:牙齿松动 酸软 牙龈出血

【功能主治】补肾固齿,活血解毒。用于肾虚血热性牙周病,牙齿酸软,咀嚼无力,松动移位,牙龈出血。

咨询热线: 400-8877-479

销售网点: 华氏、国大、复美、第一医药、汇丰、弄和堂、董涵春、上虹、华源、得一、一德、益丰、老百姓等连锁药房,及平民大药房、市民大药房、浦东开心人大药房等全市各大药房有售!