

举重 69 公斤级北京奥运冠军战胜伦敦奥运冠军

廖辉归来 独步全运

“没有廖辉参加的比赛，即使夺冠也有遗憾。”这是伦敦奥运会冠军林清峰的宣言。辽宁全运会举重男子 69 公斤级比赛，北京奥运会冠军廖辉回来了，霸气十足。这次，林清峰真的遗憾了。当廖辉站上最高领奖台的时候，他一个人默默地走在混合采访区的通道里，看着廖辉王者归来，挂起金灿灿的冠军奖牌，自己却与奖牌无缘。

举重男子 69 公斤级是中国队的传统优势项目。伦敦奥运会冠军林清峰和北京奥运会冠军廖辉的直接对话，更让这场大力士的龙虎斗卖点十足。

3 年前，国际举联的一次飞行检查中，廖辉部分指标呈阳性，被禁赛 4 年。廖辉认为自己无辜，把国际举联告上国际体育仲裁法庭。经过重新裁定，廖辉禁赛 4 年的判罚被改为 2 年。他也因此遗憾地错过了广州亚运会和伦敦奥运会。

对一个运动员来说，这些年无赛事，每天面对冰冷的杠铃，意味着什么不言而喻。廖辉为了争这口气，挺了过来。昨天，尽管对手中有伦敦奥运会冠军林清峰，但只要廖辉走上举重台，气场立刻不同。“我不是辽宁人，但这里像是我的主场。”

一双草绿色的举重鞋，廖辉每次上场都十分耀眼。一次次深深的鞠躬，廖辉的绅士风

度，更让全场观众欣赏。

抓举阶段，当所有对手在 155 公斤的杠铃前止步时，廖辉抓起了 161 公斤的重量。到了挺举阶段，廖辉更是“独步天下”，他第一把试举 187 公斤成功后，就已经把全运会的金牌收入囊中。廖辉张开双臂，两手跷起大拇指庆祝。杠铃加到了 198 公斤！廖辉要的这个重量超过张国政保持的世界挺举纪录 1 公斤，如果成功，他将打破挺举世界纪录和总成绩全国纪录。

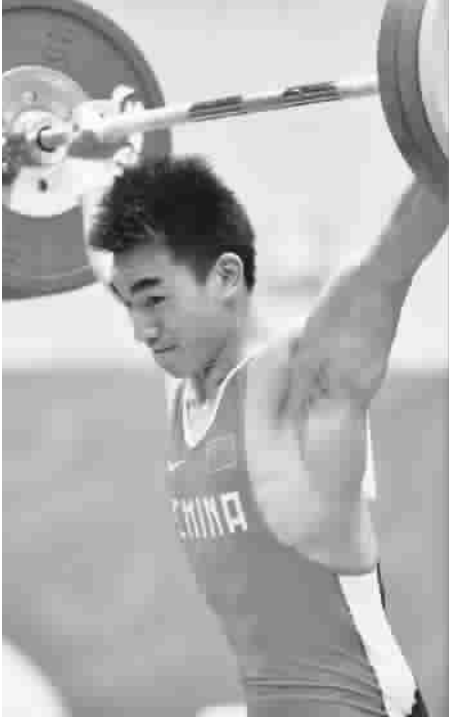
随后的两次试举，廖辉都没能把杠铃举起。但这并不影响他的心情。比赛结束，廖辉给全场观众敬了一个军礼，辽宁工业大学体育馆里响起了热烈的掌声。

领奖台上，廖辉很快摘下了金牌。他说：“全运会不是我想要的，我想要的是下个月的世锦赛。”

在国际舞台上站起来才算真的站起来，“今天这个纪录破不破没关系，下个月无论多艰难都要去挑战。不多说了，大家看我表现吧。”

离开赛场前，廖辉把吉祥物抛向了看台，他的眼里还噙着泪水。看台上一位观众逗他。“把金牌也扔上来吧。”廖辉一下子被这位观众的幽默逗乐了。一个月后的世锦赛赛场，祝愿廖辉能笑得同样灿烂。

特派记者 钟喆（本报沈阳今日电）



廖辉再战江湖气场仍然强大 图 IC



标题新闻

复旦女研究生赵婧再夺800米金牌

科学选择灵芝暨庆双节灵芝特惠

灵芝的有效成分有哪些？灵芝含有多糖类、三萜类（百多种）、生物碱、甾醇类、酚类、有机锗、内酯、香豆精、甘露醇等化合物，以及人体必需氨基酸、微量元素等。一般认为灵芝中功效成分主要是多糖和三萜。

什么是灵芝孢子粉？灵芝孢子粉是灵芝发育后期弹射释放出的种子，集中起来后呈粉末状，通称灵芝孢子粉，每个孢子长径只有 5-8 微米，孢子内含有比灵芝更丰富的多糖肽、腺嘌呤核苷、蛋白质、酶类、硒元素等特殊成分，灵芝孢子粉在功效方面远远超过其母体灵芝。

灵芝孢子为什么要破壁？灵芝孢子的双层外壳是几丁质胞壁非常坚硬，坚硬的内外壳紧紧包围着孢子内部的所有有效成分，这些有效成分主要是三萜及多糖类。不破壁的孢子粉人体吸收率很低，因此只有破壁的孢子粉才易于人体吸收，其灵芝有效成分含量也明显高于等量的不破壁孢子粉。

如何检测所购买的孢子粉是否破壁呢？有一个很简单的方法。只要用 400 倍以上的显微镜就可以非常清晰地观测到其破壁效果：取少量的待鉴定的孢子粉放在玻璃镜片上，然后放在显微镜下观察，没有破壁的灵芝

孢子粉从显微镜中可以清晰地看见灵芝孢子呈瓜子状。破壁后的孢子粉外壳明显被打碎，呈碎片状。

什么是灵芝孢子油？孢子油是破壁孢子粉的升级产品，孢子油是以破壁孢子粉做原料将里面的有效成分灵芝三萜等，通过 CO₂ 超临界萃取出来，其灵芝三萜类化合物含量是一般孢子粉的十几到几十倍。灵芝三萜由灵芝酸、灵芝-22-烯酸、灵芝醇 A-I、灵芝醛 A、B、赤芝孢子内酯 A、B 等 112 种化合物组成，经过科学测试其功效更显著。

如何选择适合自己的灵芝产品？综上所述，破壁灵芝孢子粉与孢子油的有效成分含量高且利于人体的吸收。服用者可以根据自己的实际情况选择适合本人的灵芝类产品。

在 2013 年国庆、中秋双节到来之际，中科上海特别推出了超值优惠活动。中科灵芝孢子油最低可至 6 折！中科灵芝孢子粉最低可至 5 折！另外，为了帮助广大消费者更加清楚地识别破壁灵芝孢子粉的破壁情况，中科上海健康服务中心为大众提供免费灵芝孢子破壁检验服务！**热线：021-34010789/64311772 地址：肇嘉浜路 526 号（近岳阳路）**

痔疮反复发作，究竟怎么办？

病在肛门，敷贴肛门是方法。康泰贴Ⅱ型一改传统的治疗理念，直接把有效成分贴敷在肛门上，作用更直接。具有消炎止痛，促进创伤愈合的治疗效果；其他有效成分有收敛固脱止血消肿作用。

康泰贴Ⅱ型优势具有复合治疗：磁疗加局部给药技术，成功地实现复合，这样能有效治疗痔疮。疗效明显：像创可贴一样直接贴在病灶部位，有效缓解痔疮的反复发作。作用迅速：直接作用于病灶部位，夜间数小时持续治疗，及时缓解痔疮的症状。治疗便捷：夜间直接贴在病灶部位，操作简便，适合家庭使用，

减少患者的痛苦。

康泰贴Ⅱ型由江苏省东台市康泰医用药磁厂生产。苏食药监械（准）字 2009 第 2260550 号，苏医械广审（文）第 2012100165 号，禁忌内容或注意事项详见说明书。请仔细阅读产品说明书或在医务人员指导下购买和使用。

为庆祝康泰贴申城热销，现举办为期一周买赠活动。活动期间可享受买 3 盒送 1 盒买 5 盒送 3 盒，截至 9 月 17 日。

咨询热线：021-55896671 专卖店：武胜路 479 号（近黄陂北路）周家嘴路 358 号全芝坊（近新建路）市区免费送货

老人抢穿“舒适鞋”，中秋让利仅剩 6 天 老人鞋特卖 5 折火爆

“银发无忧老人鞋特卖会，几十款品牌老人鞋 5 折！三款原来是卖 358 元，牛皮的超舒适，现在特卖会只要 179 元呢。买满 600 元，还能送一双 218 元的休闲风凉皮鞋，而且还有兴顺福品牌以及日本、美国的大品牌，这么高品质的老人鞋，真是太划算了！”

老人鞋特卖会持续火爆 全场让利，回馈申城读者

中国银发产业领导者——银发无忧老年生活之家，为回馈沪上新老会员多年来的支持与信赖，特发起本次特卖会。在鞋款方面，银发无忧不仅得到本土品牌兴顺福的大力支持，同样也获得美、日等国内外供应商的鼎力相助，近万双品牌老人鞋，让利幅度高达 50% 以上。参加特卖鞋款包括真皮舒适鞋、部分功能鞋、居家鞋、休闲运动鞋、真皮凉鞋等多种类型专业的中老年鞋。中秋、国庆即将来临，此次特卖会可谓为申城读者送来了一份大礼。

全场5折起 让您赚“足”实惠

许多银发无忧或兴顺福的老顾客都知道，自 2010 年，沪上首次引入老人鞋至今，经过 3 年的发展，老人鞋的概念已经深入人心。“年过



50 岁，换穿专业老人鞋“已经成为一种时尚。

此次特卖会，与日本、欧美同步的鞋款占到 30%，而专为中国老人开发设计的占到 60% 以上。在价格方面，低于日本、欧美市场 50%-60%，多数鞋款仅在一两百元。个别鞋款甚至卖出“白菜价”，100 元/2 双。如此特卖力度，前所未见！限于鞋款数量有限，特卖会仅剩最后 6 天（9 月 16 日结束），欢迎新老读者抓紧上门选购。

舒适、健康、时尚 专为中老年人打造

静安区的李阿姨说：“以前，我的鞋柜大概有十来双，由于脚拇指外翻，别的鞋怎么穿都不太舒服。上周看到银发无忧主办老人鞋特卖会，我就立刻去淘了几双，现在那些鞋全都收起来了，整个鞋柜放的都是老人鞋。”

不仅如此，有许多脚背高、趾关节变形、足跟痛、脚垫等这些常见足部问题的老人，也几乎都能在特卖会上选到自己满意的鞋款。

特卖日期:8月30日-9月16日 周一至周日 8:30-17:00

老人鞋特卖会地址:上海市闸北区芷江西路 488 号五月花生活广场 2 楼 225 (银发无忧老年生活之家旁)

乘车路线:轨交 1 号线中山北路站下车 2 号出口

服务热线:400-623-0096



第一次在大赛中参加 100 米自由泳的孙杨最终只获得第三名，全运七金梦破碎。赛后孙杨表示，可能不会再游 100 米。你是力挺孙杨继续参加 100 米，还是认为他该放弃短池专攻强项？全运会期间，每天新浪微博 @ 新民体育，请大家来“微辽”。

反方
@ 后卫也疯狂：博尔特参加过一万米或者马拉松吗？这就是一个道理！

@ 火小灵：铁人都会累的好么，个人建议放弃，来稳定优势项目成绩，到时候两头不着调就悲剧了。

@ delubi：实践证明，孙杨的强项是中长距离而非短距离，放弃是明智的选择。孙杨在本届全运会上试水百米自由泳不过是玩玩而已，包揽全运会自由泳 7 枚金牌只能是个美丽的梦想。

正方
@ 名将风云闪电鸟：还记得 2008 年北京奥运会上菲尔普斯狂揽 8 金吗？这应该成为孙杨今后努力的目标。孙杨在 100 米自由泳虽未夺冠但经过短暂训练就能拿下该项目铜牌，说明其潜力还是很大的。

@ 红果 nh：孙杨不错了，第一次打酱油，得到季军蛮好的，亚运会孙杨的 100 自一定会更好。

@ 兰陵王之面具：第一次参赛就拿第三说明还有进步空间的，可以继续游下去！ 实习生 郭子明 本报记者 关尹

孙杨还应游一百米吗？