

QQ聊 407659842 841164513



突然遭“胸袭”、身后被搂抱、前方遭攻击时如何自卫？ 看看《截拳道街头抗暴自卫术》短片

影片是网友自拍的，可通过 QQ602878158 和他交流 本报提醒，自卫也要讲策略，不能做无谓的牺牲

哼起反调：我花了一周时间，拍摄了一部《截拳道街头抗暴自卫术》教学影片。

郑州晚报：哦？都是一些什么内容啊？

哼起反调：影片中，我和5个朋友演示了生活中遇到危险时如何防身自卫，如在街头遭“胸袭”、身后被搂抱、前方遭攻击时如何自卫等，拍摄是在街头完成的。

郑州晚报：你是做什么工作的，怎么有兴趣拍一部这样的影片？

哼起反调：我在一家事业单位上班，同时研习截拳道。我只是想让更多的人懂得如何保护自己，也希望更多人认识、学习截拳道。

郑州晚报：有道理，遇

到人身伤害时，自卫很重要，不过也要讲究策略，不能做无谓的牺牲！你拍这部影片的经费怎么筹集的？讲讲拍摄这部影片的过程吧。

哼起反调：钱由我自己出，配合拍摄的5个人都是我的好朋友，4个人演示，两个人负责拍摄，大家轮流着做。包括编写内容、修改、后期制作等，花费了一个星期左右，影片全长7分钟多。受设备限制，加上不是专业搞拍摄的，不是很清晰。

郑州晚报：怎样才能看到抗暴自卫教学影片？

哼起反调：有兴趣的朋友可以到一个网页查看，我已经把影片传上去了，里面还有其他有关截拳道的视



视频截图

频，地址是 <http://www.tudou.com/programs/view/uR5e9WY7uU8/>。也可以通过QQ和我联系，号码是602878158，我经常在线，大家可以和我交流。如果郑州市区的朋友想和我学，

我一定会教。
郑州晚报：收不收费？
哼起反调：免费教，我从来没有办过培训班的打算，除非快饿死了，我不会以教拳为业的。
晚报记者 董占卿

好像看动作片的打斗场面

昨晚，编辑登录 <http://www.tudou.com/programs/view/uR5e9WY7uU8/>，先睹为快。

这部《截拳道街头抗暴自卫术》就挂在页面上，影片主角是一位穿白T恤的青年，拍摄场地在一个广场上。“白T恤”先后和几名“歹徒”交手，演示了遭“胸袭”、身后被搂抱、前方遭攻击、遇到“持刀歹徒”、躺在草地上被人掐住脖子等突发情况下怎样反击自卫的情景，好像看动作片的打斗场面。影片配有音乐，确如网友所言，画面不是太清晰。

这名网友姓邓，电话是 13838183625，有兴趣的朋友可以和他联系。

本报核实

军训服能否循环使用 别再沦为“一次性”用品



建议人：侯巧凡

上周末，上大学参加军训的儿子回家，带回穿了一周的迷彩军训服，让我“清洗放起来吧”。我将迷彩服泡进水里揉搓，很快一盆清水变绿，褪色厉害。再检查衣服的缝线，发现几个要害部位都开了口。看来，这套军训服也像孩子上高中一年级发的那套一样德行：质次价高，做工粗糙啊。

这套军训服，学生们仅在军训这几天穿穿，过后就因质量差或“老土”压箱底甚至扔掉，成了“一次性”用品，多可惜呀！想想本市每年有多少学生为几天的军训购买一套军训服，这又该是怎样的一种浪费！

为此，我有几点建议：第一，学校不妨建立军训服循环使用机制，把军训服回收清洗消毒，留给下一年新生使用，学生仅交些清洗消毒费就可以了；第二，军训不买服装，代之以整齐划一的校服；就是购买，也尽量采购在生活中可继续穿着的文化衫、长裤之类；第三，学校建立军训服多元回收机制，使学生或能将衣服卖掉或自愿捐赠给灾区 and 贫困人口，多渠道提高军训服再利用率，最大限度地减轻家长的经济负担，减少社会资源浪费。

读者建议

看看有没有你丢的东西



物品：残疾人证

巡防队员牛勇捡到中原区张跃进的残疾人证，请失主与林山寨办事处巡防中队联系，电话 13213157698。

物品：身份证

巡防队员宋健军捡到杞县官庄乡罗王村中大街2号名叫张秀颜的身份证。请失主速联系，电话 65295691。

巡防队员张艾山捡到民权县名叫陆成莹的身份证，请失主尽快联系王凤生，电话 61923369。

巡防队员赵广庆捡到郑州市金水区杨国营的身份证，请失主尽快联系王凤生，电话 61923369。

中华寿桃找销路

关长岭：我是柳林镇安庄村的，我们村有一户农民种了几亩中华寿桃，现在已经熟了，可是找不到销路，急坏了，请你们帮帮忙。电话 13007539090。晚报记者 董占卿

互帮

河南省男科学专家峰会技术成果展示

前列腺炎，分类规范治疗是关键

典型病例：本组病人年龄最小14岁，最大56岁。病程最长11年，最短3月。主要临床症状均符合慢性前列腺炎。经B超、尿流率、尿培养、前列腺液等检查均确诊为慢性前列腺炎。200例病人中曾在外院采用很多办法治疗，疗效不佳，给病人带来极大痛苦。

专家点评：慢性前列腺炎种类繁多，临床症状多变，很多患者男性功能及生育能力下降，给患者工作和生活带来很大影响。多年来泌尿外科一直在寻找安全、快捷、有效的治疗方法。该200例患者可选择敏感药物静脉滴注配合“膀胱清菌”、美国QJX多靶点治疗系统及其他针对性治疗方法。



高，提示存在着一种炎症表现，但细菌培养为阴性，说明非细菌性前列腺炎可能是一种还未查清的致病病毒感染；最后，对前列腺炎痛，由于前列腺液盆底交感神经功能失调导致的尿道外括约肌痉挛、尿道狭窄致尿流受阻(功能性梗阻)而非感染性炎症，用抗菌素无效，而解除盆底肌及尿道外括约肌痉挛是治疗的主要措施。

另外，郭院士特别指出：对那些“紧张性前列腺炎”患者，应嘱其避免过度工作，疲劳、焦虑及其他紧张因素，辅以镇静剂及心理治疗。还应告诫患者，大量饮酒可使症状加重，恣情纵欲、中断夫妻生活、长途骑车、坐位工作、风寒受凉等因素均会使前列腺充血，诱发疼痛，应予以避免。

前列腺炎：男性不育的幕后黑手

同时郭院士指出，长期前列腺炎可从以下几个方面影响男性生育：

- 1、精液成分的改变：前列腺液是精液的主要成分，前列腺炎时精液中可能会掺杂一些细菌、炎症细胞大量消耗精液中的营养物质和氧分，使精子运动受到影响；
- 2、精液酸碱度的改变：正常精液呈微碱性，前列腺炎时，精液中的酸性物质增加，不利于精子的生长；
- 3、精液黏稠度增加与精液液化异常：前列腺液中大量液化酶的活性下降或分泌量减少，凝固因子相对增多，使精液不易液化，精液的黏稠度增加，不利于精子的正常运动；

4、前列腺长时间的发炎，还容易造成射精管不通，使精子无法与卵子顺利结合。

最后，对日前郑州华山医院采用的美国多靶点QJX治疗系统，与会专家给予高度评价，认为该系统采用源于美国军方航天、核能与宇宙带电子研究领域的QJX聚核技术，利用四位聚核离子电极定向定位于病灶组织，通过皮肤等表皮组织，准确使离子电极之间对人体组织及病变组织产生聚核能量，是目前非介入无痛治疗前列腺炎的金法则！

本次峰会中得到与会专家高度肯定的多项男性疾病诊疗新技术将在华山医院全面推广，新成果展示系列将持续展出，敬请关注！

男科疑难病例征集

还剩最后 17 天

●应河南男性患者朋友的强烈要求，特面向全国征集男科疑难病例，进行“多对一”专家会诊。为男科疑难患者提供个性化治疗方案。

●征集对象：各类前列腺病、前列腺增生、男性功能障碍、男性不育及遗传性疾病新发病患者，以及久治不愈、反复发作的男科疾病患者。

●会诊地点：郑州华山医院

●会诊时间：即日起至10月8日

●要求患者亲自到场，如行动不便可携病历和检查单等相关资料寄往郑州市陇海西路160号，郑州泌尿男科会诊中心收。邮编：450006。会诊专家会通过短信或电话把会诊详情通知给您。

郑州华山医院 河南省、郑州市定点医院
Zhengzhou Huashan Hospital 新农业区国家级定点医院

病例征集热线：(0371) 67658889 会诊咨询热线：(0371) 67666999

前列腺炎分类治疗是关键

前列腺炎是成年男性最常见的疾病之一，约40%的男性曾受过其困扰。在会上，中国工程院院士、北京医科大学第一医院教授、北大泌尿研究所名誉所长郭应禄院士指出：传统治疗存在两种倾向：一是不重视或盲目药物治疗；二是对不同类型的病例采取雷同的单一治疗模式。其结果是疗程漫长，久治不愈，使患者产生极大的精神压力，失去治疗信心。因此，依据临床特征和检查结果正确分类是慢性前列腺炎诊断的首要问题，也是施行分类治疗的前提和依据。会上，郭教授指出，前列腺炎并非单一疾病，而是由各种疾病引起的一种综合征，称为“前列腺炎综合征”。前列腺炎可分为急性前列腺炎、慢性前列腺炎，其中慢性前列腺炎可分为慢性细菌性前列腺炎、慢性非细菌性前列腺炎和前列腺痛三类，同属前列腺炎综合征，一般造成病程迁延的多为慢性前列腺炎。郭院士称这一发现在临床上具有特殊的意义。

专家详解前列腺炎的分类

在治疗上，郭院士指出不同类型的前列腺炎有不同的用药原则，如：对慢性细菌性前列腺炎，基于前列腺本身的某些理化特性，故选用能渗透前列腺上反脂质包膜的抗菌药物应是碱性、脂溶性高，与血浆蛋白结合率低，能很好地弥散至前列腺，作用于细胞间质的药物；对慢性非细菌性前列腺炎，值得注意的是这类病人前列腺液中白细胞亦比正常值