



追影



凤飞飞



李钰

身故演艺界人士样本

时间范围:2007年至今
区域:内地、香港、台湾演艺界
人数:68人

去世艺人年龄

50岁以下	33%
51~60岁	18%
61~70岁	17%
71~80岁	17%
81岁以上	15%

艺人死亡原因

醉酒驾车	49%
癌症	31%
其他疾病	7%
自杀	5%
意外	6%
器官衰竭	2%

“

龙年伊始,娱乐圈就笼罩在一片悲伤之中。

2月19日,在电视剧《媳妇的美好时代》中饰演“婆婆曹心梅”的演员柏寒因病辞世,享年56岁。2月13日,“帽子歌后”凤飞飞的律师发表声明,称凤飞飞已于1月3日在香港病逝,享年59岁。2月11日,年仅48岁的美国流行音乐天后惠特妮·休斯顿去世,死因至今不明……

近5年来,据媒体公开报道,国内外有100多位演艺界人士离我们而去,其中华语区就有68位。

记者对这些华语区演艺界人士的数据进行分析发现,其中三成多为英年早逝(不满50岁)。他们用生命为我们敲响了健康的警钟,我们每个人都应该从这些“死亡数据”中获得教训,及时调整自己的生活方式,赢得无悔无憾的人生。

惠特妮·休斯顿、凤飞飞、柏寒近期相继去世 5年有68位华语区艺人身故 群星陨落敲警钟 压力大恶疾频发 混娱乐圈,得有个好身板儿

数据分析

死因,癌症成最大“杀手”

艺人们常年过着不规律的甚至是过劳的生活,因此健康状况频频亮红灯,并罹患很多疾病,其中尤以癌症为甚。

记者统计发现,这些已故人士中,33位因患癌症去世。如凤飞飞患肺癌,肥姐沈殿霞患胰腺癌,大嘴成奎安患鼻咽癌,导演戚健患胃癌,演员李钰、新闻主播罗京患淋巴瘤,而“林黛玉”陈晓旭、歌手阿桑都患有乳腺癌……

专家分析称,过劳的状态再加上因各种压力造成的不良情绪,阻碍了免疫系统对癌细胞的识别和消灭功能,癌症已成为演艺界人士健康的最大杀手。

自杀率高于平均值

在非疾病因素死亡的艺人中,有5人死于自杀,占7%,年龄最小的只有24岁。

中国自杀率约为每年每10万人中有23人,而艺人的自杀比例明显高于这一数字。

感情问题似乎成为艺人自杀的原因之一。2009年跳楼身亡的歌星陈琳就是一个例子,她在第二段婚姻中再

领域,七成来自影视圈

去世艺人中,演员、导演和编剧的人数占70%,歌手和作曲人仅占18%。这与影视和音乐两个行业的背景关系匪浅。

从2002年到2011年,中国内地电影总票房从10亿暴涨至131亿,翻了12倍之多,发展速度为世界之最;而电视剧也从几千块一集的身价涨到了动辄百万,频现天价版权费。相较之下,唱片业则萧条得多,唱片销量缩水了

90%以上。因癌症去世的艺人中,肺癌位列“杀手”榜首,成为夺命最多的疾病,其次是乳腺癌、结肠癌。凤飞飞、闫怀礼等9人都患有肺癌,而胃癌夺走了戚健、吴丹佳佳等4人的生命。

他们因何患上肺癌尚不得而知,但一种公认的观点是,吸烟是导致肺癌的首要危险因素。最新的医学研究成果也表明,因肺癌死亡的患者中,87%是由吸烟(包括被动吸烟)引起。

业内人士指出,演艺圈工作压力大,不少演艺界人士靠吸烟、酗酒来排解压力。因此,肺癌的高发率与该生活习惯有一定关系。

次受挫,导致情绪十分低落,最终选择以死亡来逃避压力和痛苦。

意外也总是那么猝不及防。2009年,曾在电视剧《金粉世家》中饰演“三姨太”的年轻演员潘星宜,在北京家中滑倒时不慎撞碎鱼缸,碎玻璃恰巧割破其喉部大动脉,造成大量出血,最终抢救无效死亡,年仅28岁。

90%以上。

今年,上海音乐学院计划招生337人,截至11日网上报名人数为2500人次,而电影学院的考生超过2.5万人,但招生计划只有455人,竞争最激烈的表演系仅招85人,考生则有6000人,录取率不到1.5%。

这样一来,演员队伍壮大的速度比歌手快得多,从业人数也比歌手更多。

职业分析

演员频频患癌与工作性质有关

86岁的相声名家张永熙曾经感叹:“现在的一些艺人生活都很富裕,兜里的钞票越来越多,但健康却每况愈下,缺乏锻炼固然是一个方面,更糟糕的是有很多不好的习惯,净糟践自个儿身子。”

工作环境恶劣、身体疲劳、压力大、饮食不规律、生活习惯不健康等因素,都可能导致癌症“找上门”。演艺界人士频患癌症,与其工作性质和内容有关系。

工作环境恶劣:艺人的工作表面上很风光,但实际上他们的工作环境很恶劣。在户外拍戏的时候,日晒不能遮阳,雨淋不能挡雨,就算明明知道空气有污染,也只能那样。

身体极度疲劳:受工作性质约束,艺人拍戏、表演往往是连轴转,经常一

连好几天不能休息,受此影响,身体的免疫功能会变差,对细菌、病毒等的抵抗能力随之下降。此外,作息时间的不确定性,导致内分泌紊乱。

工作压力巨大:艺人经常要面对媒体,要为曝光率、知名度打拼,往往承受很大的精神压力,比常人更容易出现精神压抑、焦虑等心理问题,这也是诱发癌症的导火索。

食不定时,营养失调:艺人工作时往往食不定时,吃得也不太讲究,空闲时又容易营养过剩。营养摄入不均衡,也是艺人易患癌症的一个重要原因。

生活习惯不良:常人是“日出而作,日落而息”,艺人正好相反,经常在夜间拍戏,正常的生物钟被打乱,再加上有些人经常抽烟、酗酒,甚至吸毒,容易诱发癌症。

时间,秋冬季去世的最多

依据近5年的数据来看,1月、2月和11月是演艺界人士死亡的“高发期”。分别有8位、9位和12位演艺界人士死于这三个月份。

从医学角度来说,秋冬季是心脑血管疾病、肺癌、胃癌高发期。患肺癌的阿匹婆、凤飞飞都是在1月份去世,而许冠英、陈鸿烈和林宗仁则是因心脏病突发而逝世。

应对措施

通过合理的生活方式来进行科学预防

癌症,不仅威胁明星的生命,也是威胁所有普通人健康的可怕杀手。但“谈癌色变”倒也没有必要,40%的癌症可以通过合理的生活方式来进行科学预防,而癌症的早期发现治愈率可达到65%以上。

早在2003年,世界卫生组织就对预防癌症提出了如下建议:

- 1.成人应当保持体质指数(BMI)在18.5~25,避免体重增加超过5公斤。
- 2.保持正常体力活动,久坐工作的人每日均应有中等强度的体力活动,例如每日步行60分钟。强度较大的活动如空腹步行对癌症预防有益。
- 3.最好不要饮酒,如果需要也不要过量,标准为白酒50ml、葡萄酒150ml、啤酒350ml以下。
- 4.腌制食物和盐的摄入量应当适度。
- 5.尽量减少食物被黄曲霉毒素污染。
- 6.每日应当进食至少400克水果和蔬菜。
- 7.不要进食和饮用高温的食品和饮料。

附: BMI指数,即身体质量指数,是用体重公斤数除以身高米数的平方得出的数字,是目前国际上常用的衡量人体胖瘦程度以及是否健康的一个标准。

本报综合报道