

开版语

不是每个人都可以成为大人物,不是每个人都可以轰轰烈烈。生活就是如此,我们的人生大都平凡而朴实。但这并不妨碍生活里最大多数的小人物一样可以拥有梦想,一样可以拥有精彩。每一个平凡的背影都打着时代进程的烙印,每一个平凡的感动汇集起来就是我们时代的样子。快报新社区版就是这样一个小人物的舞台,在这里,我们记录你的故事,记录你的感动,记录你的酸甜苦辣。不管是现实中的社区人物、社区故事、社区话题,还是网上社区故事、写字楼新闻,我们统统欢迎。来吧,让你和你身边的人走进社区版,成为公众关注的主角,让你的故事被时代定格,让你的故事折射时代。我们的信箱:kbsqb@sina.com

# 她一口气能打三十几个“旋”

## 身边的武林高手邵庆红:给刘嘉玲做替身

她是一位剑客,长剑一舞她就活在武林世界;她是一位侠女,温柔娇小,却有着三十年的少林功夫;过去,她是刘嘉玲的武术替身,而今,她是南京《青奥会申办片》的主角。



英姿飒爽的邵庆红 快报记者 赵杰 摄

看过《六指琴魔》的读者,一定不会对刘嘉玲饰演的谭月华陌生。不过,刘嘉玲在该剧中的武打替身是谁却鲜有人知。其实,她就是生活在我们身边的鼓楼区市民——邵庆红。您别看她长得娇小,人家可是习武三十年的武林高手,练的是刚猛凌厉的少林功夫。

### 最大巧合:哥哥学武她入门

一个女孩子,怎么会去学武术?邵庆红笑着解释,自己是无心插柳。原来,她8岁时,比她大5岁的哥哥做起了武侠梦,天天闹着要习武。为了成全他,父母将他送到一位姓朱的大师门下,拜师学艺。

“我也要学!”哥哥练得带劲,妹妹看得心痒痒的。“你练过压腿吗?”朱教练问。“没有。”邵庆红老老实实回答。不过,看到一名比她还小的女孩子毫不费力就把腿踢得老高,心气很高的她挺不服气,憋足了一口气,她猛地一抬腿,竟然也做到了!

朱老师惊讶不已,从此对这个要强的小姑娘刮目相看,很用

心地教她一些基本功。才练了大半年,她已在班上拔了尖,而整天想成为武林大侠的哥哥却成绩平平。

10岁那年,邵庆红被选拔进了省体工集训队,开始接受职业武术训练。“你文化成绩很优秀,没必要吃这碗饭!”教练劝她考大学。父母也犹豫,运动员吃的是“青春饭”,一旦退役做什么呢?

在大家一致建议下,邵庆红选择了好好读书考大学。不过,她始终没有放下对武术的挚爱。只要有空,她就拜师学艺学少林武术。她印象最深的就是“打旋子”——深吸一口气然后连续跃起来转圈,她最厉害时一次能打30几个!

基本功扎实后,她开始接

触剑、棍、枪这些兵器,其中练得最好的是剑。邵庆红说,练剑最讲究“身法”,起初很难做好,需要反复体会,回家还对着镜子练,大半年才成功。接着就是挽剑花,每个剑花都要练好,只见她长剑出鞘,凌空一抖,寒光闪过,剑花朵朵。

### 最大骄傲:给刘嘉玲做替身

邵庆红介绍,因为武术她已经多次触电了。第一次触电,她还不到20岁。当时,她饰演《小刀祭》中女主角身边的女卫士。“很新鲜,够刺激!”邵庆红说,那一次她才明白“中弹流血”是怎么回事,“就是在身上装个血包,按个按钮自爆。”

后来,还有很多影视剧请她做武打女演员的替身。邵庆红印

象最深的是给刘嘉玲当替身。上个世纪90年代,电影《六指琴魔》开拍,由林青霞、元彪、刘嘉玲等人主演。当时剧组通过南京体育局找到邵庆红,一天100元酬劳,她的任务是给刘嘉玲做武术替身。

“电影中有许多混战场面,拍的时候,由武术指导编好套路,然后把一招一式连贯起来,这些动作对普通人来说很难,但对于武术专业人士却是小菜一碟。”邵庆红说,她代替刘嘉玲演了吊钢丝、穿屋顶等多场打戏。拍完电影后,很多朋友跟她开玩笑,说她这个演员当得很失败。原来,导演让她俩穿的衣服款式、颜色一样,加上剪辑水平高,足以“以假乱真”,朋友甚至父母都难辨哪一个镜头是她替代的!

### 最大心愿:让孩子们强身健体

2006年,陈式太极拳传人齐庆典找到邵庆红,想让她入门。邵庆红也觉得,随着年龄渐长,再练少林武术确实有点力不从心,于是抱着试试看的心态学了三个月。没想到的是,她竟然在第二届陈家沟太极功夫精英赛中夺得中年女子第一名的成绩。由于技艺精湛,今年相关部门特意邀请她做了《青奥会申办片》主角。

邵庆红还在夫子庙平江府路开设了“小武星”少儿武术班,主要教少年规定拳。“我一上课就像穿上‘红舞鞋’一样停不下来。”邵庆红说,虽然经济效益一般,但她仍乐此不疲,因为她最大的心愿就是,让越来越多的人了解并喜爱中华武术,强身健体。

快报记者 钟晓敏

## “性功能障碍国际新突破”

全球对不同程度的性功能障碍、前列腺进行研究,结论是两种情况所致,一:是代谢的垃圾不能及时排除,长期积聚,霉烂变质发炎;二:是细胞的营养长期供应不足,不能正常的发挥应有的功能。欧、美、中深度合作研发的“欧V胶囊”彻底解决了男性性功能障碍。这种产品含有两种标志性成分,A细胞蛋白酶,B细胞经血酶。A细胞蛋白酶将霉烂变质发炎的细胞进行彻底分解,排除体外,疏通毛

细血管和神经末梢。B细胞经血酶,能够给受损的细胞补充能量,增强细胞活性,这两种成分通过清除、修复、补充,使细胞恢复应有的功能。生活水平的提高,越来越多的人关注自己的生活和和谐度。“欧V胶囊”是国家首批直接推广的产品,由中国中医科学院推荐,国家药监局批准。

据了解“欧V胶囊”正在江苏省开展大型优惠活动。热线:13776603990

## 腰腿酸凉、关节怕冷、胃寒,粘贴暖袋

### 来帮您的伙伴(3.6元/贴)

腰腿酸凉,关节怕冷、胃寒多是受凉、寒冷、潮湿造成。热敷可使体表温度升高、毛细血管扩张、血液循环加速,新陈代谢旺盛,活血驱寒、减轻不适、消除疲劳。使用方便,持续发热12小时,可贴在身体相应的内衣外侧(外衣内侧),随时随地热敷。

先声,国盛,益丰,百信,中联,筑康,上元、颐年堂药房有售:84712372 贴了很舒服!

## 南京机关医院 病毒感染性疾病 关键在于 排出体内毒素

湿疣、疱疹为何总是治疗不彻底?这是众多不健康患者最为关心的话题。据南京机关医院病毒专家、健康博士介绍:湿疣、疱疹是一种发病率高,传染性强的疾病。目前治疗方法虽多,但其中不乏技术落后,只能暂时缓解症状或迷惑病情根除,再加上一些非专业的医疗机构夸大、虚构治疗的疗效,治疗不当,稍有不慎就会复发导致病情恶化,给患者带来经济和生理上的双重负担。

作为权威医疗机构南京机关医院生殖健康中心独家引进世界卫生组织前沿技术《生物芯片检测技术》快速、准确检测病毒类型、数量;从而做到不误诊、不误治。应用最新成果《基因免疫激活排毒疗法》结合国际互联网互动优势已成功治疗了众多湿疣、疱疹患者,均无反弹。该成果重在排出体内病毒、毒素;仅在南京机关医院独家应用谨防假冒。具有四大优势:

**神奇:**纯中药制剂注射腹股沟淋巴结,在多种活性药物的作用下,加快T细胞在淋巴结内循环及渗透性,能直接深入神经节和细胞核内,让患者亲眼看到病毒从体内排出体外。

**快速:**活性T细胞介入干扰病毒的复制和整合程

序,分裂病灶周围病毒,使疣体自行脱落、水泡消失。

**高效:**结合高效抗病毒基因药物经血液渗透,将激活和转移潜伏病毒进行追踪靶向攻击,全面快速清除体内残留毒素,消除亚临床症状。

**彻底:**运用“新自体疫苗”所产生的针对性抗体,重建患者免疫系统,彻底解决湿疣、疱疹的治疗难题。

凡在我院规范治疗后,可存档并发放医疗保障卡,三年内偶有复发者,凭卡一律免费治疗彻底!

**南京机关医院**  
(中国湿疣、疱疹华东定点单位)  
专家热线:025-84806589 节假日不休  
地址:南京龙蟠中路46号南京机关医院泌尿生殖医学科学研究中心,市内乘40/58/93/68/313路,火车站乘南金线/59路到九华山下站下车即到(华山饭店斜对面)。详情请登录:www.jiqigyy.com

## 小车爬楼梯,好创意

### 南京小发明家夺得全国大奖

你见过能爬楼梯,能越障碍的扇形车轮吗?你见过能让苹果的棉网废物利用吗?南京外国语学校拉拉路小学的两名同学奇思妙想,最近凭借这两样小发明获得了第六届中国青少年科技创新奖!

昨天,南京外国语学校高二的田野同学,展示了他刚刚获奖的作品——磁力飞变形扇形车。这可不是一般的小车,中间有个方盒,其中装着电机,而最特别的是小车的四个轮子,均由三片扇形铝片做成,每两片之间还有缺口。“形状如同三叶草,这样的轮子如何前行?”正当记者纳闷,小车发动,三片扇形轮流做轮,交替前行,前方出现楼梯障碍物它也不怕,三片扇形瞬间连成一气,缺口处正好爬上台阶,小车顺势爬上楼梯,逐级前进。

“我发明的扇形车,不仅能爬楼梯,只要大于半径小于直径的障碍它都能通过。”目前这个扇形车已经获得了专利,田野打算以后继续改良,希望用在一些探险车上。

和田野一样,拉拉路小学六年级的邹文颖也是学校里有名的小发明家,这次,她凭借自己的7项发明,获得了这个奖。“婴儿学步护后脑垫”就是她从平时生活中得到灵感发明的。她说小表弟刚满一岁,开始学走路时经常摔跤。“我想有什么办法能做个护后脑垫,防止婴儿摔跤。”

邹文颖想到了在发带上缝个防震的海绵条,可是一试验,她发现海绵很容易被压缩成薄薄的一层,并不实用。“后来,我发现家里装苹果的纸箱里有很多包苹果的网络状海绵。”她把海绵卷成一团,塞进布筒里,果然弹性很好。若想了解现场情况,欢迎登录<http://tv.dsqq.cn/>,观看快报视频新闻。

快报记者 赵丹丹

## 手脚冰凉 麻木 冬季调治有妙方

### 锁金村的李先生问:

每到这个时候,为什么我和妻子都感到体乏,眩晕,犯困,无力,手脚发凉,麻木,易感冒,失眠多梦,我的小孩也体虚,腹泻,不吃饭等。尤其是妻子从早到晚手脚都冰冰凉的,这是为什么。

### 梅老中医回答:

女性乃气血之人,容易气血虚亏,全身器官气血不足而失养,从而造成内分泌、雌激素以及各种代谢功能紊乱。这就是中医所讲的各种虚症,一般表现为:气虚(气短心悸、倦怠乏力、动则气促)、血虚(头昏眼花、眩晕、晕车、失眠多梦、面黄肌瘦、易脱发、月经不规律)、脾虚(贫血、身材走型、手脚冰凉、肠胃不好、便秘或便溏)、肺虚(虚喘咳嗽、反复呼吸道感染、易感冒)、肾虚(腰酸腿痛、出虚汗、尿频、健忘等)。

民间有个方子,简单有效,用潞党参经五九煎制成膏滋,每次10g,早上配一枚核桃,晚上配两颗红枣,用一个来月,各种虚症即可以得到根本治疗。这个方子就是民间老中医梅鹤龄提供的,效果很独特,潞党参属温性,不寒不燥,不上火,而且又是单方膏滋,一般服用半个来月过敏、气色、精神、睡眠、肠胃功能、皮肤质量就会有明显改善。而且由于其从健脾入手,恢复了人体本身的气血津液生成机能,停药后不会反弹,这个方子对于孕妇、男士、小孩也同样有效,10岁以下小孩用量减半,本品对术后或者放疗化疗病人有非常好的恢复作用。

### 很多市民问:

这么好的膏方在哪里能买到?

### 梅老中医回答:

据了解潞党参膏滋可在我们的中山东路522号钟山宾馆对面华中大药店、山西路宏图三胞对面华江药店、江宁胜太路湖滨公寓大门旁颐年堂药店、大厂新华路260号经久药房、江浦:中圣南环环保局楼下祥瑞药店、浦口:服装城一楼转盘处康福来大药房、溧水同济街实验小学对面惠民药房、六合人民医院对面大众药房都可以买到现成的潞党参膏滋。详情可咨询025-82036700、85112001 即日起买一斤送二两;买三斤送一斤,活动仅限3天。

南京机关医院肛肠治疗中心 医保定点

## 痔疮肛瘘

### 肛肠专家亲诊 12月1日~12月30日

治疗费优惠 50% 外痔治疗费 100元

★南京机关医院肛肠治疗中心是国有正规医院,本院耗巨资率先引进新一代高科技大型肛肠射频治疗系统,专业诊治内痔、外痔、混合痔、脱肛、肛裂、肛瘘、肛周瘰疬、脓肿、大便带血、滴血等肛肠疾病,全电脑监控,患者可亲眼看到痔核脱落过程,不开刀、不住院,随治随走,快速解除你的痛苦,治疗后还可正常排便,不影响工作与生活,并发质量跟踪卡。节假日不休

专家热线:025-84664115  
地址:南京龙蟠中路46号院内南京机关医院 市区乘南金线、40、58、59、93、68、313路,九华山下车华山饭店对面(节假日不休)。