

“寻找潘德明”后续报道①

追寻潘德明的足迹,一群南京老人骑行2150公里宣传青奥 我们的快乐,你们不懂

本周一,快报《发现》周刊“寻找潘德明”的报道见报后,引起了强烈反响。这位南京走出去的“徒步、骑自行车环游地球第一人”,令众多读者惊叹:原来这段传奇就发生在南京人身边。

南京市老年体协骑游总队秦淮二中队的老年骑友余建中看到报道后格外激动,给快报打来电话:“我们一行13人骑车到浙江、福建宣传南京青奥会,还特意去了湖州潘德明老家,去追寻他的足迹!”昨天,余建中和他的两位骑友刘正堂、张小能来到快报,分享了他们此行的见闻。

□通讯员 毛成宽 快报记者 王凡

骑游神州,与青奥同行

2004年,骑游总队秦淮二中队成立时,三位老人就成为其中一员。“年轻时我们都是体育运动爱好者,退休了喜欢骑自行车,就加入这个队伍了。”余建中说,现在队伍里有81位老人。骑游7年,他们的足迹已经遍布祖国的大江南北,而骑游经历大多都与宣传体育精神有关——2005年,他们曾骑游到北京,沿途宣传在南京举办的十运会,2008年,他们又骑游到云南,沿途宣传北京奥运会。

去年,南京申办青奥成功,他们的青奥之旅又开始了。去年7月,他们骑游了西藏、甘肃、青海三省。余建中骄傲地拿出自制的一面“骑游神州,与青奥同行”

的旗帜,上面盖满了所到之处政府部门的印章、邮局的邮戳。

而今年的这次青奥骑游宣传之旅,老人们将路线锁定东南,最重要的原因在于浙江湖州是骑游宗师潘德明的家乡。这个想法,也得到了青奥组委会的大力支持,分发给他们的宣传材料。老人们还将自行车装饰一新,车篓里系着“支持青奥,我们骄傲”、“迎青奥,南京欢迎你”的旗帜,一路飘扬。

10月18日,13名队员从南京上路。余建中和刘正堂、张小能、周庆中分在一个小组,他们当中最年长的刘正堂68岁,最年轻的周庆中60岁。

寻根潘德明,与塑像合影

经过三天的骑行,队员们到

达了湖州,“从我们7年前加入骑游队就知道潘德明,他用7年时间,靠着双脚和自行车完成了环游世界的壮举。现在骑车来到他的家乡宣传青奥,真的很激动!”余建中说。

湖州市中心有一尊潘德明的塑像,余建中说,很多湖州当地的人都对潘德明知之甚少,这也更坚定了他们要追寻潘德明的信念。四位老人推着自行车,与同样手推自行车的潘德明塑像合影留念,这样的场景也吸引了许多湖州市民,特别是正在送邮件的一位邮递员很是感动,说要把这些青奥宣传册复制,送给学校的青少年朋友们。

带着这份激情再次上路,穿越浙江后,他们进入福建。到达福州后,受到了中国老年骑游协会会长周迅的接见,周迅鼓励他们说:“你们这种老有所为、宣传青奥的壮举就是潘德明精神的体现。”

老人们告诉记者,根据行程器的统计,他们11月10日到达福建永定县,一共骑行了2150公里,如果不是有一位队员南京家中有事,他们还打算途经江西、安徽,再骑回南京。

勇闯难关,翻越14座山

漫漫长路,旅途中的艰险可想而知。余建中用日记记录了这趟骑行,单单是翻越浙江境内的四明山,就用了一天半的时间。其实,从绍兴到溪口,可以从宁波走国道绕行,但是老人们想挑战自己,于是选择翻越四明山,“我们这一行,不仅是追寻潘德明的足迹,更要追寻他不屈不挠的精神。”张小能说,翻越四明山时,他的鞋子骑破了。刘正堂告诉记者,不管山路多么陡峭,他都坚持骑行。老人们计算过,这一路,他们翻越了14座山。

在路上也有人打趣他们:“大家都坐4个轮子游览,你们还用两个轮子,累不累?”老人们呵呵一笑:“我们的快乐,他们哪里懂?”

有一股力量一直在推动他们前行,“我们虽然年纪大了,但不能停止不前,我们还有很多路要走,我们要用滚滚车轮和经霜白发来宣传青奥,弘扬潘德明的精神,给后代留下点财富。”张小能这样说。

望着那面为青奥定制的旗帜,老人们满怀期待:“等到2014年青奥会召开的时候,旗子上的章肯定可以盖满了。”他们下一步的计划是到新疆,明年还打算走出国门,骑行到东南亚。

违停被“贴单”居然不罚钱?

原来这是社区民警的人性化举措

快报讯(通讯员 徐涛 鲁斌山 记者 田雪亭)大家都知道,车辆违停一次要罚50元。可在秦淮区,有一个小区,如果你的车子违停,虽然也会被贴上机动车违停通知书,但与交警的告知单不同,你不用交罚款,只要你做到下次勿犯就行。

昨天上午,秦淮区双桥新村小区内,市民孙先生匆忙将车停在路边,出门办事,回来的时候,他的车上多了一份“罚单”。“就停了20多分钟,贴个单子50元钱,亏大了!”但他仔细一看发现,这个单子跟之前的违停处罚单不同,落款也不是交警大队,而是红花派出所。最关键的是,这个单子上,没有说要罚款50元。

“下次不能再违停了。”红花派出所双桥新村社区民警王济钢笑着走了过来。原来,这是派出所的人性化告知单。孙先生感觉很不好意思,表示以后再也不违停了。

王济钢说,双桥新村社区是老小区,违停现象严重。前段时间,警方重新划定了小区的停车位标志及地上的单行标志,但仍有不少车主乱停乱放。为此,王济钢想出了这个办法,对小区违停车辆开出了违规停放通知书。记者看到,这个通知书形式上很像交警的违停罚单,但名称叫机动车违规停放通知书,在内容上,违停通知书语言也比较人性化,提醒车主将爱车停在指定位置,共同维护小区良好交通环境。

“大家也只是为了图方便,都是抬头不见低头见的‘老熟人’,没必要把矛盾激化,但又不能不管,所以我才想出贴违停通知书这个点子,只贴单提醒,不直接做出处罚。”王济钢说。

据悉,这个“贴单”行为效果不错,目前该小区违停现象大大减少。

高三学生每天“强迫”午休

快报讯(记者 黄艳)高三生活,似乎就是上不完的课,做不完的题。但南航附中校长蒋国和昨天透露的学校高考高分“秘诀”让人很意外——高三学生每天必须午休50分钟,必须锻炼1小时,如果不遵守,就是违反校规。

南航附中每周给高三安排两节体育课,每天要保证1小时体育锻炼时间,包括课间操、长跑等。老师还要在操场上检查学生的跑操到位率,如果有人在教室里悄悄写作业,要“请”到操场上去锻炼。因为管得严,再用功的学生到了锻炼时间也不再埋头于习题中。此外,还要考核学生的另一个到位率,就是午休。“我们每天12:40到13:30,都要求学生坐在教室里休息,不仅学生不允许自习写作业,老师也不可以去打扰学生,给学生讲题目。”蒋国和说,锻炼是为了让学生有更好的身体面对高考,提高学习效率。而午休后的感觉被学生们称为“第二个早晨”,头脑会非常清醒。

2011年,在执行了这样特殊的锻炼和休息制度后,南航附中400多名高三毕业生,在高考中有207人本二文化课考试分数上线。

在昨天举行的2011年南京市高中教学质量提升现场会(研讨会)上,相关专家表示,南航附中的高中教学模式是本土学校的成功典范,建议推广。

哇,好多美女

昨天上午,熙南里历史文化街区来了12位来自世界各地的佳丽,她们是来南京参加2011全球生态旅游小姐世界总决赛的。佳丽们对这些白墙黑瓦产生了浓厚的兴趣,看到甘家大院民间艺人孙光耀正在玩抖空竹,她们也现场学了起来。

今晚,全球生态旅游小姐世界总决赛颁奖盛典将在前线大剧院举行。

实习生 邓婷尹
快报记者 胡玉梅/文
快报记者 施向辉/摄



罹患类风湿8年,发病时无法张嘴吃饭

“我是2003年秋天被确诊为类风湿性关节炎,从那之后一到秋冬季病情就很重,左腿膝盖关节红肿,腿粗得穿上棉裤都能看得出来,右胳膊弯了不能伸直,路不能走,楼梯不能上,浑身的皮肤一碰就痛得钻心,双手不能端饭碗使筷子,就连肚子饿了想吃饭都张不开嘴。”想起患病的这8年,43岁的吴爱华(化名)眼眶红红的。不过,让她做梦也不敢想的是:不久前,在南京454医院干细胞生物诊疗中心,经2个疗程的干细胞移植手术治疗后,自己疼痛几乎消失了,就连骨关节都在逐渐消肿。

多种治疗无果,深受病痛折磨

吴爱华自称这几年求医历程坎坷,“最远的去了北京,做过手术,天天服药,尝‘偏方’,试‘秘方’,但病情还是没有好转,只要一受凉,四肢关节就疼痛得非常厉害,一点不能弯曲,如果不吃止痛药,那就得整晚疼得睡不着,那种痛苦真是难以形容,怕老公发现,常常夜里痛得偷偷哭。”她表示,自己曾经有几次实在疼痛难耐,甚至想到了轻生,

后来想到老公和还在上学的女儿,最后打消了这个念头。

“神奇”干细胞治疗后,疼痛几乎消失

一次偶然的的机会,吴爱华的爱人从病友口中得知干细胞移植手术治疗类风湿疗效明显,便欣喜地陪妻子来到南京454医院干细胞生物诊疗中心。因吴爱华病情较严重,接诊的王立明主任认真地研究并分析了她的病情,系列检查后确认吴爱华符合干细胞治疗指征,之后她便接受了该技术治疗。“一点都不痛苦,就像挂水一样把脐带血干细胞输入到体内,治疗过程中,慢慢地感觉到了身体状况的好转。”在结束了2个疗程的干细胞移植手术治疗后,吴爱华发现自己疼痛几乎消失了,骨关节在逐渐消肿,现已可以行走,一家人喜极而泣。

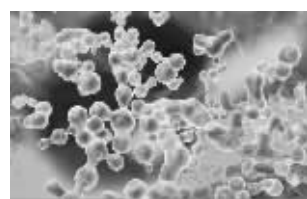
类风湿患者谨防畸残,宜早行干细胞治疗

“类风湿性关节炎是一种以关节滑膜炎为特征的慢性全身性自身免疫性疾病。滑膜炎持久反

复发作,可导致关节内软骨和骨的破坏,关节功能障碍,甚至残疾,发病10年后只有50%的患者能够继续工作,已成为人们自由生活的重大“杀手”。”王主任介绍。据了解,临床上传统治疗类风湿,一般采用免疫抑制剂及激素,在治疗中患者要面临许多药物的毒副作用,同时也增加了治疗的风险。据了解,干细胞移植术现已广泛应用于临床,专家建议患者应尽早进行干细胞治疗,防止致畸、致残。

干细胞治疗直击“病源”,治疗无痛无副作用

干细胞是一类具有自我更新能力的多功能细胞,干细胞进入人体后可替代受损的细胞进行修复,摧毁患者异常的免疫系统,分泌细胞因子,促进机体的自我修复、建立新的免疫系统,治疗自身免疫系统异常引起的疾病优势明显。王立明主任分析指出:“干细胞移植术治疗如‘输液’般,无痛苦、无副作用,它最显著的作用就是:能再造一种全新的、正常的甚至更年轻的细



进入人体的干细胞将直击病灶并修复受损细胞

胞、组织或器官,目前其对类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮等多种自身免疫性疾病的治疗临床疗效明显。”患者可致电400-8811-454(全国免费电话),025-80865516或登录www.454gxb.com咨询干细胞移植术或预约专家。张弛

链接

治疗类风湿,干细胞移植术优势明显:1.可修复、替代损害的细胞和组织,并可分化为免疫细胞来治疗、修复免疫系统,具有独特的免疫调节功能;2.可分泌多种细胞因子,抑制炎症细胞介质,减少骨关节、滑膜破坏,有效控制病情;3.无排斥反应,安全可靠,疗效明显。