



打麻将能预防帕金森?

医生:这个真的有,但打太久会适得其反

昨天是“世界帕金森病日”,苏州大学附属第二医院举行了相关知识讲座。专家告诉记者,受环境污染等影响,在帕金森病患者中,中青年的占比已达10%,甚至有人30多岁就已患病。在预防上,坚持适量运动较有效果,老年人每天打一两小时麻将,是预防该病的方式之一。

昨天下午1点多,讲座的会场内已坐满了老人。在这些七八十岁的老年听众中,43岁的张先生格外显眼。老家淮安的他是一名木工。2009年10月份的一天,下班回家吃饭时,张先生突然发现右手有些僵硬,拿筷子夹菜很费劲:“一开始以为是干活太累的缘故,可后来情况越来越严重。”张先生说,一段时间后他发觉右手的肌肉开始变形,赶紧去了当地医院检查。医生告诉他,是右手肌肉出现了萎缩,比较难治。由于当时的病情并不严重,张先生没有太在意。但随后,情况越来越糟,到了今年他的右手已很难使得上劲,不得不放弃了木工的工作。来

到了苏州大学附属第二医院就诊,被确诊为帕金森病。

据苏州大学附属第二医院神经内科主任医师刘春风介绍,帕金森病是一种神经系统变性疾病。病变部位在大脑的中脑,该处有一群神经细胞,叫做黑质神经元,当其大量变性死亡,大脑便难以调节神经系统,帕金森病的症状就会出现。如手抖、四肢僵硬、动作不灵活或缓慢等。目前该病的发病原因尚不明确,且无法根治,多见于50至70岁人群。不过刘春风说,环境污染、感染、某些化学物品等,都可能是该病的诱因。近年来,受环境污染等影响,中青年患者有增多趋势,在其接诊

的帕金森患者中,50岁以下的占比在10%左右。“这类年轻患者多是在基因方面存在缺陷,遭遇到环境污染等情况,就容易患病。”

对于帕金森病的预防,刘春风表示,运动、加强益脑锻炼、远离有毒物质和辐射都是有效措施。老年人每天可进行半小时的中小运动量锻炼,特别是舞蹈类可活动全身关节,如广场舞等。打太极拳、户外散步等也是较好的方式。刘春风说,打麻将可以锻炼老人的脑力、手指的灵活性,能延缓脑神经组织衰老。但是,由于打麻将需要久坐,因此老年人只能一天打上一两个小时,千万不能打时间太久。 何寅平

速读

苏州再次入选 最具吸引力城市

日前,由国家外国专家局主办的“2012魅力中国—外籍人才眼中最具吸引力的十大城市”评选结果揭晓,苏州以综合排名第四位的好成绩再次入选。据悉,这是苏州继2011年之后再次获得该项荣誉,综合评分比2011年上升了三位,是全国唯一入选的地级市。

据了解,“最具吸引力的中国城市”是国内唯一一个完全由外籍人才参与评选,由中国政府“友谊奖”获奖外国专家、“外专千人计划”专家等组成专家评委团队,评出的引才引智“中国城市榜”。经过评选,上海、北京、深圳、苏州、昆明、杭州、南京、天津、厦门、青岛获选“2012魅力中国—外籍人才眼中最具吸引力的十大城市”。 何寅平

彩船彩排

今晚,第十六届中国苏州国际旅游节将在金鸡湖畔拉开帷幕,记者从昨晚的彩排现场获悉,作家苏童也将现身开幕式,助力这一一年一度的旅游盛宴。

本届旅游节主打“东方水城”特色,涵盖苏州四市六区的系列精彩活动,包括7大主题活动和以“爱在苏州春天里”为主题的59个系列组合“节目”,充分阐释出雅致而又热闹、品质又不缺浪漫的“苏式生活”。在今晚的开幕仪式上,来自美国、马来西亚、菲律宾等国家的12艘风情彩船将在金鸡湖上华丽亮相,与此同时,首届“风尚苏州”微电影大赛也将同步启动。右图为昨晚的彩船彩排现场。 王玲玲 文/摄



“立达”被认定为 教育服务知名商标

昨天记者从苏州立达中学获悉,“立达”被认定为2012年度苏州市知名商标,这是苏州第一个教育服务类知名商标。

“学校要有品牌意识。”校长费建华表示,2007年,该校就将“立达”作为注册商标向国家商标局申请注册,并于2011年获准颁发证书。这次被评定为苏州市知名商标,有利于更好地发展“立达”这个教育品牌,校方一方面将以“立达”为载体,发展爱心文化,一方面将与沧浪工商局联手,向“傍立达”的培训机构维权。

立达是苏州“第一个吃螃蟹”的学校,如今,越来越多的学校加入到了申请商标的行列,像“善耕”“草桥”等已申请成功。孙佳桦

老宅界碑今犹在,不见当年房主人

专家:这是旧时“产权凭证”,在老城区已少见

多年从事苏州顾氏文化研究的顾建新先生日前反映,称其在学士街附近的老巷子中发现了两块刻有“承庆堂顾界”的界碑。“‘承庆堂’是这座宅子的名号吗?为何界碑还在老房子却不见了?这里经历过怎样的风雨?”顾建新十分好奇。



盛家浜20号的“承庆堂顾界”界碑,其原来依附的老房子已经不见了

发现 两块界碑静立小巷中

记者昨天下午来到顾建新所说的“承庆堂顾界”所在之处,其位于剪金桥巷盛家浜20号,两块界碑分立于一幢两层洋房的南侧,与之连接的是两座老式平房的断墙。记者看到,这座洋房整个外墙都贴上了杏色的瓷砖,风貌与周围粉墙黛瓦的老式建筑截然不同。

居住在此的张女士告诉记者,房屋的主人是其远房亲戚,久居海外,从他人手中购得此处宅子时,

界碑就已经存在了。而她本人在这里也居住了近10年,和邻里拉家常时从来没有人提起界碑的来历。另一位在盛家浜居住了50年的老人告诉记者,他听说这处洋房是十多年前一个上海人花了17万元买下,随后又以40万元左右的价格转手,新主人将这里整体重建,唯独保留着这两块界碑。

而在此之前,这里皆是平房,居住着许多户人家,杂乱不堪,又

因为房屋几经转手,因此居住在这里的老人也弄不清这里曾经住着什么样的人。

该区域所属的道前社区工作人员介绍,盛家浜历史悠久,158米的巷子里有着多处古迹遗址,有唐代贞观年间建的“皮场庙”遗址,其紧挨着盛家浜20号,另外还有东吴丝绸厂主陶博渊宅、民国初年吴县律师公会会长吴曾善宅两处市级文保单位。

专家 顾氏现存的界碑极少

这两块界碑引起了苏州文化名人、原苏州文化局副局长顾笃璜的关注,他表示,顾姓是苏州的大姓,历史中顾氏所出名门望族众多,一般来说界碑是大户人家用来界定自家宅院范围用的,然而这样的顾姓界碑,他却是第一次见到。

“界碑有五大功能,界定产权、区分住宅界限、体现种姓、颂扬先贤,以及为寻亲访友的人提供标识。”苏州民间文化专家沈兰生从

上世纪90年代初开始在老城区展开对界碑的寻访。他告诉记者,他一共记录到278块界碑的图像。苏州的文化就在小巷里,这些界碑里可循的故事很多。比如,沈氏有宅第使用“梦溪堂沈界”做碑,以体现户主乃《梦溪笔谈》作者沈括后人;韩姓宅第则多见“南阳韩界”这样的界碑,这表示,在苏的韩姓人家不少是从河南南阳迁徙而来……

“建筑是主人心理的体现,因

此我们从界碑里看到了苏州人对祖先的崇敬,也可以看到民间文化的丰富。很遗憾,随着城市的建设,它们不停地消失,有时候我前一天傍晚还看到的界碑,第二天去的时候就找不到了。”沈兰生说,顾氏界碑确实少见,除了盛家浜一处,另外仅南浩街有“承德堂顾界”,以及山塘街有“树德堂顾界”,不过,南浩街此处已被破坏,山塘街碑也不确定是否“健在”。 王玲玲 文/摄

看风云

27°C!奔夏天去了?

受高压影响,昨天的天气依旧晴好,阳光也带来了明显的春燥。昨天下午5点左右,苏城空气的相对湿度只有14%,不多喝点水的话,着实让人感到口干舌燥。

今天晴到多云,西南风3~4级,早晨最低气温:9~10°C,最高气温:23°C左右。

晴好天气不但在今天继续,还将延续到整个周末,周末的最高温度可达27°C左右,尤其是中午前后,更有进入了夏季模式趋势。天气升温较快,春燥也将愈发明显,市民的保湿补水工作还是要继续进行。趁着周末的大好春光,市民们不妨出门多走动一下,尽情领略春天的美景。周六阴转多云,西南风3~4级转4~5级,14~27°C;周日多云转晴,西南风4~5级转南风3~4级,12~25°C。 李铮

今日周边城市天气

昆山:晴,南风3~4级,13~23°C
太仓:晴,南风3~4级,12~23°C
常熟:晴,南风3~4级,13~23°C
张家港:晴,南风3~4级,123~23°C
上海:晴,西北风3~4级,13~22°C