



秘有仁穿上豹子服练习“雪豹下山”。本报记者 时培磊 摄

像豹子一样，一跃就是四个台阶 六旬老汉“雪豹下山” 要申吉尼斯

本报6月14日讯(记者 时培磊) 在济南英雄山,68岁的秘有仁老人是小有名气的健身达人,他坚持健身18年,独创了一系列健身绝技,包括倒立、爬行、虎跃、雪豹下山等动作。秘有仁称,他想把自己的这套绝活申请吉尼斯世界纪录。

6月14日早上,秘有仁像往常一样来到英雄山健身。压腿、劈叉、倒立……他每天都按照本子上罗列的31个动作有序练习。等到练习绝活“雪豹下山”时,周边已经围了一圈人。170多个台阶,秘有仁像豹子一样,一跃就是四个台阶,双手着地,双腿发力,又是一跃。“一般人跑着下台阶,根本赶不上我。”下了170多个台阶,他仅用了42秒左右。

从外表看上去,秘有仁完全不像一个已经68岁的老人。大家也没

有想到,秘有仁曾被疾病缠身。据了解,秘有仁是滨州惠民县人,早年在淄博打工。18年前,秘有仁患有多年的腰疼、关节炎进一步恶化,连站立都感到困难。疾病的折磨让他下定了决心去健身。他从最基础的动作开始,练习压腿、倒立,他每天四点半就起床,一练就是两个多小时,然后再去打工。起初练倒立的时候,秘有仁经常摔跟头,一段时间以后他逐渐上手。现在,他双手倒立能坚持三四分钟。

在练习基础动作的时候,秘有仁也经常琢磨新的动作,他喜欢看《动物世界》,看到雪豹从山下一跃而下的镜头,自己也试着去模仿。秘有仁发现,四肢着地,按照动物的方式行走能锻炼身体多个部位。从这以后,他就开始练习这极为少见的健身动作,一练就是12年。

“我刚开始练雪豹下山的时候也很小心,捡那种低的台阶练,动作也不熟练,慢慢胆子越来越大。”秘有仁称,为了练这些动作,他光手套就磨坏了好几双,在日复一日的练习后,他慢慢掌握了豹跑、虎跃等几种高难度动作。

如今,秘有仁每天会至少练上两个半小时。通过健身,他的腰部、关节得到了很大改善,几乎不再疼痛。得益于良好的身体状况,68岁的秘有仁还能做自己喜欢的工作:室内景观装饰。

秘有仁告诉记者,他有一个愿望,想把自己独创的这套动作申请吉尼斯世界纪录。“我查了一下,好像还没有人这样练,即使有人这样练,我也要挑战他们。”3个月前,他拍摄了200个台阶“雪豹下山”的视频,申请吉尼斯世界纪录。

女孩乘公交突发病 司机乘客伸手相助

本报6月14日讯(记者 刘飞跃 通讯员 刘学义) 一名女孩在乘公交车时突然发病,车上的乘客和驾驶员热情地出手相助。

6月9日晚上7点左右,K50驾驶员侯延云驾驶车辆行驶到山东技师学院站点时,车上的一名女孩突然全身颤抖,面色苍白,趴在了座椅的靠背上。随行的同伴见状,立刻下车到就近超市去给她买吃的,并托付旁边乘客代为照顾女孩。与此同时,车上的另外一名女乘客把随身携带的面包给了女孩。

看到女孩的症状,侯延云判断女孩可能是低血糖,急忙把自己的蜂蜜、红枣以及矿泉水让女孩吃下。大约过了5分钟,女孩症状有所好转。当车行驶到济南长途汽车总站时,女孩已经完全恢复了。

俩老人雨天走错路 收费站员工送回家

本报6月14日讯(记者 王瑞超 通讯员 徐翠萍) 13日,两位老人在济南机场收费站附近迷路,收费站工作人员看到后,用收费站的把两位老人送回了家。

6月13日下午,天下着小雨,齐鲁交通济南机场收费站出口ETC车道的中巴车上突然下来两位六旬老人,拉着一大袋子的行李,在出口车道里东张西望。当班中队长安聪聪询问得知,两位老人从外地老家归来,在长途汽车站搭上了去机场的大巴车,准备去遥墙镇王家村,下车后才发现坐的车并不顺路,离家还有很远的距离,就下了中巴车准备搭乘出租车回家。安聪聪帮老人拦了两辆出租车,老人都嫌价格太高没舍得搭乘。

值班站长了解到这一情况后,及时汇报站长,用收费站的车把两位老人送回了家。

济阳街道董家村 集体收入年超20万

本报6月14日讯(记者 梁越 通讯员 王伟) 自2014年以来,济阳街道董家村集体收入慢慢从无到有,如今年收入已超20万元,村民幸福指数不断攀升。

据悉,董家村属于市级贫困村,2014年以前并没有集体收入。2014年驻村第一书记帮扶后,全村500余亩土地先后得到流转,村集体收入每年达20余万元,远远高出济阳街道其他贫困村。

集体项目增加的同时,也为村民提供了大量的就业机会。此外,村集体每年从集体收入中拿出部分资金资助贫困户,也大大改善了他们的生活条件。

装修工长期用电钻,患上突发性耳聋

“点亮新声计划”最高援助3100元,耳鸣耳聋、听力下降等人群皆可申请

长期在噪声环境中工作,装修工孙师傅竟然突发耳聋。专家提醒,长时间在噪声环境下工作,人的听觉功能会受到损害,甚至会突发耳聋。为帮助中国听障人士恢复听力,提高公众对听力健康的认识和预防,“点亮新声计划”活动再次启动。此次,“点亮新声计划·济南”活动指定济南耳鼻喉医院为医疗服务机构,广大耳鸣耳聋、耳闷耳痛、听力下降等听障人群皆可申请,最高可援助3100元。

中西疗法结合,治标更治本

据介绍,“点亮新声计划”发源于2016年,自发起以来已在北京、上海、南京等多地帮助了数万听障人士。今年活动自6月1日开启以来,申请加入“点亮新声计划”的听障患者持续增多,门诊量已超过饱和

状态。据活动负责人介绍,此次活动主要针对耳聋、耳鸣等听障患者,根据治疗体系提供资助措施,得到了听障患者的高度肯定。目前济南站的活动时间截止到本月底,有耳聋耳鸣、耳闷耳痛、听力下降等问题的患者可提前预约申请。

德州的刘延强今年56岁,已有8年多的双耳神经性耳鸣病史,活动一开启,刘先生就申请了援助名额并入院治疗。据刘先生的主治医生何业宁主任介绍,正常人的听力范围在0~25分贝之间,25~40分贝被认为是轻度听力障碍,刘先生双耳听力达到50分贝,已经属于中度听力障碍,严重影响了正常的工作和生活。根据刘先生的实际病情,何主任建议刘先生选择CTS蜂巢治疗体系。

经过系统治疗,刘先生的病情不断好转,刘先生向笔者说,以前总是听不清楚别人说



什么,就不愿意跟同事和家人交流,时间一长感觉生活都没了乐趣,现在病情好转,心情也好了,精神头也足,而且费用也没花多少,应该早点接受治疗。

出现病症,早治疗,早恢复

家住济南市历城区的孙

平是一位装修师傅,6月初,孙先生觉得自己有点头晕,恶心,回家后出现了耳鸣的症状,第二天孙先生便感觉右耳听力完全丧失,到医院一查,确诊为突发性耳聋。

孙先生的主治医生周苏萍主任介绍,孙先生患病的主要原因是工作环境嘈杂,装修电钻的声音最高能达到80分

贝以上,属于强烈的噪音污染,长时间在这种环境下工作,人的听觉神经会受到损害,轻者听觉能力下降,重者会完全失去听觉能力。经过耳聋耳鸣联合疗法的系统治疗,孙先生的听力逐步恢复,已经不影响正常沟通。

周主任表示,突发性耳聋多采用综合治疗的方法进行治疗,而且开始治疗的时间与预后有一定的关系,因此应该在发病后3~10天内尽早治疗。

此次“点亮新声计划”活动指定医疗服务机构为济南耳鼻喉医院,需要申请援助的患者可拨打

0531-83178888 预约,也可直接到院咨询。

