

# 他当着所有人的面微笑着向我张开了怀抱




夏柒月 著  
新世界出版社友情推荐

IQ 如珠穆朗玛、EQ 如柴达木盆地的足球女记者柳田，一度叱咤体育报足球板块，却愣是被强悍的女主编马青赶鸭子上架般扔进了陌生的羽毛球世界。好在中国羽毛球队有两位顶级帅哥选手——关傲君、罗超，柳美女边工作边养眼，加上写中国羽毛球比写中国足球要爽N多，她渐渐体会到了无穷的乐趣。

[上期回顾]

马青和陶永鑫冰释前嫌，无比恩爱。我却决定和关傲君分开，因为我不能忍受他心里还有陈霞。关傲君默许了。我独自去了上海。从上海回来，我收到了关傲君给我的短信，很长。他说他是真心喜欢我，希望我原谅他。我答应了。

情感时空

我给关傲君买了个“海盗船”的手链，银质链子，很别致，非常适合他。自从他摘了罗超给他买的小猪，身上就再也没有过什么饰品，就连原来手上那些乱七八糟的手绳都被他摘了。我知道他是怕我多心。

关傲君喜滋滋地戴上，我正给他扣手链扣，卖给我们项链的那个服务员走过来仔细看了看关傲君，“先生，请问，你是不是关傲君？”我心说坏了！我怎么忘了我是在崇文门新世界里头呢！想要跑，已经来不及了，远的认识关傲君的都跑过来了，关傲君又撇下我开始了签名合影的征程。回去的路上，我勾着关傲君的胳膊有点不乐意，“你的球迷怎么那么多？”

关傲君笑，“这些女生大多数不懂羽毛球吧。”“就你长得俊！”关傲君想说什么哄哄我，嘴刚张开，我电话响了。如果不是柳怡说了是她，我会以为我被FBI盯上了。柳怡神秘地说：“柳田，你别说话，听我说就行。我是柳怡，我告诉你一件事，希望别对你造成困扰。我也是为了你好，可我还是不知道该说不该说。”

我火了，“你到底说不说？不说就再见！”“别呀！我告诉你哦，你的小关，他那个金色的小猪坠子，是陈霞送的哦！他每天带在身上，只不过你看不见了。”我顿时起了疑心，“你怎么知道我们之间的事儿？我们俩单独说的话你怎么都知道？”柳怡嘿嘿笑，“我是记者嘛！”“柳怡我告诉你，你要是如实跟我说，我现在就打110。”

柳怡不慌不忙地说：“那也没必要吧？我就是个偶然机会碰见了他俩在吃饭，听到的。那

项链就在他钱包里，你爱信不信。我反正是为你好。”说完她挂了电话。我拿着手机好一阵子才反应过来，关傲君的大手在我眼前晃了晃，“没事吧？柳怡又说什么了？”

我伸出手，“钱包给我。”关傲君下意识护住了裤袋，“你要钱？”“给我。”不等他自己去掏，我伸手就把钱包从他口袋里拿了出来，果然，那个被他摘下去的项链好端端地在钱包的夹层里，跟他的身份证放在一起。“这只小猪，你说是罗超给你买的？”

关傲君盯着那个项链看了足足有好几秒钟，才从游离状态中回过神来，我以为他在找借口搪塞，可他给我的回答只有一个字：“……是。”我哭了，“关傲君，你竟然跟我撒谎。”我把项链放回钱包，又把钱包给关傲君放回裤袋，“你不会骗人，自己不知道？我就奇怪，罗超为什么从来没戴过这样的东西。既然你这么珍重这件东西，还是戴回脖子上吧。”

“柳田，不是你想的那样，我……”

我抬手制止了他的辩解，“算了老关，你不会撒谎，所以你还是别解释了。免得我对你彻底失望。”我伸手要去摘刚才买的“海盗船”手链，关傲君向后一躲，用力摇头。我心里一疼，收回了手，“可能，我们不该开始。手链就留个纪念吧。”我转身离开，心脏像是被尖锐的针穿透，此时此刻，我才知道了什么叫做爱情。原来爱情就是疼。

我对马青讲了我们的事，马青半天没说话，然后下了决心似的说：“柳田，我知道我说了你也不信，可就我对小关的了解，他是从脖子上摘下去之后放在

钱包里就忘了拿出来。你是太爱他了，所以看不清楚这一点。”我张着嘴愣住了。

“就算是他不忘，你也不能这么惩罚他，你该尊重他的过去。如果我是你，我就替他收着那份记忆，偶尔拿出来聊聊，直聊得他提起来会心一笑，不再在乎了，那才是你的成功。能解开我这个心结的人只有你，你知道吗？”马青走过来搂住我的肩膀，“田田，小关是爱你的，我们都看在眼里，每个人的少年时代都有美好的感情，你应该正视这点，而不是因此而惩罚一个你深深爱着的人。”我叹了口气，“再说吧。至少现在，我还没法原谅。”

奥运会开幕了，我因为没有买到票所以坐在家看开幕式。镜头对准中国代表团的时候，我急切地在人群里寻找关傲君的影子。他还是那么显眼，高大帅气，一眼就看到了他。他似乎知道我在看似的，对着镜头招了招手，我看到了他手腕上的“海盗船”手链闪闪发光。

羽毛球比赛每一场之前，关傲君都会发个短信给我问我不会去，我从来没回过。我也不知道自己能不能去面对他，而面对了他之后会有什么样的结果。可是不可能不去看他的比赛。那天决赛，我戴了太阳镜和棒球帽进了赛场，如果不是怕被误认为神经病，我就戴口罩了。我坐在最后一排，坐在一片海蓝色的羽毛球馆里，望着场上正在热身的那个我爱着的家伙，忽然就很想哭。

那场比赛也真是奇怪了，关傲君像是被神仙附体一般，不管李赫怎么扣杀，就是杀不死，什么球关傲君都能救起来，搞得本来领先的李赫自己乱了阵脚，打到最后，运动衫都湿透了李赫

满脸焦急迷茫，我估计他心里在想：这孙子怎么忽然不怕决赛了？随着全场观众的一阵山呼海啸的“噢!!!赢了!”的欢呼声，关傲君赢了。

颁奖仪式开始了，关傲君上领奖台之前，先跟亚军李赫握了手，然后走向第三名的罗超，两个人紧紧地拥抱在一起。罗超用拳头用力捶了关傲君一拳，我想，那是兄弟间的祝贺吧。

仪式过后是绕场一周，关傲君和罗超掀起了一面国旗，在观众席边挥手，两个人心情似乎都不错，包括只得了第三名的罗超。手里的花、吉祥物早就抛上了观众席，有球迷要签名的也是有求必应绝不推辞。我有点纳闷，这是罗超吗？难道是关傲君灵魂附体了？

两个人从背包里拿出两个整筒的羽毛球，顺着场地，一边走一边把球打上观众席，惹得小姑娘们一阵阵尖叫。我有点吃醋了——关傲君你什么时候学会这种逗女孩开心的招数的？我想去问他，可是根本没这机会，女孩子们早把有利位置抢光了，要不是有栏杆拦着，她们就能把关傲君罗超的衣服都给撕了。我站在原地想了想，这种时候，怎么也该当面恭喜一下吧？要不然，以后就一点儿复合的机会都没有了。我生气也够了，想他越想抓心挠肝的，管他以后能不能一心一意对我，豁出去了，赌一把！大不了回到单身状态，我也没损失什么嘛。

我给自己加了把油，一跺脚，奔着混合区就去了。可是混合区比观众席好不到哪儿去，大家都把有利位置占光了，我这么点儿的个子，踮起脚尖都看不见前面有什么东西，更别提找马青了。我都闷地站在人群最后，想

着该怎么才能让关傲君看见我。

关傲君和罗超出来了，记者群一阵骚动，问题又是千篇一律的“得了金牌你什么心情”，我怎么蹦也看不见他，只能听到他说话。我急坏了，跑到场地边上拿起一把折叠椅子就走，工作人员在我后面一阵追，我亮出记者证说：“《星体育》的，借一下，两分钟就还。”工作人员不干了，“猩猩还是猴子的你也不能拿东西呀！”他一拽住椅子，不让我走。我没招了，这边两只手跟工作人员抢椅子，那边扯开嗓子极其不文明地大喊：“老关！恭喜你！”

我这一嗓子把所有人都喊傻了，正在回答问题的关傲君忽然没了声音，记者们的闪光灯忽然停了工作，工作人员忘了跟我继续抢椅子，我趁机一把夺过椅子，打开就站了上去。我终于近距离看到了那个我日思夜想的帅哥，此时他正一脸温暖地望着我，一旁的罗超朝我挥挥手，“你怎么才来啊？”

大家都傻了。我估计认识我的同行在想：这孙子怎么从后面冒出来了？不认识的同行也在想：这疯子谁啊？跟罗超还挺熟！跟我抢椅子的工作人员回过神来，想要拿走椅子，可是又怕我摔着，气得直嘟囔：“这年月记者都什么素质啊！还会抢东西！”我站在椅子上脑袋里一片空白，因为我面前的几十号记者都大眼瞪小眼地看着我，不知道我要干什么。

这个时候，我看到这个我深深爱着的英俊男生，竖起右手的小指、食指和拇指，在心脏处比了一个哑语的“爱”字，然后，这个从不在媒体面前露出笑脸的家伙，居然微笑着向我张开了怀抱。

# 咳嗽三个星期不见好转必须马上看医生



尼古拉·朗罗赫 著  
东方出版社友情推荐

疼痛是很多种疾病的强烈信号，它把我们的注意力吸引到我们肌体受到侵扰的部位去。由此痛觉就具有了某种保护功能。人们通过研究病痛持续时间的长短和剧烈的程度尽量准确地为它定性。如果您的身体发出了这样的SOS疼痛呼救，您可得好好接收疼痛信号。当疼痛的持续时间和剧烈程度都超出平常的范围时您就必须采取行动，交给医生妙手回春吧。

[上期回顾]

尿路器官和生殖器官的疼痛也可能意味着肾结石、膀胱炎，或者严重的妇科疾病，等等。脊柱劳损会引起背部疼痛，但格外剧烈的背部疼痛往往是骨折的信号。

关注健康

为了形象地说明呼吸道的形态，我们用阔叶树来做比喻：阔叶树有树干，末端是叶片。我们的呼吸道有根气管，气管分成两根支气管，每根支气管接到肺叶中去。支气管还会再细分，在末端变成肺泡。许许多多的肺叶支气管和下级分支直至肺泡共同组成了一个有弹性的、海绵状的肺部组织。人在刚出生的时候肺是玫瑰色的。随着岁月的逝去、器官的老化，尤其是烟草的侵蚀和城市的污染，肺慢慢变成深灰色甚至黑色。

呼吸困难分为四个级别

呼吸困难是指病人主观上有空气不足或呼吸费力的感觉，同时内心疑惧惊恐，而客观上表现为呼吸频率、深度和节律的改变。

我们可能都经历过类似呼吸困难的情况。我在此处并不是指温存缠绵的时候充满暧昧情感的喘息，而是说慢跑或者滑雪等高强度的身体运动之后那种费力的呼吸，引起呼吸困难的运动强度随着人的年龄、体重尤其是平时身体锻炼水平的不同而有着很大的差异。

世界卫生组织(WHO)将呼吸困难现象划分为几个级别：

第一个级别：只在平地上快步行走就像在一般情况下上山或者上楼梯时产生呼吸困难。第二个级别：在平地上正常行走就产生呼吸困难。第三个级别：在平地上行走，被迫走走停停，仍旧产生呼吸困难。第四个级别：在休息或静止状态下就产生呼吸困难。

第一个级别主要和您的年龄、您的体重以及您平时的身体锻炼情况有关。任何人都没有机会改变自己的年龄，但您的体重和锻炼水平就在您的掌握之中。

您要是身处第二个阶段那情况就比较严重了。您可以考虑一下是不是某些生活习惯导致了您呼吸困难，像吸烟、饮酒、油腻食物，等等。戒掉这些不健康的习惯总会起到一定的积极的作用。或许能恢复和改善患者的某些功能，但是请您务必小心对待自我调养和专业治疗的问题，特别是当您为健康所作的努力未见成效的时候，及早请教医生，接受诊治为上策。

要是您已经处于第三个级别甚至更高级别的话，那您就有危险了。现在您立即就去找医生。

呼吸困难最常见的原因是：心脏出了问题。

(第三级别和第四级别)呼吸困难最常见的原因是心力衰竭。当供应心肌的血液不足，心肌得不到足够氧气的时候就会出现心力衰竭。心肌动力不够，含有氧的血液循环也就不能满足全身的需要，患者必须更快地呼吸来弥补心脏和全身氧的亏空。病人卧床休息对缓解症状有帮助。因为现有心脏功能还能应付一般氧的需要。

假如最轻微的运动，温存拥吻都能让您上气不接下气，那么再不医治心脏就会虚弱到把血液回流到肺里去。

这种危险的身体状况发展到后来就是患者卧床也会有呼吸困难。可怜病人只能坐着睡觉，像鱼缸里面的鱼似的张着嘴巴吸气。医院用的急救设备片刻不敢离开左右。要是患者当初重视最先发出的呼吸疾患SOS呼救，在医生的帮助下就不至于落到这糟糕的境地。

呼吸困难和哮喘

我们早已知道，哮喘是引发

呼吸困难的原因之一。在我们的交际圈里总是有朋友被哮喘病困扰。哮喘的发病率大约为百分之三到百分之四。某些人，尤其是不到四十岁的一些人，他们的肺粘膜对恶劣环境的刺激特别敏感。这些年来哮喘发病率有逐年升高的趋势。这是由于外来刺激引起呼吸道或者支气管上的粘膜产生过量的黏液而支气管增厚，人们就自然感觉喘不上气了。

对花粉、真菌、居室蜘蛛、动物毛发、防腐剂类物质过敏也可以诱发哮喘。最近几年的研究表明：自身的因素，比如上呼吸道感染或者下呼吸道的感染，也有可能引起哮喘的导火线。其他容易引起哮喘的还有冷雾、灰尘、二氧化硫、高浓度臭氧以及某些药物如阿司匹林和抗风湿药物等。最后要说明的是，心理波动对哮喘的影响是至关重要的，医学实践中这种例子比比皆是。

哮喘发病是个怎样的过程？开始的时候只是间或咳嗽，过了一段时间之后出现呼吸不畅。当患者贻误了治疗的时机，呼吸变得费力，呼吸深度加大，夹有喘鸣，那治疗起来就更困难一些。危险等级最高并且也是最紧迫的SOS呼救信号就是呼吸完全没有规律，患者被憋得脸色发青。经常出现这种情况的人属于严重的哮喘患者。患者发病的时候有窒息的可能，甚至有憋死的危险。

在突发严重哮喘的时候患者应通过静脉及时给予大剂量的松，这样可以避免不幸发生。

慢性支气管炎

长期慢性哮喘患者的小气管狭窄变形，使得呼吸浅而且快。这时候病程已经演变成慢性支气管炎了。呼吸道和支气

管的粘膜此刻已经变得非常厚，一些小的支气管甚至被过量的且已变硬的粘液堵塞了。粘膜上的纤毛也受到影响从而不能将过量的粘液向外排放。请吸烟的读者朋友，尤其是烟瘾大的老资格烟民多想自己宝贵的身体，作出明智的判断：是咬住烟的屁股不放还是给挽救自己的肺一个机会。

受损的器官的敏感性会显著提高，整个呼吸系统中的任意一处感染都能触发病情。当患者遇到烟雾、灰尘和寒气的時候就会感觉肺不够大，气不够喘，接着是猛烈而又吓人的咳嗽。患者吐出令人恶心的黏痰。这种场景我们想必都不陌生吧。

这时候再想起彻底戒除烟瘾，服用化痰药物，摄入抗生药，辅以呼吸体操等手段，最好的情况下也就是能缓解呼吸困难的状况。治愈该症的难度相当于把熟饭再煮成生米。

肺癌启示录

肺癌早期没有类似SOS信号的明显特异症状。肺癌、乳腺癌、前列腺癌和大肠癌，是最常见的四种恶性肿瘤，它们是人们最致命的恶魔。肺癌根据各自不同的表现也分成很多种类。绝大多数肺癌起源于支气管粘膜上皮，但亦有少数癌肿起源于肺泡上皮或支气管腺体。肺癌晚期可出现各个不同脏器的转移，引起相应的症状。因为肺癌早期没什么症状，所以发现患病的时候往往失去了很多治疗的机会。

恶性肺部疾患的第一个信号可能是持续的咳嗽，尤其是咳嗽三个星期不见好转。当人突然咯血也要怀疑得了重病。胸闷气短也是征兆。体重突然减轻属于

肺病下一个阶段的显著标志。但是请注意：以上说的几种症状也可能是其他并不严重的健康问题造成的。

在每年进行基本健康预防性检查的时候，应该尽可能给肺部拍摄X光片，用来排除一些危险的肺部疾病，或者肺癌的疑虑。

抽烟的爆破杂音

一般来说咳嗽仅是伤风感冒或者呼吸系统疾病的一个普通的表现。寒暑易节，这两种病就容易蔓延传染。

我们曾经提到过，如果咳嗽连续超过三个星期，那我们就不能再忽视这来自呼吸道的求救信号了。您不必即刻担心出现最坏的情况，但是您必须马上寻求治疗。请让您的家庭医生尽快给您做个检查。咳嗽可能是由于慢性的发热感染以及肺部炎症引起的。在没有发热发烧情况下咳嗽也有可能是一种过敏反应。

我在这里假设您并不吸烟。某些特定的降血压的药物，比较常见的ACE抑制剂，甚至阿司匹林都对慢性咳嗽负责。

如果您是烟民，那我就没什么可以进言的，今后没有咳嗽的生活一去不复返，特别是起床后早上的几个小时您很难摆脱那种喉间的爆破杂音。只要您不戒烟，咳嗽就没办法治。不仅如此，烟中的种种物质能帮助癌细胞在您的呼吸道扎根立足。

总结：呼吸困难作为心肺疾患的信号应该及早关注。持续不停的咳嗽也不能忽视。这些都是肺向您SOS求救呢。身体对吸烟的反应也在这SOS求救列表中。吸烟的人的器官就像排队去领疾病，肺排队排得最早也就领到了最大的一份。

