

各位明星 别拿健康开玩笑

整理/本报记者 陈晓

3月14日,《情深深雨濛濛》中方瑜的扮演者李钰因患淋巴癌病逝。追悼会上年仅33岁的李钰穿着白色的蕾丝公主裙,戴着水晶冠,躺在鲜花中。

李钰三年前就被查出患上淋巴癌,确诊初期由于病情控制得很好,在2006年的舞林大会上,已经患病的李钰还神采飞扬地前去参加比赛,模仿电影《喜剧之王》中张柏芝的那个经典动作,当时没有人能想象到她身心所承受的巨大压力。在与病魔的斗争中,李钰度过了生命中最艰难的3年,直到半个月前她昏迷不醒。据悉,在去世的3天前,她就已经被院方诊断为脑死亡。最近两年,演艺圈的艺人健康频频亮红灯,陈晓旭死于乳腺癌,沈殿霞死于肝癌,傅彪死于肝癌,梅艳芳死于宫颈癌。我们感叹为什么这些离我们曾经那么近的明星们走得那么匆忙,走得那么年轻和突然?有人说“艺人和模特都是吃青春饭的”,我想现在这句话要派生出另一个意思了,那就是:“敢用健康赌青春”。

话题人物



甘鹏

水瓶男,资深娱乐记者、著名blogger、策展人。
就职于SMG《上海电视》周刊,担任电台节目《娱乐麦克风》、《音乐爱张罗》嘉宾主持。作品多次获得国家级奖项,被誉为“娱记中的战斗机”。

谈癌色变,还是要谈

这真的不是一个开心的话题,说明星的健康问题。

其实不止是明星有这方面的问题,人人都会遇到大大小小健康上的毛病,只是发生在明星身上会被特别关注,道理和“离婚”、“车祸”等是一样的,普通人也离婚也车祸,只是如果主角是明星,大家格外关注惊叹些。

这就是明星这个“工作”的一部分,所谓社会影响作用,因为聚焦的关系,明星身上发生的一切,优秀的值得大家学习、缺憾的提醒大家规避。

最近,女演员李钰因病去世,十分让人扼腕。叹息这么年轻的生命、这么好的资质……无缘在这个世界继续进行演艺上的奋斗之路。

她是淋巴癌去世的……可怕的癌。谈癌色变,还是要谈谈。我不是什么专家,但是我有一家之言可以说说。我的一个小表弟,也是因为淋巴癌而去世的,当时他没满十岁,我也不过是十几岁的少年,我看着一个鲜活如花的生命慢慢枯萎,那种震撼不是几句言语可以形容。

形容。

因为表弟的原因,我知道淋巴癌比一般人可能多那么一点。其实这次李钰去世后也有报纸的记者采访了医生,说到李钰患癌的原因,医生的说法是,淋巴癌直接的病因还不知道。我那可怜的小表弟,当年也是突然患疾,医生说是遗传原因,但是家族里没有人得过此类疾病。所以,确切病因,至今都算是个迷。

就是这样可怕,癌暂时无法轻易战胜,那么我们这些拥有着宝贵生命的人,能做些什么呢?

曾在采访吴尊时和他分享了一些防癌经验。好端端怎么会和吴尊说这个话题?其实吴尊除了大家看到的花样美男、亿万富翁之外,也是一个坚强的孩子。他的母亲在他少年时代即患癌去世,他承载这悲痛的同时,会格外去留意,可怕的癌是怎么来的,怎么去防止,怎么去治疗……

吴尊说,身体最怕就是抑郁,人体自己的防御系统一般是可以消除癌细胞的,但是如果抑郁,精神不振,这些防御癌细胞的身体机能就会停止工作,癌

细胞滋长,后果不堪设想。

比吴尊的话更权威也更有说服力的,恐怕还是那些自己走过鬼门关的人吧。

就不说名字了,在上海,我的一位朋友,某著名的主持人,前年被查出患了乳腺癌,经历了手术、化疗,现在已经重返工作岗位。她告诉我:治疗她的专业医生告诉她癌的成因是有三点:一是抑郁、二是遗传、三是休息不好。

遗传上的原因只能在结婚时尽量规避,抑郁需要我们自我调整,休息的问题,其实是我们最能自己掌握但又最容易被忽视淡漠的。抗癌成功的这位朋友现在已经恢复工作,她如今每天十点就上床休息了。

说了这么多关于健康、关于防癌的话语,这篇小文好像很不娱乐呢,但是,身体是革命的本钱,身体更是娱乐的本钱。调适开阔心情、规律正常作息……如果读到这篇小文的读者能够因看到以上所写而真正有所作为,保护好自己的健康,保护好自己最重要的本钱,那么,我相信这篇可能不太娱乐的小文,绝对伟大过任何的娱乐评论。



马雪

双子座,著名韩国音乐节目主持人,资深韩娱评论家,中韩文化策划人。
韩国KBS国际广播电台《韩流冲击波》等节目主持人。北京人民广播电台《韩国音乐舞台》主持人。韩星中国推广人,被誉为“韩流第一人”,中国媒体的“韩国文化资料库”,是中国粉丝们的“韩星透视镜”。

星光诚可贵,健康价更高

刚刚送走韩国两位轻生自杀的艺人张子妍和李昌容,又再次惜别因淋巴癌而去世的《情深深雨濛濛》中方瑜的扮演者青年演员李钰。年仅33岁风华正茂的年龄却早早画上了遗憾的句号,不禁令我们感到惋惜。回想这几年来门户网站的几次头条“飘黑”,当你看到不少年轻艺人被病魔夺走生命时,你是否和我一样为艺人们的健康而担忧呢?

傅彪42岁死于肝癌,梅艳芳44岁死于宫颈癌,“林妹妹”陈晓旭42岁死于乳腺癌,沈殿霞60岁死于胰腺癌,电影导演杨德昌60岁死于结肠癌……我们感叹为什么这些离我们曾经那么近的明星们走得那么匆忙,走得那么年轻和突然?有人说“艺人和模特都是吃青春饭的”,我想现在这句话要派生出另一个意思了,那就是:“敢用健康赌青春”。趁着年轻力壮拼命干,不爱惜自己的身体,不注意健康,过度地劳累,生活缺乏规律,不按时休息,吃饭饥一顿饱一顿。这些造成他们健康危机的主要原因之一是“工作毁人”——业务需要,其二来自艺人们自我健康管理意识不足,姑且就称为“艺人自毁”吧。

现在健康还没有亮起红灯的艺人们

真该以此为鉴,关心一下自己的日常生活起居和作息,尽可能调整一下工作的状态和强度了。纵观韩国演艺圈,艺人们的生活也是在高强度的节奏下进行的,比起中国大陆来说有过之而无不及。就拿每周日的sbs《人气歌谣》节目来说,参加该节目录制的歌手们一大早,凌晨三四点钟便要从自己的住处启程前往美容院化妆做造型,然后早上就要到电视台候场。通过三至四次严格的彩排后开始下午的直播录制。算下来,要耗一天的时间,早饭不能正经吃,午饭也只能在电视台简单地以快餐充饥。平时需要赶通告的时候,艺人们只能在房车中用餐,为了图方便省事省时,汉堡、三明治、紫菜包饭团、寿司、拉面就成为了他们理所应当的“工作正餐”。除了三餐不按点儿进餐,不能科学饮食外,他们还迫不得已经常服用大量补药和兴奋剂,喝大量咖啡,有的酗酒甚至吸毒;为了减肥也有不少艺人寻求各种解决方式,节食和抽脂的痛苦也免不了体验。依此类推的话,整容的副作用也是让明星们吃不了兜着走的。

韩国电视剧演员为了迎合边拍摄边播出的电视剧制作播出制度,为赶进度而连续几天不睡觉,熬夜作战,无法逃过观众眼睛的脸上熬夜发起的痘痘就是

“物证”。韩国媒体隔三差五就爆出某某演唱会排练途中晕倒,某某现场直播后台昏厥,某某急性肠胃炎住院,某某连续演出过度劳累而失声,某某因为跳舞排练积劳成疾形成腰间盘突出等等,某某由于用嗓过度而声带小结……看来,有些病还真不是一般人随便就能得上的。不像艺人那样折腾自己还真不容易得呢。

麦克·杰克逊,全世界爱音乐的人们都无比尊敬的明星,顶着已经因整容频繁而垮掉的鼻子重新站在记者们面前宣布要进行谢幕演唱会的那一时刻是神圣和无奈的。神圣的是我们曾经为他的面瘫而感到不寒而栗,无比心痛;我们终于可以为他多年后重返舞台而惊喜雀跃了;无奈的是这么重要的谢幕演唱会却没有哪个保险公司敢接杰克逊的保单,生怕他没有那个体力坚持演完40场演唱会。

除了艺人们的健康值得注意外,各种意外事故和意外伤害的发生也应该尽力去避免。

我想对所有要“钱”不要命,或是要“名”不要命的艺人们说:星光诚可贵,健康价更高;留得青山在,不怕没柴烧!