

# 《破·地狱》 剑指奥斯卡

代表中国香港角逐最佳国际影片奖项

9月25日,电影《破·地狱》宣布将代表中国香港角逐第98届奥斯卡金像奖最佳国际影片。

《破·地狱》由陈茂贤导演,邵剑秋、陈茂贤、陈升仁监制,陈茂贤、郑伟机编剧,黄子华、许冠文、卫诗雅、朱栢康、周家怡领衔主演。电影讲述了在传统殡葬仪式“破地狱”下超渡亡者,开解生者并破除其内心枷锁的故事,在生死离别中重新定义人生命题,传递世间温暖。

该片2024年年底在中国香港上映,旋即成为现象级影片。影片打破多项票房纪录,至今仍以1.7亿港元的票房位居港澳华语电影票房榜首位。在第43届香港电影金像奖上,影片获得18个提名,为金像奖史上提名最多的影片之一,追平《十月围城》纪录,并最

终收获最佳编剧(陈茂贤、郑伟机)、最佳女主角(卫诗雅)、最佳男配角(朱栢康)、最佳原创音乐(朱芸编)、最佳原创电影歌曲(《普渡众生》)五项大奖。

影片在内地的表现也不错:收获2.11亿元票房,更在豆瓣取得8.3分的高口碑。

对于此次代表中国香港角逐奥斯卡金像奖最佳国际影片,《破·地狱》导演兼编剧陈茂贤表示:“感谢大家的支持与同行,得以成就这趟旅程上一道美丽的风景。”领衔主演卫诗雅则表示:“希望电影能走得越来越远,触动更多观众的内心,破掉各自不同的地狱。”

领衔主演黄子华表示,“破地狱”是香港非常独特的仪式,也是人类最终极的轨迹,希望它可以引起更多人的共鸣



《破·地狱》剧照

以及对中国香港传统文化的兴趣。“文哥”的饰演者许冠文也希望《破·地狱》可以打破地域界限,感动到更多观众。

回顾过往五年,代表中国香港参选奥斯卡金像奖最佳国际影片的影片包括:2020年《少年的你》、2021年《妈妈的神奇小子》、2022年《风再起时》、2023年《灯火阑珊》(因片中演员任达华参与选片委员会投票,涉及“利益冲突”被取消资格)、2024年《九龙城寨之围城》。其中《少年的你》入围最后五强。

羊城晚报记者 胡广欣



《破·地狱》剧照

## 亚马尔依赖症？巴萨没这个病！

超新星亚马尔仍在养伤,上赛季西甲冠军巴塞罗那却没有放慢前进脚步。北京时间9月26日凌晨在西甲第6轮的收官战中,巴萨客场以3比1逆转“升班马”奥维多。

在亚马尔因伤缺席的四场比赛,巴萨取得全胜,包括西甲三连胜和在欧冠首轮比赛客场2比1击败纽卡斯尔。在本周二的全球奖颁奖典礼上,亚马尔排名第二,全球奖被登贝莱夺走,亚马尔蝉联象征最佳新秀的科帕奖。亚马尔只有18岁,科帕奖评的是21岁以下球员,照此势头他还可以继续争夺科帕奖,但是这位现役身价最高的球员更想要全球奖。

全球奖颁奖典礼和因为暴风雨推迟一天的法国国家德比同时进行,因伤缺席比赛的巴黎圣日耳曼巨星登贝莱参加全球奖颁奖典礼,大巴黎在法国国家德比以0比1负于死敌马赛,证明了登贝莱的重要性。亚马尔和众多巴萨队友参加了颁奖典礼,他在全球奖揭晓前表情很紧张,最终却只能目睹巴塞罗那和前巴黎圣日耳曼双料明星罗纳尔迪尼奥把全球奖颁给登贝莱。

巴萨没有亚马尔依赖症,在这位当红球星养伤期间,队友们帮助球队取得四战全胜的佳绩,3场西甲净胜11球。在亚马尔本赛季参加的3场西甲比赛,

巴萨仅取得2胜1平,净胜4球。目前在西甲积分榜上,巴萨比六战全胜的死敌皇家马德里落后2分。

亚马尔不能出场,巴萨主帅弗里克指挥若定,但他当然希望亚马尔可以上阵。近日,弗里克抨击西班牙国家队主帅德拉富恩特,认为国家队过度使用有伤在身的亚马尔。在9月5日和8日的两轮世界杯预选赛,西班牙分别以3比0和6比0大胜保加利亚和土耳其,服用了止痛药的亚马尔全部首发出场,分别在第79和第73分钟被换下。弗里克认为亚马尔不该出场那么长时间,也不应该服用止痛药,他认为国家队没有照顾好这位超新星。从世

预赛归来之后,亚马尔一直未能代表巴萨出场。

德拉富恩特既不想太得罪弗里克,也不想被干扰自己的用兵,他这样回应巴萨主帅:“我现在不记得弗里克说了什么,我对此也不感兴趣。”弗里克表示:“实际上,我和德拉富恩特没有直接交流。我的西班牙语讲得不好,他的英语也讲得不好,这就是问题。”

10月2日凌晨,巴萨将在欧冠第2轮主场迎战巴黎圣日耳曼,新科全球奖得主也是巴萨旧将登贝莱很可能继续因伤休战,亚马尔却有望伤愈复出,这位超新星有机会证明自己。

羊城晚报记者 刘毅

## “双节”如何过？一不、二少、三多！

羊城晚报讯 记者朱嘉乐、通讯员粤卫信报道:国庆、中秋“双节”即将来临,如何健康过节?在近日广东省卫健委举办的“岭南时令与健康专家媒体座谈会”上,广东省疾病预防控制中心副主任医师张萌给出建议,可采用“一不、二少、三多”健康指南。

“一不”指的是“不采不食野”。郊

游踏青,一定要杜绝采摘和食用野生蘑菇、野生植物和路边野果。

“二少”包括两个方面:一是“少油糖”,就是要控制高油、高糖、高脂肪食物的摄入量,优先选择清蒸、炖煮等烹调方式的菜肴,少选油炸、烧烤类食品。二是“少浪费”,就是外出就餐要按需点餐,尽量不要造成食物浪费。

“三多”是指:一是“多运动”。保持规律的运动习惯,建议每天进行30分钟以上的中等强度运动,如快走、慢跑、骑自行车、登山、郊游等户外活动。二是“多蔬果”。确保每餐都有足量的新鲜蔬菜和水果,建议每天摄入300-500克蔬菜、200-350克水果。三是“多选店”。外出就餐时要选择证照齐全、环境整洁的

正规餐饮场所,食品安全更有保障。

此外,还要特别注意饮食卫生。在外就餐要做到“熟食优先”,尽量避免生冷食物。食用火锅时,一定要确保食物完全煮熟,特别是肉类、海鲜等食材。需要提醒的是,酒、醋等调味料并不能有效杀灭寄生虫和致病菌,不能依赖这些方法来保证生食的安全。

## 类风湿最佳干预期是6个月还是1年？

文/黄闰月

在辨证论治的基础上结合现代药理研究成果辨病治疗。

### 类风湿治疗的黄金时期

类风湿的治疗黄金时期是什么时候?

2021年国家风湿病数据中心发布的《类风湿关节炎发展报告》中曾经指出:“早期诊断与早期治疗是阻断或延缓关节结构破坏、阻止关节发生畸形与残疾、改善预后的根本措施,可避免或显著减慢多达90%患者的关节损伤进展,从而预防不可逆残疾的发生,而最佳‘治疗机会窗’为发病后的1年内。”

从避免关节损伤的进展、预防不可逆残疾的方向上来看,类风湿治疗的黄金时间,是类风湿首次发病之后的1年之内,而最佳“治疗时间窗”是类风湿发病后的3-6个月。

也就是说,在发现关节红、肿、热、痛的症状之后,在3-6个月的时间之内,使用规范有效的治疗干预手段控制病情,能够达到更好的治疗效果。

### 错过最佳时期怎么办？

错过最佳的治疗期,治疗和不治疗是不是就没有区别了呢?

医生提醒您:可千万别这么想。

黄金治疗期只是在这个时间段治疗,预后更好。但是类风湿这一疾病



黄闰月

广东省中医药科学院亚健康研究所主任、中西医结合临床医学教授、主任医师、博士生导师

刘大姐关节疼痛3年之后被确诊为“类风湿”。被确诊之后,刘大姐开始看类风湿相关的科普。

这天,刘大姐看到文章介绍类风湿的黄金治疗期是病情刚开始的那一年,便开始焦虑起来:“我这么晚才确诊,是不是就不好治了呀?”

### 什么是类风湿？

首先,我们来了解一下,什么是类风湿关节炎。

类风湿关节炎是常见的以关节组织慢性炎症性病变为主要表现的自身免疫性疾病,女性患者多见,与男性患者的患病比例为3:1,女性患者高发年龄为45-54岁。

发病时患者可出现关节对称性症状,如疼痛、晨僵、红肿灼热、活动受限等,同时还可出现疲劳、肌无力、食欲减退、体重减轻、低热等等全身症状。

中医认为类风湿病位在于肝、肾,属于“痹病”范畴,治疗原则以祛风、除湿、散寒为主。临床实践之中可

绕活动;选择支撑性良好的运动鞋;日常加强脚踝力量训练,如用脚趾抓毛巾、脚踝外侧拉伸等。工作时可间歇性做勾脚尖、压脚背等动作,增强关节灵活性。

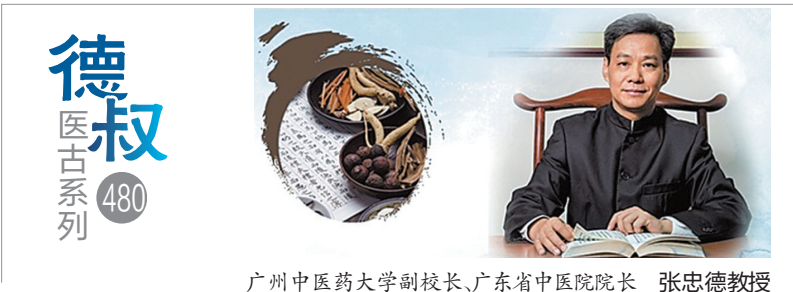
飞羽:今年动不动就会出一身汗,尤其后颈部。出汗后容易皮肤发凉甚至发痛,怎么办?

答:这多是气虚阳衰、肺卫不固。阳气如同体表的保护膜,太弱则固摄不住津液,容易出汗。出汗后颈部若受凉,就易出现颈部疼痛。因此出汗后应立即擦干汗液,避免马上吹强风或空调直吹,以免寒邪乘虚而入。如果出现颈痛,可用热毛巾温敷,或用吹风机暖风档吹至颈部微微发热,帮助温通经络、驱散寒邪。平时可穿着宽松、透气性好的纯棉或真丝衣物,避免“汗出当风”。可适当用黄芪、西洋参、五指毛桃(如五指毛桃煲鸡汤)等补气固表之物煲汤或泡水喝,增强体表的保护功能。避免过食生冷冰冻。

知足常乐:经常上火牙疼,如何降火?  
答:首先要分清是哪种“火”,然后再针对性调理。如果牙龈红肿,疼痛程度很严重,并伴有口渴、口臭、便秘,这可能是实火疼痛。可用菊花、桑叶、蒲公英等中药煮水漱口;如果疼痛程度不太严重,总是隐隐作痛,牙龈微红微肿,这可能是津液不足引起的虚火牙痛。这时要以润燥为主,可以用雪梨、银耳、马蹄、沙参等改善。

飞天大侠:长期徒步出现脚跟疼痛,如何缓解?

答:如果伴有红肿,应立即停止活动,避免脚踝负重。冰敷(每次15-20分钟,每日多次)减轻肿胀和疼痛。48小时内避免热敷或揉搓。急性期后(通常48小时后)可改用热敷(每次15-20分钟)或使用活血化淤的中药烫洗,促进血液循环。同时,可轻柔按摩脚踝周围,并配合红花油等活血药油,每次10-15分钟,每日两次。运动前要充分热身,尤其注意脚踝拉伸和环



广州中医药大学副校长、广东省中医院院长 张忠德教授

## 九月答问： 动不动就出一身汗，怎么办？

羊城晚报记者 林清涛 通讯员 沈中

你问,专家答!有问题想问德叔团队?欢迎扫码入群提问。德叔医古团队将筛选问题,在每月线上读者见面会上进行回答

(本期答问专家:岭南甄氏杂病流派传承工作室、张忠德全国名中医传承工作室 唐丽娟)



有问题问德叔团队?扫码入群可提问