

林俊杰 | 用超跑慰劳自己

刚刚在第二十届全球华语榜中榜斩获“年度影视叱咤人气之星”的王大陆，从17岁接拍摩托车广告入行，到凭借《我的少女时代》里模仿刘德华骑摩托车追女生的青涩模样走红，再到新片《28岁未成年》中依旧是一袭黑衣骑着摩托车酷帅登场……或许是长相和角色的关系，王大陆几乎成了娱乐圈里“爱飙车的不羁少年”的代表。然而，当天在榜中榜红毯与王大陆比拼黑西装造型的林俊杰，相反看起来斯斯文文的他，实则才是真正的“不羁少年”。

林俊杰前一天刚在澳门参加完这场颁奖典礼，后一天就奔赴上海的F1耐力中国大奖赛，并和F1红牛二队车手维尔格尼共进晚餐。大奖赛当天，林俊杰还在微博上晒出自己在赛场维修区的照片，并激动配文：“能够在那么棒的上海F1赛道上目睹这最高境界的竞赛运动，非常荣幸！每一个团队的核心，加上车手比赛中必须面对的压力，都是非常不容易！难怪每一场一个小时的比赛后，车手都会瘦2-3公斤！真是辛苦了，值得敬佩！”

唱作俱佳的林俊杰，除了音乐之外，赛车便是他不可或缺的爱好的。论车技，他要逊韩寒、郭富城、林志颖一筹，但论对车的痴迷，他可一点不输人。在私底下，他结交了不少职业赛车手，曾和F1世界冠军米卡·哈基宁一起宣传酒后不开车；在法拉利晚宴上和现役车手基米·莱科宁合影，瞬间变羞涩粉丝，难掩紧张和激动。

林俊杰说，自己从小学的时候就开始看F1，打电动也会玩赛车游戏，会去挑战一些高难度的转弯和特技，很喜欢那种速度感和刺激感。在林俊杰看来，车子对于男人来说就像古代时候马对于男人一样，是一种陪伴自己的交通工具，也是成长过程中的一个目标，代表男人的梦想和男人的驾驭能力。“我看赛车、支持赛车是因为我知道那是一个很激烈的运动，是有一定冒险程度的运动，我很羡慕那些专业的赛车手能够在高速度、高压、高风险度的情况下，还能保持高难度的动作和冷静与淡定。”

作为资深车迷，当然少不了给自己添置几部座驾。在30岁生日前，他就给“而立之年”的自己准备了一个特别的礼物——大手笔砸下1600万元买了一辆法拉利跑车，他说：“选择超级跑车就是慰劳自己。”他笑说曾驾此车去吃饭，但整顿饭都食不知味：“停车停得很不安，边吃边盯着车，根本不知道吃什么。”林俊杰曾透露，挑这辆法拉利是看了20本汽车杂志才决定，晚上开车兜风的感觉就是“很爽，非常喜欢听引擎的声音”。林俊杰强调自己绝不在上下班高峰期时开这辆车，因为陷在车阵中会越开越生气，自己喜欢挑深夜车少的时候开出门过过瘾，或和车友一起，去绕山路追求速度与激情。

日前，林俊杰又再次定制了一款以自己英文名为灵感的法拉利跑车“Bianco JJ”，定制的铭牌上还赫然印有“Tailor-made specially made for JJ Lin”（林俊杰专属个性化定制）。跑车引擎盖上还有基米·莱科宁的亲笔签名，内门框则印有“Still Moving Under Gunfire”（在枪林弹雨之中前进）的字样，其源自林俊杰创办的潮牌SMG/SMUDGE所表达的精神，提醒自己要在逆境中不断坚持与奋斗。



重新定义乳糖不耐受

突破性研究发现牛奶中的A1蛋白质可能引发乳糖不耐受症状

2016年4月20日，一场关于“重新定义乳糖不耐受”的学术研讨会在北京召开，来自上海复旦大学附属华东医院的孙建琴教授带来了她最新的一项研究成果。这是一项针对A1和A2 β -酪蛋白对胃肠道健康影响的临床研究。根据最新的研究成果显示，很多人对乳糖不耐受的认知存在误区，其实导致他们一喝牛奶就出现肠道反应的原因有可能是因为肠道对普通牛奶中含有的A1蛋白质所产生的炎症反应而引起的。

尽管牛奶是人们日常生活中不可缺少的必需品，但据报道，喝牛奶之后出现胃肠道的不适在中国发生率高达90%，在有悠久牛奶摄入历史的西方国家也有10%-20%的比例。

这个有着突破性进展的临床研究发现首先在英国权威营养学期刊《Nutrition Journal》上得以发表。它将含有A1蛋白质的普通牛奶与只含有A2蛋白质的a2牛奶[®]在人体上的作用反应进行对比，研究结果显示，A1蛋白质在某种程度上很可能是引起消化不良症状的重要原因之一，而非乳糖。

历史上，起初所有奶牛所产的奶只含有A2蛋白质。而随着不断驯养，另一种牛奶蛋白质类型——A1 β -酪蛋白在欧洲的牛群中出现，并由于人类的迁徙及采用了现代牧业方法之后继而传播至全球。a2牛奶[®]是产自那些经过甄选只生产含有A2蛋白质的奶牛，自然原初，因为它从一开始就不含A1蛋白质。

孙建琴教授在研究发布会上强调了此次研究的重要意义：“对于和我一样曾经自认为患有乳糖不耐受的朋友而言，这项研究的发现有着突破性的意义。研究发现只含有A2型蛋白质（A2酪蛋白）的牛奶对于人体及其消化系统更为亲和。只含有A2蛋白质的牛奶可以有效避免由A1蛋白质引起的肠道炎症问题。在中国以及世界的其他地区，有很多人都自我诊断是乳糖不耐受症状患者，对于他们而言，此项研究意义非凡。”



a2牛奶公司董事长David Hearn 先生致欢迎词

这是首次基于人类饮用含有A1蛋白质和只含有A2蛋白质的牛奶所产生影响的研究，研究对象是那些牛奶不耐受的人群。其中，一半的研究对象在临床上被确诊为患有乳糖消化问题的。研究发现，a2牛奶[®]作用于任何研究对象都未造成胃肠道紊乱，这其中包括已经被确诊有乳糖消化问题的人。

在认知功能测试上，相较于饮用A1的测试结果，研究对象在饮用A2阶段的反应更为敏捷，准确度也得以提升。这一观察结果显示消化系统的健康与大脑功能紧密相关。

来自上海交通大学医学院儿童与青少年保健科方面的专家盛晓阳教授在会议上也谈到：“这个研究是在成人中进行的，研究参加者也都是成人，因此对于那些配方奶粉喂养的幼儿或经常饮用牛奶的儿童，我们需要在此基础上再做进一步的研究和探讨。尤其是对认知行为的干扰方面的影响，因为，很多研究显示和成人相比，婴幼儿及儿童的胃肠道功能尚未发育健全，其认知行为也更容易被干扰。”此外，盛晓阳教授还解释了母乳与A2蛋白质的相似性：“我们很欣喜地发现，现在母乳喂养率在不断提高，如果谈到蛋白质，母乳中的 β -酪蛋白也是A2型的，A2蛋白质更亲和人体。”



现场专家展开精彩讨论（左起：a2牛奶公司首席科学家Andrew Clarke博士，牛津大学高级研究员Alex Richardson博士，营养科专家孙建琴教授，消化科专家夏璐教授，儿科专家盛晓阳教授）

中国营养学会也对此研究结果进行了评估和认可。中国营养学会副秘书长常翠青教授表示，这一研究的设计十分科学和严谨，研究的结果也同样是可靠和值得信赖的。

a2牛奶公司TM董事会主席David Hearn先生也出席了此次发布会，见证这一重大研究成果在中国的发布。David先生表示：“对于那些喝牛奶产生不适症状而不得不放弃饮用牛奶的人们来说，这项研究无疑是一个振奋人心的好消息，我们希望这项研究成果能够为这些人群提供一个重新享用牛奶的机会。他们现在有很大机会尽情地重新享受a2牛奶[®]带来的营养与美味。a2牛奶公司[®]也承诺将继续为中国的消费者提供健康、优质和美味的乳制品。”

今天的研究成果发布会，将长期影响中国消费者，乃至全世界消费者对于牛奶的饮用习惯和生活方式。这也得到了来自英国牛津大学循证干预中心高级研究员Alex Richardson博士的认同，她出席研讨会并谈道：“这个研究挑战了人们对饮用牛奶后而产生不适症状的既有认知，人们过去对乳糖不耐受存在误区，而这样的研究将改变大众对于牛奶的摄入方式，乃至改变很多人的生活方式。”