

【精彩人物】

2017年F1中国赛上海站汉密尔顿第五度称王

每次赢都像是第一次



2007年初登F1舞台便创下连续9站登领奖台的纪录，当年以1分之差惜败，获得年度亚军。2008年，刘易斯·汉密尔顿成为F1史上首位夺取个人冠军的黑人车手。

在日前举行的2017年的F1中国大奖赛上，擅长雨战的梅赛德斯车手汉密尔顿保持住了杆位发车的气势拿下冠军。

坐拥5个中国赛上海站奖杯

收获来自上海的胜利之后，汉密尔顿已经坐拥5个中国站奖杯，成为上海国际赛车场的王中之王。汉密尔顿继排位赛打破舒马赫的中国站单圈最快圈速之后，也平了车手舒马赫创下的在三条不同赛道实现五冠的纪录，同时距离舒马赫职业生涯68个杆位的纪录，只差5场。

此战之后，瓜分前两站冠军的汉密尔顿和维特尔，以43分共同领跑车手积分榜，小维斯塔潘升至第三。

在雨战的发挥上，表现好的人永远不会错，小维斯塔潘在赛前就表示：“希望正赛下雨，下雨红牛车队才会有机会。”正体现了他对雨战的信心。

可是别忘了，汉密尔顿也十分擅长雨战，在今年正赛的较量中，这对不占明显优势的梅赛德斯也是利好消息。汉密尔顿说：“我们所有人都用中性胎发车，当时几乎整条赛道都干了，但是有两个弯角是湿的，所以保持赛车走好线路的同时保护轮胎是一项艰难的任务。”

体能媲美宇航员

F1赛车对车手的反应力、体能和身体素质要求极高。比如，在过弯时强大的横向离心力，会让体内血液

流向单边，但此时车手仍需有冷静的思考才能面对下一个弯道。而起跑时心跳高达每分钟190下，比赛过程中的心跳都在160下，因此赛车手的心肺功能必须异于常人的强壮。根据国际调研开发专家SAQ的测试，在高强度运动时，汉密尔顿快缩肌纤维的收缩时间仅40-45毫秒。而电流目前的速度相当于果汁流动的速度，经过对汉密尔顿的测试表明，他的反应比电流还快。

而要保持这样的体能状态，需要每天不间断地训练。汉密尔顿表示，在冬歇期，除了圣诞假期，每天要花4-6个小时来训练，可能每天至少骑4个小时的自行车，也可能将时间分别用于跑步、健身、骑车、游泳、步行、爬山、在山上不同的海拔处滑雪等。“我们总是尽力把身体在赛季开始前调整到最健康的状态。”

“有人竞赛，才更有乐趣”

独霸赛场，究竟是给人得意还是落寞的感觉？汉密尔顿也许是后者。“我喜欢与人竞赛，特别是应对其他车队的挑战，因为其他车手、车队总会有强项和弱项，这就是吸引我的地方，也是赛车的精髓所在——与所有人竞赛。”

汉密尔顿说自己从来不想独霸赛场，对他而言，获胜的人越多越好，“曾经有一年，最初七场比赛的获胜者是不同车手，不同车队，这正是人们想看到的。重要的是，如果大家水平相当，你就能真正展现实力，超车、抢道，正是我喜欢做的事。”

此前，汉密尔顿打破了尼格尔·曼塞尔31次大奖赛夺冠的纪录，但他说，其实他对此没有太大概念，也不会为每场胜利计数，每次赢了都像是第一次，但感觉又不同，很奇妙。

【城市记忆】

上海“非遗”：梨膏糖



“卖梨膏糖咧……”这熟悉的叫卖声停留在很多人的儿时记忆中。老城隍庙的梨膏糖，是糖，也是深受市民欢迎的止咳糖。如今，上海“非遗”梨膏糖华丽变身，研制出20多个品种的品尝型梨膏糖，以及首款上海梨膏草本饮品——梨膏露。

上海老城隍庙梨膏糖，自唐朝盛传至今，有历史记载从咸丰五年起，已有160余年历史。经历了清代民国、抗战、新中国，作为百年老店中传统的梨膏糖，遵循药食同源的中医理论，取百草之精髓，熬传统梨膏糖，给芸芸众生带来了健康。

相传唐初名相魏徵，侍母甚孝。因母经常咳嗽气喘，故朝中常派太医给魏母诊治，终不见疗效。开草药煎服，其母嫌味苦而不肯服用，以致病情加重。视此情景，魏徵焦虑万分。一日，家人从市上买来不少梨子，魏母素喜吃梨。略懂医道的魏徵，思忖

何不用梨汁加糖配上药物。于是，掺入杏仁、川贝、茯苓、桔红等，熬成膏状服用。果然，口味甚好，异香扑鼻，魏母乐于服用。不久，咳嗽痊愈。消息传开，朝廷内外有患咳嗽者都向魏徵求教良方。魏徵也乐于施人，便将处方和熬制方法一一传授。

此后，达官贵人和黎民百姓竞相炮制，广为流传，逐渐发展成为今日的老城隍庙梨膏糖。

“别小看这块小小的梨膏糖，聚集了百草精髓。”梨膏糖第三代传承人吴生忠介绍，一百多年来，上海梨膏糖就只有“止咳”一种，因为配方有川贝、茯苓、紫苑、制半夏、冬瓜子、苦杏仁、香椽片、款冬花、桑叶等10多味中药。“这10多味中药的熬制也非常有讲究，需要经过八至十小时煎熬。这样熬制好的药汁才能更好地掺入糖浆。”吴生忠介绍道。

【声音】



“从事儿科要有点‘精神’，如果你想成为一名儿科医生，首先你必须喜欢孩子，其次，需要以更高的人文素养水平来要求自己。”

儿科医生短缺一度成为热点问题，需要培养大量优质的儿科医生。日前，2017年复旦大学上海医学院《人文与医学》再度开讲，复旦大学附属儿科医院徐虹教授提出对未来儿科医生的要求。