

看 4000 多年前我国最大石城

陕西石峁博物馆昨起对外开放

位于陕西省榆林市神木市的石峁博物馆11月29日正式对外开放,这标志着作为“中华文明探源工程”重要遗址的石峁遗址考古发掘、研究保护取得阶段性成果。

石峁博物馆基本陈列以“中华古国·文明王都”为主题,通过“巍巍石峁”“王者之城”“都邑生活”“赫赫之名”四大版块,全面、立体、真实地展示了石峁遗址考古成果和遗产价值,体现了石峁文明在中国文明起源形成的多元性和发展过程中的重要价

值和独特地位。

博物馆展区面积5943平方米,展出石峁遗址出土和石峁文化时期出土的玉器、石器、陶器、骨器、石雕石刻和彩绘壁画等各类珍贵文物688件(组),最引人注目的是石峁遗址皇城台发现的多件石雕。

镇馆之宝之一的“大型神面石雕”长2.5米,重1吨以上,石雕中间是一个正神面,额头间有三角形装饰。结合两侧的侧面刻画图像,专家推断该神面头戴鹰冠,额间三角

形装饰为鹰嘴,嘴的上方是鹰的羽毛,彰显了石峁先民的精神信仰和价值追求。“神面立柱石雕”外观呈圆柱体,石柱正反各采用浮雕技法雕刻一个神面,正反神面在眼形、嘴形和齿形上都有区别。柱顶也雕有图案,中央有个小圆窝,专家推测可能在当时有祭祀器物插在上面。

石峁遗址距今4300—3800年,是我国目前发现的规模最大的史前石筑城址。经国家文物局批准,从2012年起,石峁考古队

对古城遗址进行了系统的调查与发掘。

考古显示,古城遗址以其巨大的规模、多重的结构、宏大的建筑和大量高等级遗物,已经成为早期城市并具备国家形态。

作为中华文明探源工程的重要组成部分,石峁遗址是研究中国早期文明和国家起源非常重要的实证,为理解中华文明起源、多元一体格局形成的过程提供了全新的资料和独特的证据。

据央视新闻客户端

37岁女星拍戏时猝死

突然间头痛呕吐 这些症状需警惕

11月28日,有消息称,马来西亚女星庄群施在拍戏途中猝死,待救护车赶到时已经没有呼吸,年仅37岁。

生前无特别疾病

有消息称,庄群施当时正在为“Squad Sekawan”拍摄第一集节目,同场拍摄演员蔡子透露,大家8时30分左右开始拍摄,2个小时后准备换妆,“她站起来吹头发后,突然坐在椅子上说头晕、头痛、想吐。”

蔡子说,工作人员赶紧把庄群施侧躺在地,“现场有懂急救的工作人员探测,不省人事的她当时仍有呼吸,但心脏跳得十分快,过不久她就口唇、手脚发紫”。

5分钟后,救护车抵达现场,救护人员赶紧给庄群施进行急救,但最终宣告不治,蔡子提到,“全程不过是30到40分钟”。

庄群施男友悲痛地说,她生前没有特别疾病:“我们吃了早餐后,开始拍摄,她当时完全看不出有问题,没想到从此天人永隔。”

庄群施是童星出身,2岁开始便参加杂志举办的儿童选美比赛。2000年组成4个女生组合,后来以M-GIRLS之名重新出发,身兼歌手、演员、主持人等身份。此外,庄群施与王雪晶合作拍摄的贺岁专辑系列《双星报喜》深受大家喜爱。

WHO(世界卫生组织)对猝死做了如下定义:平日里身体健康或看起来健康的人,在意想不到的短时间内,因自然疾病而突然死亡。猝死的发生,多与加班、过劳、熬夜、抽烟、喝酒等因素有关。

猝死分为心源性猝死和非心源性猝死。心源性是指因心血管疾病而发病,心源性猝死者占到了非事故突发性死亡者的80%以上。非心源性因素有

据专家介绍,猝死前,最为常见的症状是突然发作、休息睡眠中、呕吐。

虽然有些猝死前没有什么明显的异常情况发生,但大部分人往往有心悸、烦躁、心前区不适、心前区疼痛,只是平时没有引起注意,这正是猝死的危



哪些人容易猝死

过度劳累、酗酒、服用药物和剧烈运动等。猝死在出生后6个月,30~63岁为两个高峰期。

此外,中青年冠心病、心律失常、病毒性心肌炎等心脏疾病的发病率近年来升高,不少中青年人心脏很可能很早就出现了问题,但自己不知道。在这种状态下如果依然加班熬夜、过度劳累、生活方式不健康,如同给本来已经虚弱的心

脏施以重拳。这些高危人群往往是一些平时看似身体“健康”的中青年人,由于不像老年人那样重视疾病的信号,平时也很少进行用药、检查等健康维护,因此比老年人更易被猝死“垂青”。

此外,猝死的常见诱因还包括:精神因素、剧烈运动、过度疲劳、暴饮暴食、轻微外力作用、感染、过热过冷等。超过50%的死因是:“太激动”“太劳累”。

猝死前有啥征兆

险所在。

专家说,不少人看来很健康,有的人心脏感觉不舒服不知道上医院,而是认为可能是最近几天太累了,或者吃的不舒服等等,由此导致悲剧的发生。

猝死前最典型症状是心前区、胸骨

后持续3至10分钟不等的一种压迫性绞痛,可以伴有向左上肢放射痛,如果超过20至30分钟,往往提示心肌梗死。

此外,也有一些不典型的症状,如胃疼、背疼,牙痛、心悸、胸闷、头痛、眩晕、呕吐等。

应该如何做预防

一是提倡早睡早起,减少夜生活。

二是定时用餐,不吃零食。

三是避免紧张地连续工作或过度游乐,注意应有短暂的休息。

四是交替使用人体的各个部位是消除疲劳的一个良方。如左撇子休息时多用右侧肢体,脑力劳动者休息时宜多活动肢体和颈腰部,而体力活动过多后宜多用脑。

五是转移注意力,释放和忘却疲劳与烦恼。下班后可选择一种与工作无关,既能放松又有兴趣的活动,如听音乐、跳舞或游泳,调节情绪,消除疲劳。

定期体检,如发现存在某种心血管疾病或其他疾病,应及时加以干预或治疗。

六是在平日的生活中,保持充沛的精力与愉快的心情,在工作间隙舒缓压力,让紧绷的神经得到休息。

七是不贪图方便长期食用速食食品,注意营养搭配及摄入量,按时进食以保证足够的体力。

八是注意规范用药,在体力不济时,必须严格按照医嘱或药品规格服用提神药物。

九是在工作之余进行身体锻炼,提高免疫力及体力,是应对过劳死的方法之一。

据中新网

张艺谋获奖 这次来自联合国

当地时间11月28日19时,在巴黎联合国教科文组织(UNESCO)总部举行的首届“电影遗产”国际电影节上,73岁的中国著名导演张艺谋获颁终身成就奖,张艺谋上台领奖并发表感言。

张艺谋在领奖时表示:“很荣幸能获得这个奖。电影不仅是一门艺术,它更像一座桥梁,让不同国家、民族和文化在这座桥梁上连接起来,让大家相互理解,相互交流。我从事电影工作几十年了,谢谢我的太太,谢谢家人和朋友们一直支持,让我能从事这个有意义的工作。今天获得这个奖项,是对我工作的一个肯定和鼓励,希望以后我还能拍出更多更好的电影,让我们都为不同国家、文化和民族的维护、交流、理解作出我们的贡献。谢谢。”

开幕式上,主办方宣布为张艺谋颁发职业生涯致敬奖后,还特意播放了导演作品剪辑片花,并在现场华人乐队伴奏下,歌手高歌一曲《满江红》。

据九派新闻

李连杰表示 已向妻交代后事

淡出银幕多年,如今已60岁的功夫巨星李连杰曾多次被传乌龙死讯,最近,李连杰在为自己的新书《超越生死:李连杰寻找李连杰》宣传时表示,早已向妻子交代过后事。

李连杰透露,自己曾因为要练出强壮的肌肉,练到几乎没有体脂肪,身体十分精瘦,结果没想到元气大伤,拍戏时在镜头前一鼓作气展现肌肉后,就一口气缓不过来直接昏倒,吓得他再也不追求六块腹肌。

他称,自己面对死亡已经非常淡然,已经早交代太太利智,后事一切从简,不用立碑也不用办丧事,树葬海葬都无所谓。

据悉,今年11月初,网上曾流传着“李连杰去世”的消息。11月3日,“向太”陈岚发文否认李连杰去世的传闻。

对于相关传闻,李连杰也曾笑称有网友说他“死了那么多次都没死”。

据《文汇报》

电影《拿破仑》 本周五全国上映

由美国哥伦比亚影片公司和苹果Apple原创电影联合出品的史诗巨制《拿破仑》,将于12月1日在全国影院上映。

作为备受影迷期待的年度史诗巨制,《拿破仑》收获媒体影评人如潮好评:“近几年拍得最好的战争戏”“几场著名战役各有不同的精彩,尤其是滑铁卢战役太震撼了”。

帝后的传奇情史让人既意外又惊喜,有观众表示“从来没想到还能从这个角度去看拿破仑”“凡妮莎饰演的约瑟芬皇后太美了,让人眼睛都挪不开”。而传奇导演雷德利·斯科特同样备受影迷喜爱。“86岁还能有这种创作力实在让人佩服”“雷老爷子和菲尼克斯的再次合作果然没有让人失望”。

影片目前已在全球多国上映,累计票房突破7880万元拿下下周全球票房冠军。

据《新京报》