



追平中国男子摔跤奥运最佳战绩 创造广西摔跤奥运最好成绩

名将耀巴黎

曹利国勇夺广西摔跤首枚奥运会奖牌

北京时间8月7日凌晨，在巴黎奥运会古典式摔跤男子60公斤级决赛中，代表国家队出战的广西运动员曹利国1比4不敌日本选手文田健一郎，位居第二，获得银牌。虽然与金牌擦肩而过，但曹利国依然改写了历史，追平我国男子摔跤奥运最佳战绩、创造广西摔跤奥运最好成绩，该银牌也是广西摔跤首枚奥运会奖牌。

错失金牌心有不甘

很多人知道曹利国，是因为他在半决赛对阵朝鲜选手李世雄最后时刻的读秒绝杀。

关于李世雄，中国队内对其掌握的资料并不多。半决赛前，教练组找来李世雄的比赛视频一起研究。比赛还剩十几秒时，曹利国依旧1比3落后。关键时刻，曹利国边界一记提抱摔追至3比3，并凭借因后得分完成大逆转。

曹利国说，比分落后时也没什么后顾之忧了，脑子就一个念头：不到最后一刻决不放弃，一定要把所有力气都用出来。“最后在边界反杀那一下，我心里是有底的。”曹利国说，比赛能拿下来胜在心态好。

这之前的两轮比赛曹利国晋级非常顺利，先是6比2战胜埃及选手穆阿蒙·穆罕默德，8强赛又以5比3淘汰委内瑞拉选手奥罗斯科，这两人都是他第一次碰面，“赛前做了很多针对性准备，基本是看世界排名靠前的竞争对手，结果他们都没打出来。”不过，第一次参加奥运会，曹利国还是花了点时间适应。前两场比赛的实力并不算强，但他仍有些紧张，打进8强后才彻底放开了。

在60公斤这个级别，世界排名靠前选手多集中在亚洲，竞争很激烈。曹利国的决赛对手是日本选手文田健一郎，后者是两届世锦赛冠军，东京奥运会获得银牌。去年世锦赛8强赛，曹利国1比3不敌文田健一郎。此番再战，曹利国依旧没有太好的

办法，以1比4失利，收获一枚银牌。

“输掉比赛有些难受，准备了这么久，有些不甘心。”曹利国透露，上半场主要是防对手，丢一两分不要紧，下半场要把效率打出来还可以追分。但最后30到40秒，曹利国孤注一掷发起强攻未能如愿。

这枚银牌追平了中国男子摔跤的奥运最佳战绩，只是曹利国仍有些失落。冷静下来后，他说还是实力不够，但拿到这枚奖牌能为国家出一份力是自己的荣幸。

摘得广西摔跤首枚奥运会奖牌

8月7日，广西南宁市江南训练基地摔跤馆内，曹利国的父母与广西重竞技运动发展中心运动员、教练员们在此一同观看比赛直播。比赛结束后，广西古典式摔跤队主教练易善军激动地说道：“我想给他大大的拥抱！这一刻太不容易了。这是广西摔跤人梦寐以求的，十年磨一剑，他做到了。”

曹利国出生于1998年，由北海市体育运动学校向广西摔跤队输送。2017年，曹利国成为中国摔跤队队员。

在易善军看来，曹利国能取得如今的成绩，绝非偶然。“曹利国很刻苦，他虽然性格腼腆，但是领悟能力强，一点就通，而且能够吃苦耐劳，抗压能力非常强。有时候是他安慰我‘放轻松’。”易善军说。

从里约奥运会的钟雪纯，到东京奥运会的刘明瑚、林祖沈，再到巴黎奥运会的曹利国、邹万豪、陆锋，广西摔跤队交出了连续三届奥运会都有运动员出战的“成绩单”。

易善军表示，曹利国在奥运赛场上的表现，诠释着广西健儿“有血性、打不垮、敢胜利”的重竞技精神，将激励更多运动员登上摔跤赛场，为中国的摔跤荣誉而战，也将让摔跤这项运动走进更多中国民众的视野。

综合新京报、中新社



↑ 7日，曹利国在颁奖仪式上。 新华社发

← 7日，曹利国(右)在比赛中。 新华社发

健康讲堂

宝妈问：我还能给宝宝喂奶吗？

程峰峰（桂林医学院第二附属医院）

母乳含有适合婴儿生长发育需要的所有营养成分，且含有大量增进婴儿免疫力的活性物质，有效保护婴儿免受各种感染。但宝妈们担心，我生病了，还能给宝宝喂奶吗？在此，我们想要和大家谈一谈：在哺乳期这一特殊时期，如果妈妈存在乳腺炎、肝炎、感冒发烧等情况，能不能进行母乳喂养呢？

1. 流感病毒/普通感冒

流感病毒/普通感冒几乎不引起宫内传播，通过乳汁传播的可能性极小，且母乳喂养可减少婴儿呼吸道感染的发生，所以妈妈在流感或感冒期间是可以母乳喂养的。

需要注意的是，有明显喷嚏、咳嗽时，应暂时避免母婴同室，建议将乳汁吸出或挤出，由他人通过奶瓶喂养，乳汁无需特别处理。

（温馨提示：流感或感冒期间，哺乳期妈妈可在医生指导下服用抗病毒药物或解热镇痛药。目前认为奥司他韦及其活性代谢产物很少排泄到母乳中，用药不影响母乳喂养。当感冒发烧时，推荐口服布洛芬及物理降温对症治疗，布洛芬在乳汁中的分泌量甚微，可以在哺乳期安全使用。）

2. 乳腺炎/乳腺脓肿

哺乳期乳腺炎是一种常见于哺乳期女性的乳腺炎性疾病，目前没有证据证明，母亲

在乳腺炎期间继续哺乳会对婴儿产生明显不良影响。相反，母乳喂养能促进乳汁排空，有利于控制炎症，能够防治乳腺脓肿，即使是在使用抗生素期间，仍可直接哺乳。

3. 乙肝

一般来说，婴幼儿接受正规联合免疫预防后（乙肝免疫球蛋白和乙肝疫苗），母乳喂养不会增加婴幼儿乙肝病毒感染的风险，因此，无论是大三阳还是小三阳妈妈，都可以放心地进行母乳喂养。即使产后妈妈需要服用抗病毒药物，这些药物经乳汁分泌的量很少，亦不影响母乳喂养。

4. 丙肝

丙肝病毒母婴传播与分娩方式或喂养方式无关，因此丙肝妈妈可以母乳喂养。如果乳头有明显出血、病损或新生儿口腔有溃疡、损伤时，考虑到丙型肝炎缺乏免疫预防措施，为慎重起见，应暂停直接母乳喂养，乳汁可消毒后再喂养。

5. 巨细胞病毒

母亲巨细胞病毒感染母乳喂养能引起婴儿感染，但对足月儿或出生胎龄≥32周/出生体重≥1500g的早产儿不引起明显病理损害，也不影响生长发育，因此建议母乳喂养。

而对于出生体重<1500g或出生胎龄<32周的早产儿，建议乳汁经消毒后再喂养，可采取冻融消毒或巴氏消毒，待新生儿体重≥1500g，或矫正胎龄≥32周，可直接哺乳。

6. 单纯疱疹病毒

如果乳房无疱疹，可直接哺乳，但应避免婴儿接触其他疱疹皮损；如果乳房出现疱疹，母乳喂养可引起接触传播，需避免直接哺乳，建议将乳汁挤出，经消毒后再喂养。水痘病毒及带状疱疹病毒可参考以上方法。

7. 梅毒

母亲感染梅毒，若分娩前已接受规范治疗，可母乳喂养；若未经规范治疗者或者临分娩前1~2周才确诊，应暂缓直接母乳喂养，可将乳汁挤出，经巴氏消毒后再喂养。

8. 寄生虫感染

母亲感染弓形虫/疟原虫，若经规范治疗后可直接哺乳；若未规范治疗者，或疗程未结束，或哺乳期确诊感染，不建议直接哺乳，乳汁经巴氏消毒后可喂养。

以下疾病不建议母乳喂养

1. 艾滋病（HIV）

母乳喂养能引起HIV母婴传播，因

此，不建议母乳喂养。为保护母亲和预防母婴传播，所有HIV感染母亲孕期和产后都需要持续抗病毒治疗，新生儿也需要在出生后立即服用抗病毒药物预防。

2. 结核杆菌

感染结核未经治疗期，以及结核病药物治疗期间，都不适合母乳喂养，前者是存在传染给宝宝的风险，后者是结核病治疗药物可通过母乳进入宝宝体内，对宝宝的健康产生不良影响，但治疗停药两周后可以母乳喂养宝宝。

常用的母乳消毒方法

1. 冻融法消毒：母乳经-20~-10℃（家庭冰箱冷冻层）冻存1~3天，使用温奶器以40~45℃的温度进行融化后食用。此方法适用于消毒巨细胞病毒感染，不能用于消毒其他病原体感染。

2. 巴氏消毒法：母乳放置于温奶器中，经60~65℃消毒30分钟后食用，期间需摇匀2~3次。注意不要延长消毒时间，以免破坏母乳的活性成分。

巴氏消毒后的母乳，应在温度适宜时尽快喂养。仍有剩余时，冷藏（2~8℃）可保存12小时，也可冷冻保存数周。再次喂养时，40~45℃加热即可，无需再次消毒，以最大程度保护母乳的活性成分。