

获法国帕金森乒乓球锦标赛男单冠军 这位舟山“帕友”有个小心愿

他想推动成立舟山的帕金森俱乐部

□记者 朱蔚

倾诉人:刘圣萍
倾诉时间:1月7日

刘圣萍是“倾诉吧”的老朋友了,去年2月,《舟山晚报》刊登了他患病后开始走上乒乓之路治疗病情的报道。时年63岁的他,在希腊举行的帕金森世界乒乓球锦标赛上荣获男子单打冠军和双打冠军双料大奖。同一时间,舟山电视台、竞舟等多个平台竞相报道,也被更多的平台转载。他的故事激励了许多帕友。

去年11月,他在妻子的陪同下,前往法国梅斯,参加了世乒联帕金森乒乓球锦标赛,再次拿下了男单冠军。

参加帕金森世乒赛 一为打球,二为交流

这次去法国,对我来说有两个目的,一是打球,二是和欧洲的帕友交流。坚持去比赛,是对自己的一种激励。如果有机会再去参加帕金森世乒赛,希望你们媒体同去,拍下比赛现场感人的画面,相信可以鼓励更多的帕友。

在现场,你会看到有些人打着打着就摔了一跤,再自己支撑着爬起来,挥动球拍继续打。再摔倒,再爬起来,在这过程中,我能感受到他们的意志力,对生命的渴望。这时,其实名次不重要,斗志和勇气才是最重要的。和他们相比,我的症状还算轻。

和帕友交流也是我去参加比赛的重头戏,平时吃的什么药,剂量多



▲在上海首届帕金森乒乓球锦标赛上,与王励勤合影

◀2024法国梅斯帕金森乒乓球锦标赛颁奖现场,再获男单冠军

少,彼此心里都能有个底。根据资料,在全世界,中国的帕金森发病率是最高的。

在比赛中,我的爱人会帮运动员们全场捡球。有帕友打得激动,脚抽了筋不会动,我会给他们去按摩。所以我们在现场的人缘很好,当我开始比赛的时候,全场都会为我喊“加油”。

相比上一次在希腊的比赛,这次有300多位帕友参加了法国的锦标赛,人数比希腊赛更多,我看到了更多新面孔。之前在希腊赛获得名次的前几名运动员,有的这次连16强都没有进。

在首届上海锦标赛上 荣获单打冠军

去年,你们媒体刊登了我的报道后,影响力非常大。内蒙古的一位医生帕友在《学习强国》上看到了我的事迹,辗转找到我,也想参加帕友乒乓球比赛。

我现在还是上海户籍,回到上海后,上海乒协主动和我联系,邀请我参加了去年10月的一场新闻发布会。我作为首个参与世乒联帕金森乒乓球锦标赛并获得冠军的中国人,这个身份承载着非凡意义。他们觉得我为国家增添了荣誉,还奖励我3万元。上个月20日,我参加了首届上海市帕金森乒乓球锦标赛,荣获单打冠军。

86岁高龄的国际乒联终身名誉主席徐寅生亲临比赛现场,令我们帕友感动不已。他是中国乒乓与抗帕金森治疗相结合的先驱者,大力倡导并推动了上海首届帕金森乒乓球比赛的举办。徐老极为细致地向我询问了希腊和法国比赛的现场情况,大到整体赛事架构,小到人员组织的每一处细节,都非常关注。

在比赛期间,我还和来自浙江省宿将乒乓球协会帕友分会的杭州会员、香港会员以及上海站的帕友们一起畅所欲言,分享吃药经验、康复训练心得,还有打球技巧切磋等。

我想推动成立 舟山的帕金森俱乐部

我常年生活在舟山,接下来想推动成立舟山的帕金森俱乐部。这次参加法国比赛,世界乒联主席也和我详谈,希望我在国内开展相关

工作以引导帕友,如果时机合适,世界乒联可能会到现场考察后给予拨款扶持。

患帕金森十二年,我太知道打乒乓带来的好处,如果我没有打球,不可能恢复到现在这种状态。现在只要按时吃药,我平时基本和正常人一样。每天吃两颗多巴胺激素药,掰成两瓣,分四次吃,每次吃完,药效可以保持两个半到三个小时。打球的时候,我会适当多吃四分之一,睡觉的时候相应减药,省着吃。但是每次吃药的中间,会有40分钟到1个小时的空窗期,前面的药效刚挥发完,后面的药还没起作用。平时还能克服,坐长途飞机参加比赛,就有点费劲。

但也只能去正视,去面对,要战胜自己。患上了帕金森症,一定要走出家门,正常的社交会让自己减轻负担。有些人生了病就怕出门不方便,还怕别人嘲笑,只想待在家里。时间一长,无论身体和心理,都会产生不好的影响。

向很多上海朋友宣传 舟山的惬意生活

我很感谢普陀乒乓协会的球友们,他们体现着舟山球友的大爱。我捡球不方便,他们会毫无怨言地帮我捡球。

我也是他们口中的榜样,他们会把同样患病的亲友带过来,以我的励志事例鼓励他们。现在每周至少会有一次这样的上门见面会,我也会不厌其烦地以自己的经验做示范。

其实我这里还成了好多上海帕友的接待站,我的退休工资有一万多元,妻子再支援一点,这些钱全都用来请客招待他们了,但是花得十分开心。

他们都说我是舟山宜居生活的义务宣传员。我和好多从上海来舟山旅游的人说,上海的房价在8万到9万元/平方米,舟山在1万元/平方米左右,大家可以考虑将上海的房子卖了,在舟山买房置换。哪怕只是租房,在上海月租八千到一万的房子和舟山月租两千的品质是一样的,退休工资再贴补一下,生活不要太好哦。

而且舟山医保和上海医保通用,看病也很方便。我护照、驾照到期都是在舟山办的,去西藏在舟山

办个边境证也没有问题。

帕友的口号 和时间赛跑

舟山的乒乓球馆配置也是极好的,我之前住上海浦东金桥,附近没有条件这么好的球馆。我们在鲁家峙买了房,常年生活在舟山,根据不同的出行需求配备了四辆车。我上午打乒乓,下午会和摄影出门拍照,或者开着房车出游,在螺塘线最美公路烧烤、喝咖啡(喝咖啡也对病情有一定的帮助)……舟山空气又好,我感觉生活在这里很惬意。

每个帕友都有自己的经验,我的经验是多运动以缓解病情。我现在每天上午打一场乒乓,晚上再打一场,平时也遛狗,主要任务还是锻炼身体。闲下来也不能待在家里,与人交流太重要了。平时自己能做的事情,尽量自己做,实在没办法了,让妻子搭把手。

我们帕友的口号是:和时间赛跑。尽量用各种方法延缓自己的病变,科技这么发达,再过几年,我们可能就会盼来帕金森病患的好消息。

照片由受访者提供



2024法国梅斯帕金森乒乓球锦标赛男单冠军奖牌

情感的流露

心灵的抚慰

听你倾诉 陪你改变

你可以拨打我们的

情感热线:

13867225000

QQ:942157858

(请注明“我要倾诉”)

也可以发E-mail:

zswb05@zsnews.com

地址:

舟山市新城长升路30号

舟山晚报编辑部

“倾诉吧”编辑收

邮编:316021