

封面 读四川

他把拉面跳成一支妖娆的舞 成都黄龙溪拉面小哥“走红记”： 更多时候，我把自己当演员

华西都市报·封面新闻记者
张想玲 摄影 雷远东



31岁的成都黄龙溪拉面小哥田波红了，因为一则视频。

视频中，田波一边跟着音乐律动旋转跳跃，紧闭着双眼，一边拉动着手中的面。有网友评论，绝对表演型人格，这小哥业务能力强得没话说。

从今年春节开始，这则视频便在网络上刷屏。然而，深处暴风眼中的田波意识到自己红了，已是将近一个月之后。有外地游客不远千里，来到黄龙溪古镇，就是专门来看他。流水般的电话进来，甚至有人找到他，想挖他去工作，工资比现在高出几块钱。

从籍籍无名到成为新晋“网红”，他经历了什么？2月22日，华西都市报·封面新闻记者前往黄龙溪古镇，在人群中找到了被游客围观的田波，独家进行了对话。

走红 把拉面跳成舞蹈 “客人喜欢，何乐而不为呢”

2月22日，田波如往常般工作，面馆门口聚集了里外三层的围观者。正在拉面的田波，表演的正是网络上广为流传的那个版本。妖娆的动作，妩媚的表情，配上黄龄的那首《痒》，整个画面活色生香。

28岁的高艳站在人群中，看着田波表演，不断和朋友分享现场拍摄的小视频，时不时发出笑声。“在网上看到了他表演，所以特地来看本尊。”来自山西的高女士，跟随网络的指引来到了这里。“这种快乐工作的心态让我很受鼓舞。”她乘兴而来，满意而归。

每天拉面的时间早、中、晚三个时间段，长达5个小时。除了网上流传的那套拉面动作，田波还有自创的四五套拉面表演。显然，他知道游客的喜好，也更愿意投其所好。

不过，和网络上流传的那个版本有些区别，田波现场表演的版本表情更丰富，加入了更多即兴动作。

“他们喜欢那套动作。”田波观察到，这套动作是最容易让观众发笑的。“反正是为了吸引游客，何乐而不为呢。”

初心 拯救黄龙溪“一根面” “没想到，真搞出了大事情”

“没想到，真搞出了大事情。”这是田波红了之后的第一感觉。2月22日，田波告诉记者，一切火爆的起点，只是招揽客人的“自我救赎”。

他工作的面馆，卖的是成都黄龙溪知名的一根面。一根面又叫“长寿面”，是黄龙溪古镇的传统小吃，手工制作，一根面拉开，正好装满满一碗。当然，作为黄龙溪的当家美食，古镇商家围绕一根面的竞争也非常激烈。田波工作的面馆，一端之隔，就是另一家名为“一根面”的面馆。

去年3月起，面馆生意越来越冷清。作为面馆的门面，拉面师傅压力很大。

“我当时就想着搞点花样，来招揽客人。”田波告诉记者，一开始他只是简单地扭几个动作，把原来扯面的动作，变得更花哨。

竞争随后而来。田波的这个创意很快被别的面馆学走了，并且经过改进，比他做得更好。面馆老板游德也坦承，自己在有意识地培训拉面师傅，迎合游客的喜好。店里有4个拉面师傅，都有自己一套拉面动作，但只有田波红了。

探索 妖娆+销魂 他终于找到了“灵魂曲目”

“每一次有了新动作，很快被同行‘拿来主义’。而且比他跳得更好。”为此，田波很是苦恼了一阵子。直到去年国庆前后，店里的“大总管”刘勇出了一个绝招——干跳没意思，加点音乐如何？这次的探索，第一次表演的不是田波。但店里所有人都感觉，这次路子对了。

田波每天也在表演，有些游客拍了些视频到网上，但没有溅起任何浪花。直到有一天，黄龄的《痒》在店里响起。这首曲子配上

田波柔软的身段，“简直绝配！”

店里漂亮的女拉面师林嬢嬢觉得，还是缺点东西。林嬢嬢决定，要对田波的表演加点料。她让田波跟着她学，一个动作，一个表情，一个眼神，一番培训下来，“我都不好意思了。”

“原来只是妩媚，现在是妩媚加风骚。”

田波一开始非常排斥，觉得太“娘炮”了，表演时非常放不开。但是所有人都觉得，这次田波终于找到了自己的“灵魂曲目”。



田波“风骚”地边拉面边跳舞，丰富的表情吸引了游客围观。

迷茫

成为“网红” 让他惶恐不安

父母并不晓得，田波成了“新晋网红”。来自彭山的农村青年田波，住在家里，每天骑摩托车上下班，但从未向父母提及此事。

亲戚中，只有一个近亲姐姐晓得他红了，还打来电话开玩笑，“你就太难看了。”

这种网络和现实的割裂，让他很不安。每次看到人群围着他，他总会感到紧张，“不适应。”田波说，人们看着他笑，有时他强撑着表演，但也有破功的时候，“我会跟着他们一起哭。”

被当成“网红”，也让田波惶恐。更多的时间，他把自己当成“演员”，表演结束后，决口不提面馆的工作。

眼下，父母催着他赶紧成家，他觉得此时立业更重要。“今后还是要开个面馆吧。”

对话拉面小哥/ 我不是妖冶的神男子

记者：什么时候感觉自己走了？

田波：很多人专门来看我，点名找我，我才意识到。

记者：走红，对你的生活有什么影响？

田波：很多人冲着我来了，一堆电话打进来，很不适应。

记者：有没有给你带来什么机会？

田波：有外地的企业来找我，喊我去工作。但是不想去，我还是希望离家近一点，稳定一点。

记者：很多网友在揣测，私底下的田波是不是也是这种妖冶的神男子，你是不是？

田波：不是，我的性格还是比较爷们吧。平时没什么爱好，喜欢跟朋友一起耍，没事上上网，看看电视。

记者：那你要离开么？

田波：暂时还不会吧。但是不排除有好的机会，也会走。

记者：未来有什么打算？

田波：还是想开个面馆吧。未来啥。

造谣索桥断裂致死伤 男子被拘留10日

华西都市报讯(记者 赖芳杰)从2月17日起，一则索桥断裂造成人员伤亡的视频让四川、江西、广西等地的景区被“黑”，都江堰和青城山也无故“躺枪”。青城山—都江堰景区管理局及时报警，警方立案调查。

近日，广西河池警方召开新闻发布会，宣告依法查处了发生在该市的“2·17”网络谣言案件。目前，该案件始作俑者已被公安机关依法处以行政拘留10日。而他传播的这个视频，正是都江堰、青城山被“黑”的同一个视频。

2月17日20时，部分网民在微信群、微博传播“2月17日，河池市巴马、凤山、天峨等县部分村民出殡时发生吊桥垮塌事故致多人伤亡，当场死亡十余人，受伤十余人”，并配有相关视频和图片，造成了恶劣的社会影响。

河池警方获得信息后迅速介入调查。经查，“2·17”网络信息及视频图片为2014年2月24日发生在邻国的一起坠桥事故。随后，河池警方立即启动网络舆情处置预案，开展舆情引导，多渠道公开辟谣。

同时，河池警方组织精干警力对假信息源开展调查，发现该信息首发传播者为河池市凤山县某建筑公司一名41岁的男性员工陈某。他供称因为“好玩”，就从别处获得这段历史视频后，就不加分辨并故意捏造和散布此事发生在“河池市巴马、凤山、天峨等县”的虚假网络信息。

华西都市报·封面新闻记者了解到，警方正在调查利用该视频造谣都江堰、青城山景区的首发传播者。



封面 本稿全新闻 浏览封面新闻APP www.thecover.cn

脱发增发 遮盖白发 订假发 18年品质 逼真舒适 尚一假发 造型百变 正以假乱真之势影响全国。专业针对：白发不黑、脱发稀少、秃头、秃发、化疗脱发等等。

养生集

父母的老慢病，有没有让你一筹莫展？孩子一有病，是不是你就手忙脚乱？爱人的老毛病，会不会让你为他的健康担心？《养生集》一档全新的养生健康知识传播平台，从喝水到吃饭，从工作到睡觉，全面解析养生之道，为您开启健康通道。

028-66969013

空中医苑

孩子突发急症全家跟着着急，谁能给点主意平静父母焦虑的心情？老人久病不愈牵动儿女的心，谁能指点迷津破解治愈密码？女人被妇科疾病困扰，一旦发病耽误工作，影响夫妻关系，内心的苦痛谁能理解？《空中医苑》为您解答，替您分忧，做您贴心的健康管家。

宝宝安全成长记 支原体感染 家庭护理很重要

支原体是一种比细菌小，但又比病毒大的微小微生物。它不像病毒不能独立生活、需要附着在其他生物上，它是能独立生活的原核生物。打个比方，如果细菌像一个西瓜那样大，病毒像芝麻那样小，那么支原体就像一个枣那样大小。

支原体有多种，其中肺炎支原体是使宝宝致病的“祸首”。而且支原体肺炎病程长，大部分患儿需要在家修养治疗，了解家庭护理预防很重要。

* 家长要让患儿多休息，卧室要保持空气新鲜，室温保持在18~20℃，湿度在60%左右，以防呼吸道黏液变得干燥不易咳出。

* 饮食要少量多餐，吃营养丰富又易消化的食物，多饮水。

* 患儿在发病期间要注意隔离，以防传染给他人。

* 家长平时要带孩子多到绿地等自然环境中活动。

* 家长平时要注意天气变化，及时替宝宝增减衣服。

* 孩子的玩具要经常消毒。

* 要教育孩子在咳嗽时用手帕或餐巾纸捂嘴，尽量减少飞沫向周围喷射。

不胖何来脂肪肝？少吃多动消脂肪



首先，经常大量饮酒即可罹患“酒精性脂肪肝”，自然和肥胖与否无关。其二，肥胖与否，固然望而知之，但医学研究却发现有一种“隐性肥胖”，看上去并无明显肥胖，实际上体内脂肪不少。

近年的医学研究结果显示这非酒精性脂肪肝其实是“代谢综合征”在肝脏中的表现。而医学研究亦发现，代谢紊乱的起因是对胰岛素的“抵抗”，胰岛素的功效下降，糖分不能被充分利用，身体无法利用糖分，转而异常地分解脂肪与蛋白质，造成脂肪

与蛋白质的代谢紊乱，于是脂肪肝、动脉粥样硬化、高血压、痛风之类皆可能发生。脂肪肝的发生，是脂肪代谢紊乱的结果，而非肥胖的结果。

代谢综合征并非单一器官病变，治疗上一定要考虑脏腑平衡，可以选用中药同时调理五脏，尽快恢复人体气血平衡。轻度脂肪肝并不需要药物干预，合理控制饮食，监控血糖变化，尽量通过运动消耗脂肪，血液中的脂肪被消耗后，身体就会自动加大从肝脏输送脂肪的力度，从而刺激代谢功能逐步恢复正常。

心脑血管 走对这“三步”，发现早期动脉硬化

第一步：了解易发人群

动脉粥样硬化在青少年时期开始起病，随着年龄增加，发病逐渐增多，男性发病较女性多。导致动脉粥样硬化的危险因素有：高血压、高血脂、糖尿病、吸烟(包括被动和主动吸烟)、肥胖、精神紧张以及缺乏运动等。

第二步：警惕早期信号

有一部分老年人的眼角膜周围会出现一圈灰白色的环，医学上称之为角膜老年环，这是血液中过多的胆固醇、磷脂、甘油三酯等沉积在角膜边缘的结果。很多老人出现过心悸气短的症状，经常是一过式的。这是心脏供血不足的反应，多数是由于冠状动脉硬化和血栓引起的。要尽早开始服药消除心悸气短，可以选择服用含有黑老虎根、千斤拔、当归藤的中药膏方，可以治疗气血亏虚引发的心悸气短。

第三步：及时做检查

可以直接发现颈动脉和周围动脉是否存在斑块。

动脉造影：通过将造影剂直接注射到动脉内，可以根据管腔形态的改变检测血管壁上的粥样硬化病变，并判断其引起的管腔狭窄程度。

临床上在造影过程中，把带微型探头的超声导管送到血管腔内，就可以直接观察到管壁上的斑块，对检出早期粥样硬化病变非常有帮助。

谈骨论筋 老人治疗膝关节炎，必须知道的五点

要预防膝骨性关节炎，中老年人应节制饮食，适当运动，避免身体过重，同时控制好糖尿病、高血压等基础疾病，就能预防、减少或推迟膝骨性关节炎的发生。

1、如有糖尿病、高血压等基础疾病，要进行很好的控制。高血糖和高血压会引发代谢综合征，导致肾不养骨，肝不养筋。

2、不可使受累关节负担过重，不要长久站立。要注意保暖防风，尽量避免潮湿环境。一旦遭遇恶劣环境，可以适当服用中

药调理，一旦遭遇风寒湿侵袭，可以选择含有过龙肉、老鸦嘴、首乌藤的中药膏方，可以祛风除湿，舒筋活络。

3、消除关节劳损因素：节制饮食，减少体重，以减轻关节负担。

4、对肿痛的关节要轻按或不按，对附近肌肉可重按，以改善肌肉的血液循环和营养，防止肌肉萎缩。

5、除适当休息外，在间歇期应适当活动，要动静结合。可打太极拳，其动作轻柔缓慢。

今日福利 喝点鸡汤抹掉黄褐斑

女性爱美是人的天性，但一过三十岁，很多女性脸上就会出现难看的褐色斑块，使姣好的面容大失光彩，无疑是女性美丽的天敌。中医称此病为“面尘”、“黧黑斑”等，主要原因是湿蒸热蒸引起。把气和热毒向下发展则是各种妇科炎症，严重的湿蒸热蒸可以服用金鸡胶囊等含有金樱根和鸡血藤的中药，能够清热解暑，健脾除

湿，通络活血。湿热向上发展就比较容易出现色斑，可以服用薏苡仁米鸡粥。

薏苡仁米鸡粥：薏苡仁15克，菱角30克，粳米50克，鸡肉150克。先将鸡肉洗净，切成小块，与薏苡仁、糙米、菱角肉一同放入沙锅中，加入清水适量，至鸡肉烂熟，再加入生姜、盐、味精、葱花，再煮一沸即可服用。

葛洪® 祝您远离慢性病 晚年健康有福气

传统中医理论《黄帝内经》认为，百病之源五脏为根，肾主骨、心主血、脾主运化、肺主呼吸、肝主疏泄，各种慢性病都由五脏虚弱受损而引起。五脏同调是解决中老年人慢性病的好方法。葛洪牌桂龙药膏，药材好，药量多，迅速吸收，分入五脏，

祝风湿骨痛、慢性腰痛的朋友，腰腿不疼，能活动。
祝失眠多梦的朋友，晚上睡的香，白天精力旺。
祝心悸气短、头晕耳鸣的朋友，不为心脑血管担忧。
祝尿频、尿急、肾虚的朋友，远离肾虚困扰。

葛洪相伴 晚年有福

抢购热线：028-65320987

广西邦琪药业集团有限公司 桂药广审(文)第2016100153号
请仔细阅读说明书并严格按照说明书使用或在医师指导下购买和使用
【禁忌】孕妇及小儿忌用；【注意事项】忌辛辣、生冷、油腻食物；其余内容详见说明书。

葛洪桂龙药膏 桂龙药膏