

封面 读四川

乐在蜀中 至善至美

封面主题周·乐至

华西都市报·封面新闻记者
田雪皎 摄影报道



你知道吗？全省最早烧烤摊出现在乐至

满城尽是“烤肉店” 乐至烤肉节叫响全川

5月15日晚，华西都市报—封面新闻“封面主题周”走进资阳市乐至县，对传承30余年的乐至烤肉进行直播，引来上百万网友强势围观。乐至是名副其实的“烤肉之城”，是四川最早一批开始烧烤的地方，现在这座小县城分布了200多家烤肉店。

1986年，50岁的乐至人李九志开创了乐至烤肉，形成了四川最早一批商业烤肉。13年后，乐至有了第一家门店烧烤，乐至烤肉逐渐摆脱了“路边摊”的状态。30年过去，乐至烤肉在民间虽然有“中华第一烤”的称号，但乐至县城的200余家烤肉店中，仅有一家注册了商标。

5月16日，华西都市报—封面新闻“封面主题周”走进乐至，倾听三代烤肉人的讲述。



乐至烤肉让人们的生活更有滋味。

第1代人 公园摆摊

小县城出现全省最早烧烤摊

5月16日下午，40岁的李良国从遂宁回到乐至县城的烤肉店。两个月前，他在遂宁开了第一家分店，两城奔波成了他的生活常态。

李良国的烤肉店名为“李烤肉”，说起这家店，人们更多提到的还是他的父亲李九志。虽然李九志已于3年前去世，但他在乐至烤肉界的地位颇高，被尊称为乐至烤肉界鼻祖。

1986年，李九志从新疆退休后回到故乡，在乐至北街的公园里开始烤肉，打的招牌是“新疆李烤肉”。当时不仅乐至县没有烧烤店，在成都、重庆等地都难寻到一家。

李良国的妻子曾艳现在还会开玩笑说，自己是因为吃了“李烤肉”，才成了李家儿媳。曾艳记得，公公李九志在公园烤肉时，她才8岁，经常和家人晚上去公园吃烤肉，排着老长的队，“都是打包带走，吃得有滋有味。”

李良国说，父亲卖烤肉时，还没有啤酒配，“他带着白酒，有需要的顾客都是免费喝、随便喝。”1996年，大哥李九志在公园摆摊，排着老长的队，而且他在店招上加上了“乐至正宗第一家”字样。李良国说，他和父亲李九志这些年所收徒弟近百人，许多人在成都、重庆、乐山等地开店，他自己也正计划在重庆、内江等地开设分店。



“李烤肉”堪称乐至烤肉行业的开山鼻祖。

第2代人 开设门店

烤肉店遍地丰富了夜生活

离李良国烤肉店几十米远的“开心烧烤”，被乐至烤肉界认定为第一家烤肉门店。

“我们是乐至第一家室内烤肉。”店主朱其红说，她1999年才经营烤肉，当时乐至县城的小巷内，几乎都有烤肉摊的踪影，“都是路边摊。”朱其红的开心烧烤店，当时门面只有10平方米左右，门口摆着烤炉，里面放着几张桌子、几把椅子，“顾客走进

第3代人 打造品牌

“乐至烤肉”有了第一个商标

乐至县烤肉协会会长胡继华，经营“胡烤肉”已经21年，但他注册“胡烤肉”商标却是在6年前，这不仅是乐至烤肉第一个注册商标，也是目前为止唯一一个。

“当年企业效益不好，我就想着学烤肉。”胡继华说，1996年，他加入乐至烤肉“路边摊”队伍，但是由于技术不好，生意不景气。于是，他前往外地学习，也悄悄偷看过李九志烤肉的手法。

外地和本地相结合，2004年，胡继华的“胡烤肉”招牌挂了起来，生意也日益火爆。“烤肉开店走在了后面，我一直想怎么争个第一。”胡继华说，他日思夜想，觉得应该给乐至烤肉创一个品牌。2012年，胡继华成功注册“胡烤肉”商标，他成了乐至烤肉界第一人，近6年后，乐至县城烤肉店发展到200多家，他仍是唯一拥有注册商标的。

胡继华认为，只有注册了商标，才能区分正宗的乐至烤肉，有利于乐至烤肉的良性发展。“乐至烤肉对肉质要求很高，都是精选的五花肉、瘦肉，自己亲自串，而且要用大竹签串。”胡继华说，这是乐至烤肉的特色，不像其他烤肉都是串好的成品批发而来。

乐至县商务局相关负责人表示，应广大商家的要求，他们将注册“乐至烤肉”商标纳入了工作计划，并且规划建设乐至烧烤城，打造乐至县城新地标。

数字化种植牙手术现场直播

市民可拨028-96111
报名观看

96111健康热线本月19日和20日第10季种植牙手术现场直播，将在成都再度上演。

儿女最想让父母健康长寿

离家在外的你，时常想念母亲做的拿手好菜烧排骨；时常怀念有父亲在身边，对你谆谆教导的日子；在买东西问题上，父母的舍得与不舍得多少次让人泪目……可现在，父母吃不动了，常常因牙痛失眠，甚至一直不舍得去看牙，默默隐忍牙病的折磨……

其实，父母现在的健康需要你来关心了。

曾有数据显示，45岁以后超过79%的人因各种牙病导致缺牙，邻牙脱落、面容老态、很多东西吃不了，心情也变得沮丧。对于缺牙的父母，最好的办法是牙齿种植。

零距离看“种牙” 拨96111抢名额

“种植牙”以其稳固、耐用、好用、舒适的特点，被口腔医学界公认为修复的优选方式，被称为“人类的第三副牙齿”。但绝大多数人都只是听说过种植牙，却不知道种植牙手术究竟是怎样进行的，术后又是什么情况。

本次直播将实时连线手术室，实况播出手术过程，让缺牙的朋友更加直观地了解“什么是种植牙”、“种植牙痛不痛”、“种植牙手术安全吗”等相关问题。想要亲临现场观摩种植牙手术，都可拨打028-96111报名，承办方还为成功报名的市民准备了“种植牙感恩大礼包”。



下载封面新闻APP
随时随地看最新资讯

本稿全新浏览封面新闻APP
www.thecover.cn

百病之源 五脏为根

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？《养身集》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。

疼痛的秘密

腰腿痛、关节痛 疼痛跟着疏松走

上年纪后，身体出现某种疼痛是很正常的事，腰腿痛、关节痛，尤其是那种全身游走性疼痛似乎更常见。而老人们大多是从苦日子过来的，性格也比较要强，不到疼得受不了，无论是家人还是自己都不会足够重视，也不认为是什么重病引起。

其实，很多骨痛都是骨质疏松造成的。这种疼痛与外伤无关，多为腰背疼痛、关节痛，或全身骨痛疼痛，负重时疼痛会更明显甚至影响活动，有人伴有四肢麻木、浑身无力或者某个部位突然一蹦一蹦得疼，严重者甚至翻身、站立、行走都有困难。

骨质疏松是人体骨骼退化的体现。因为人年纪增长后，肾脏功能会虚损，而肾主骨生髓，这就决定了骨骼会随着肾功能下降而变得更脆弱；另一方面，脾脏功能下降，人体消化、吸收功能都有所退步，这会影响到人体骨骼对钙、磷、钾、维生素等元素的吸收，造成骨质疏松。

除了疼痛，骨质疏松最大的隐患是极易造成骨折，其致残和致死的概率很大。保护骨骼，从30岁以后就要开始行动了。有研究称，正常人30岁前骨骼达到最佳状态；30岁之后，骨骼开始出现退化、逐渐出现骨质疏松，50-70岁容易出现腕部骨折；70-80岁容易出现髋部和脊柱骨折；骨盆和肋骨骨折更是应持续关注的问题。

科学养生

健忘不能怪大脑 或是肾透支了

刚下楼就忘了锁没锁门，拿着钥匙满屋子找钥匙，买菜钱给完了菜没拎走，话在嘴边却忘了要说什么……类似这样的情况是不是也经常发生在你身上？爱忘事，注意力不集中、反应迟钝、无精打采，很多人把这些都归结于大脑，其实不然，这些问题可能与肾虚有关。

《黄帝内经》记载：“肾主骨，生髓，通于脑”。肾是藏精的，精是生髓的。髓包括骨髓、脊髓、脑髓，骨髓藏于全身骨骼之中，营养骨头，最终汇集到脊髓；脊髓上分布着很多器官的神经，可见骨髓营养着脊椎和身体各组织器官；同时，脊髓又和脑髓相通，都是由肾精所化生。所以可以说，大脑的营

养来源于肾精。因此，肾功能的好坏会影响到大脑的功能。

另外，《医学心悟》中也有“肾主智，肾虚则智不足”之说，也说明了肾虚对大脑认知功能的影响。肾气健旺、肾精充足则精力充沛、耳聪目明、思维敏捷、动作灵巧；若肾阳不足、肾精亏少，脑髓得不到濡养，就会出现头晕、健忘、思维迟钝等症状，严重时甚至会出现认知障碍。

肾除了影响人的大脑认知外，还会导致贫血，失眠多梦等问题。同时，因为骨髓无法营养全身骨骼，还容易发生各种骨病，如风湿骨痛、慢性腰腿痛。

百病之源 五脏为根 远离慢性病还需五脏同调

如果不心悸胸不闷、心脏不难受，儿女们也就放心了！关节能动、腰腿不疼，这晚年啊！才轻松！要是肾不虚，不起夜、不失眠、身体就有劲头了！

慢性病折磨中老年人，如果你一直被慢性病问题所困扰，如果你的家人正在为你的身体担忧，如果你一直在寻找行之有效的方法，那么请记住，百病之源，五脏为根，远离慢性病还需五脏同调，内外双修。

葛洪牌桂龙药膏，坚持选用纯正的野生药材，每一口都蕴含着广西十万大山的壮药自然精粹。中老年风湿骨痛、慢性腰腿痛、心悸气短、失眠多梦、肾虚尿频等慢性病，选葛洪牌桂龙药膏。

【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。
请仔细阅读说明书并按说明使用或在药师指导下购买和使用。广西邦琪药业集团有限公司出品

咨询电话 028-65320988



葛洪桂龙药膏经销地址：市区药房：健之佳药房、福利大药房、海王星药房、华安堂药房、同吉康药房(北大桥北)、贝尔康大药房、康鑫药房(龙潭寺皇冠路店)、华夏药房、科创大药房(驷马桥横街)、瑞人堂(水碾河路)、德仁堂药房、芙蓉大药房、红柳缘康源药房、同善堂药房、康美佳药房(尚家河沿)、海天药房、大华药房、华博大药房(族旗北路)、御民堂大药房(同康药房(青年宫对面)、大德康药房(陕西街)、立创健康药房、瑞康大药房、成都大药房、金牛区益生康药房(高家梁市)、诚康药房(沙河店)、平心堂药房(黄田坝)、中一堂药房(中医附院旁)、兰宏药房(九里堤南路)、成都同仁堂、神康药房(大慈寺旁)、美信药房(莲花中路)、恩恩药房(东大街)、龙泉国民药店(驷马桥旁)、十楼培元堂大药房(东方广场后)、新津：寿龄堂药房(新民街)、金山角大药房(成温中)、温江：万华大药房、常春大药房(温中街)、崇州：蓉城百姓连锁、大邑：命源大药房(川西医院对面)、平味：利康大药房(南岳街)、新都：永昌大药房(新中路)、郫县：宁丰堂连锁药房、济州堂各连锁、郫县合和堂(郫县豆瓣厂旁)、都江堰：华康大药房(蒲阳路)、卫康各连锁、青白江：长春药房(政府北路)、金堂：长安药房(幸福路)、浦江：康康大药房(彩虹路) 二级市场：德阳：德仁堂药房(西街20号)、太和：德仁堂大药房、德阳：大成药房、乐山：健为百姓连锁大药房、金都大药房(柏杨中路医院对面)、市中区：嘉禾大药房、绵阳：安康药业连锁、天天平价连锁、达州市：九九医药超市(二马路)、攀枝花：鑫华仁药房