

罗雪娟入北大迎来新学期 医生建议切勿熬夜苦读 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/279/2021_2022__E7_BD_97_E9_9B_AA_E5_A8_9F_E5_c123_279836.htm 资料图片：罗雪娟退役后将安心读书。中新社 盛佳鹏摄 新学期伊始，正式退役的“蛙后”罗雪娟已准时前往北京大学国际关系学院报到，她也由专业运动员转型为一名普通的大学生。然而告别泳坛并不意味着罗雪娟的生活将一劳永逸，据罗雪娟在浙江接受治疗时的浙江大学第二附属医院心血管内科刘大夫介绍，由于罗雪娟的心脏病来自遗传，因此就算不再训练，病情也会给其生活带来不小的影响，而对于罗雪的北大生活，刘大夫给出了一些建议。把握尺度适量运动 作为罗雪娟在浙江接受治疗的主治医师之一、刘大夫对罗雪娟的病情给出了准确定论，“她的心脏属于肥厚性心肌病，如果继续进行高强度和力度的训练，猝死的危险将非常高。在医生对她的病情做出了结论后，退役是她的唯一出路。”对于罗雪娟在北大的生活，刘大夫表示，“出院前，我们给了她一个在体力和精力上的限度建议，这个限度很宽，罗雪娟在读书期间应该根据自己的具体情况好好把握这个尺度。比如说，她绝对不能再从从事剧烈运动，但是她依然需要适量的活动，在北大期间，她仍然可以去游泳馆游泳，或者去田径场慢跑等。”控制情绪切勿熬夜“无论做什么，我都会认真去对待。”性格好强的罗雪娟在谈起北大求学时曾说，“在学校中我是一个普通的学生，虽然基础比普通学生差，但是我会加倍努力，把因为训练而耽误的学习补回来！”因此，对于文化基础相对薄弱的罗雪娟来说，读书的压力不见得就比训练轻松。“由于

罗雪娟的心脏病来源于遗传，而多年的训练只是病发的一个诱因，因此即使不再从事专业训练，病情也将给她的生活带来一些影响，比如说她应该懂得控制自己的情绪，不能过于激动等。而在日常的学习生活中，医生给她的建议是，就算功课压力再大，也不能熬夜，因为熬夜对体力的消耗很大，她应该始终保持一个健康和正常的作息时间。”刘大夫表示。

保证安静远离party和所有的北大学生一样，罗雪娟也在北大拥有属于自己的宿舍，也许因为是名人的缘故，她并没有和同学们一样住在学生宿舍。刘大夫认为，“罗雪娟适合安静的环境，如果是六七个同学同住的宿舍，我们就不建议她入住，因为嘈杂的环境不利于她的休息。”刘大夫认为，学校里一些人多嘈杂的地方，也都不适合罗雪娟“出没”，比如喧闹的球场、人声鼎沸的舞会、party等，因此，安静的图书馆便是除了教室之外，罗雪娟在北大的最佳去处。别吃食堂严防感冒此外，在一些生活细节上，刘大夫也提出了建议，“一般来说，学校食堂的饭菜口味比较重，做法也不够细致，罗雪娟的病情要求她绝不能食用太多的盐分，目前她平时的饮食都是由专门的营养师负责，膳食搭配比较讲究，因此，我们不建议罗雪娟在北大期间到学生食堂进行集体用餐。”

罗雪娟的病情也时刻牵动着刘大夫的心，“尽管已经出院，她依然需要定期回到医院进行复查，每天也必须按时吃药。而在身体上，罗雪娟则要对‘感冒’多加注意，因为感冒虽小，但却对心功能的影响很大。”

探访北大：罗罗准时报到注册“罗雪娟已经到学院报到，按时进行了本学年的注册。”北京大学国际关系学院本科生教务处一位老师昨天向记者证实道，“上月26日，是本科生注册的第一天，罗雪娟

很早就来到办公室，完成了注册。” 据悉，北京大学已经在上月底开学。 记者发现，在国际关系学院的课表上，有《国际政治经济学》、《第三世界发展学比较政治制度》、《比较政治制度》三门必修课以及《中美关系史》、《冷战后国际关系》、《中亚各国政治与外交》等选修课 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

www.100test.com