演员董春辉做客《群英会》

# 回忆拍戏过往　谈与赵丽颖合作感受

4月25日，天津卫视《群英会》邀请演员董春辉做客。从《画皮》中饱尝人间爱恨情仇的蜥蜴精小易，到《致青春》里表面放荡不羁、实则暖心十足的学长张开，再到《花千骨》中与糖宝有着动人感情、刻画深入人心的长留弟子落十一——他用真心为每一个角色注入灵魂与生命力。

董春辉凭借多部经典作品被观众熟知。2015年，他因出演《花千骨》人气飙升。多年来，他凭借出色的演绎、扎实的专业功底以及不断打磨提升的精湛演技，塑造了众多成功的荧屏角色。他本人个性低调不张扬，身上既有阳光朝气，也有沉稳坚韧。值得一提的是，他当年出演《花千骨》时的形象令大家印象深刻，十多年过去，如今他的状态与当年相比并无太多变化。节目中，董春辉回忆道：当年与赵丽颖首次合作十分愉快，闲暇时大家经常一起聊天。赵丽颖对剧情设计有着很多独到想法，还会积极参与其中。后续合作《楚乔传》时，她依旧十分愿意主动贡献创作思路，敬业且富有想法。

董春辉（中）在节目录制现场

本期节目看点十足。嘉宾董春辉、郭金杰、宋京与众位相声演员一同参与演技考验互动环节，现场欢声笑语不断。青年唢呐演奏家宋京现场吹奏经典民乐《百鸟朝凤》，充分展现了唢呐音色多变、既能演绎传统曲目又能驾驭流行风格的特点。

节目中，相声表演同样精彩纷呈。各路相声演员轮番登场，带来优质原创作品：钱琦、宋伟杰带来相声《到底谁没耐心》，作品创作灵感源于真实生活，通过还原日常家庭场景，探讨不同家庭中孩子与父母的顺畅沟通之道；刘钊、孙超表演的相声《洗澡 洗澡》，生动描绘市井生活百态，将澡堂里形形色色的人物刻画得淋漓尽致；徐涛、冯阳带来相声《评理》，聚焦社区邻里相处日常，传递出邻里和谐需遵守规章制度、切莫害人害己的正向理念。宋京首次跨界挑战相声，搭档郭金杰、刘钊带来相声《这有什么啊》，围绕相声、二人转、民乐三大艺术形式展开趣味探讨。刘钊、郭金杰现场学习唢呐，表演起来也是有模有样，引爆现场氛围。

更多精彩内容，敬请收看4月25日21:20天津卫视播出的《群英会》。

《医探究竟》聚焦胆囊结石、痛风高尿酸、日常饮水三大健康话题

# 拆解常见养生误区　帮您避开“健康陷阱”

天津卫视播出的本期《医探究竟》中，医探团团长韩非和探长栾云平、胡嘉博集结医探团团员，为您详解胆囊结石、痛风高尿酸和科学饮水的相关话题，拆解常见养生误区，解锁科学养护方案，帮助观众避开生活中的“健康陷阱”。

## 胆囊结石一定要切除吗

很多人一查出胆囊结石就急于手术切除，其实并非如此。人体内的胆囊结石是否需要处理，要根据自身状况以及结石大小、嵌顿情况和痛感综合决定。如果痛感不强且没有明显症状，可以定期随访，无需立即手术。但若结石嵌顿并有黄疸、剧烈疼痛、发热等表现，若不及时手术，风险会明显增高。临床建议，直径1厘米以上的结石需警惕癌变风险，应积极评估处理。胆囊手术本身并不复杂，但高龄患者是否适合手术，需由麻醉师根据身体条件评估。医生特别提醒：长期不摄入脂肪类食物反而容易增加胆囊结石风险。高脂饮食会诱发疼痛，但并不会直接导致结石形成。节目现场还将展示腹腔镜下胆囊切除手术的真实过程，以打消大家的焦虑。

天津市第一中心医院肝胆胰外科医生史瑞表示：“胆囊结石并非都要切除，无症状者可随访观察。年龄也不是手术绝对禁忌，核心看身体状况。切勿盲目排石，易引发嵌顿危险。早识别症状、科学决策才是守护胆囊健康的关键。”

## 痛风根源是高尿酸

痛风发作时痛如刀割，其根源在于高尿酸。关节部位（尤其是脚趾、脚踝、膝盖等处）是痛风的好发部位。肉汤、海鲜、动物内脏等嘌呤过高，会显著增加尿酸生成。此外，快速减肥时脂肪分解产生的大量酮体会竞争性抑制尿酸排泄，导致尿酸短期内突然升高。尿酸升高会加重肾脏负担，阻碍排泄，长期高尿酸不仅损伤关节，还会损害血管内皮，严重时可能引发肾功能衰竭。

中国人民武装警察部队特色医学中心内分泌科医生郭赟表示：“痛风深入骨髓，老少通吃，偏爱男性。作息规律，远离酒精、肉汤等，可降低尿酸。管住嘴，多喝水，多排尿，是控制尿酸的关键。”

## 你真的会喝水吗

水是生命之源，但喝对水并不简单。中医认为脾胃喜温，温水更适配国人肠胃，长期喝冷水可能损伤脾胃阳气。汤泡饭不可取，因为未经充分咀嚼的米饭直接进入胃中，会加重胃的负担。充分咀嚼不仅助消化，对减肥也大有裨益。很多时候，喝水也要根据场景科学选择：运动后补充电解质水，日常以白开水为主，特殊人群（如痛风患者）则需保证足量饮水以促进尿酸排泄。

北京航天总医院干部医疗科医生原山表示：“茶、柠檬水、无添加的椰子水都可以代替没有味道的白开水。每天1500至1800毫升的标准饮水量，帮你养成健康的饮水习惯。关键是少量多次，不要等到口渴了再喝。”

今天21:20，锁定天津卫视《医探究竟》，跟着医探团一起读懂身体信号，远离病痛困扰。

T4都市频道 | 健康直播间

# 蓝光眼镜能预防视疲劳吗

4月春暖花开，办公族面对电子屏一整天，学生近距离用眼时间不断增加，视疲劳、眼干等春季高发的眼健康问题也随之凸显。视疲劳是以眼睛疲劳为主要表现的一类综合症状吗？生活中造成视疲劳的原因有哪些？想要找到视疲劳的根源，需要做哪些专业检查？一旦出现视疲劳，是否可以量身定制属于自己的视觉训练方案？日常生活中如何预防干眼和视疲劳的双重加重？防蓝光眼镜能彻底预防视疲劳吗？

本期节目特别邀请天津市眼科医院视光中心主任李丽华、视光中心武清分中心主任李军，共同探讨“春日护眼升级指南”的话题。

**首播：4月25日19:59**

**重播：5月2日23:25**

# 怀疑得了职业病该去哪里检查

4月25日至5月1日是第24个《职业病防治法》宣传周，今年的活动主题是“守护职业健康，共建健康中国”。职业性肌骨损伤已成为影响劳动者健康的“隐形杀手”。此次职业病分类名录的更新，折射出当前我国职业健康领域的哪些现状？职业性肌骨损伤的常见类型有哪些？哪类职业人群最容易中招？什么是职业健康素养？健康素养偏低会给劳动者的肌骨健康带来哪些直接危害？腕管综合征的典型临床表现是什么？需要治疗吗？如果怀疑自己得了职业病，该去哪里检查？具体流程是怎样的？膝盖有滑囊炎还能正常活动吗？颈肩腰腿痛需要长期进行康复训练吗？为什么不打网球也能患上“网球肘”？

本期节目特别邀请天津中医药大学第一附属医院骨伤科主任刘爱峰、天津市职业病防治院康复医学科行政主任范飞，共同探讨“守护职业健康 远离肌骨损伤”的话题。

**首播：4月26日19:59**

**重播：5月3日23:25**

剧情撷要

42集电视剧

## 情满四合院

**第41集** 傻柱把自己帮助三位大爷的原因告诉娄晓娥，并打算把小院变成养老院。娄晓娥看开了，不再和秦淮茹争抢，让傻柱经营餐厅，自己只收取百分之四十的红利，其余利润帮助傻柱照顾老人。一年后，大院所有老人都加入了养老院。许大茂又和年轻女孩勾搭上，秦京茹要和他算账。

**第42集** 傻柱亲自下厨招待娄晓娥和秦淮茹，让她们猜菜名喝酒。第一道糟溜三白，秦淮茹认出，娄晓娥喝了一杯。第二道红烧牛尾，娄晓娥猜错又喝一杯。两个女人在喝酒上互不相让，最后共同揪住傻柱的耳朵，芥蒂就此消除。除夕夜，幸福家园所有成员欢聚一堂。许大茂潦倒落魄，傻柱不计前嫌，让他跟着自己学厨。许大茂幡然悔悟，向大家道歉，秦京茹与他重归于好。幸福家园的幸福生活红红火火地开始了……

**天津卫视快乐生活剧场4月24日19:30播出**

30集电视剧

## 工人大院

**第1集** 农村青年乔芳草投奔住在工人大院的姐姐乔芳叶。陆镇海是新搬进工人大院的工人中的技术权威，他正是乔芳草的恋人，也是乔芳草腹中孩子的父亲。厂医杨玉寰喜欢陆镇海，但陆镇海不为所动。那时，像乔芳草这样没有城市户口的人正是被遣送的对象。无奈之下，乔芳叶的儿子唐天亮、女儿唐天秀设法掩护小姨乔芳草。

**第2集** 乔芳草突然腹痛，因害怕此事被工人大院里的人们知道，乔芳叶和丈夫唐世元只得将她转移到一个废弃仓库。陆镇海跟踪唐天秀，发现了乔芳草的藏身之地，并主动承认自己是乔芳草腹中孩子的父亲。此后，乔芳草生下一个儿子。

**第3集** 乔芳草藏身的仓库即将拆除，唐家人只好又把乔芳草母子偷偷接回大院。业余画家张劲松问起唐家屋子里不时传出婴儿啼哭一事，唐世元百般敷衍。唐家为了保住颜面，替乔芳草想出一个“一箭双雕”的办法。

**第4集** 清晨，唐家在大院门口捡到一个孩子，小海顺理成章地在大院有了身份。罗家和唐家开始为收养孩子展开争夺。在郝爷爷和郝奶奶的帮助下，孩子终于回到了唐家。

**天津卫视快乐生活剧场4月25日、26日19:30每天播出两集**

40集电视剧

## 娘　心

**第31集** 明辉的妻子生下一个白白胖胖的儿子，明辉想起母亲彩霞临终嘱托，给孩子取名念慈。孩子满月酒上，明辉将母亲留下的银镯子戴在念慈手上——这只镯子由李玉卿传予彩霞，再传明珠，如今已是第四代。明辉告诉众人，镯子承载的不是财富，而是王家善良、坚韧、守信的家风。

**第32集** 春日杜鹃盛开，明辉带全家为母亲扫墓，也为阿忠献上鲜花。明辉在墓前朗读祭文，回顾了母亲坎坷却伟大的一生。念到动情处，明辉声音哽咽，明珠与明玉也潸然泪下。

**第33集** 明珠的绣坊生意兴隆，她将传统刺绣与现代审美结合，产品远销省城及海外。她招收穷苦女孩为学徒，免费传授手艺。绣坊内挂着一幅明珠耗时一年绣成的刺绣，描绘着彩霞抱着幼时的她和明玉的模样。记者采访时，明珠称自己只是想念母亲的女儿，只想传承母亲的精神与手艺。

**第34集** 明辉的布庄遭遇外地大布庄恶意压价，手下建议跟风降价，明辉却牢记母亲“诚信经营”的教诲，选择提升布料质量、改善服务。最终，竞争对手因质量低劣、口碑崩塌离场，王家布庄生意更盛。

**第35集** 明玉虽已出嫁，却常回来看望兄姐，带孩子到母亲墓前磕头，讲述母亲忍辱负重、撑起家族的故事。她还常帮助村里穷苦人家，逢年过节接济孤寡老人，村里人纷纷称赞。丈夫林怀远全力支持她，夫妻二人成为镇上的模范夫妻。

**第36集** 几年间，王家成为当地首屈一指的大家族，子弟们谦逊有礼、乐善好施。明辉在祠堂立下“以诚待人，以善立世，不忘根本，永怀娘心”的家训。每年清明节，王家举办祭祀活动纪念彩霞，许多受过她恩惠的百姓也会自发前来，王家的故事在当地传为佳话。

**第37集** 明辉带家人前往母亲当年坠崖之地，望着险峻的山崖，他想象着母亲当年的遭遇，心中酸楚，跪地磕了三个响头。明珠说起母亲当年被蔡招弟推下悬崖、大难不死并生下明辉的往事，明玉痛哭着感叹母亲一生太苦。

**第38集** 明辉整理阿忠遗物时，发现一本日记本，里面记录着阿忠对李玉卿的思念和对彩霞的愧疚，以及看着王家子女成才的骄傲。明辉读完泪流满面，将日记本珍藏，作为家族历史传承。

**第39集** 夜深人静，明辉坐在母亲生前的房间，望着屋内熟悉的陈设，仿佛听到母亲纺线的声音。他终于明白，娘心不仅是母爱，更是苦难中不放弃希望与善良的坚强，是为家人牺牲一切的勇气。

**T2文艺频道多彩剧场4月24日至26日19:00每天播出三集**

35集电视剧

## 烽火双雄

**第19集** 黑田将秋山太郎的家传武士刀交给宫本，命其假冒秋山在城内造势，提振日军士气并引诱秋山现身。

**第20集** 秋山在擂台击败宫本，却因护刀暴露身份被捕。旅部告知白慧，其未婚夫已牺牲，安排她原地休整。智子深夜放走秋山，秋山出城时中枪，被陈铁拳救回芍药家养伤。

**第21集** 佐藤命宫本血洗马王村并在那里设伏，陈铁拳带队救援陷入重围，小分队伤亡惨重。陈铁拳等人冲入地雷阵，仅陈铁拳、臭子、柱子生还，其余队员与村民全部遇难。

**第22集** 白慧申请留在敌工队开展反战工作。上级命陈铁拳部阻击日军铁甲车，秋山带伤参战。队伍成功截停铁甲车，却遭遇宫本突袭，队伍被打散。

**第23集** 白慧带领队员研制出中药毒雷，杀伤力极强。敌工队以地雷战连拔日军炮楼，缴获大量物资，日军伤亡惨重。黑田追查毒雷来源，智子审问胡三两，毫无收获。

**第24集** 陈铁拳根据秋山提供的情报，带队奇袭日军武器中转站。日军要袭击腰带村，胡三两派人向村里报信，白慧带领乡亲转移。柱子与芍药留下阻击日军，最终被围，拉响手雷与敌人同归于尽。

**第25集** 陈铁拳、秋山夺取军火库胜利归来，得知后方发生的惨案。秋山进城与宫本决战，将其斩杀并夺回武士刀。秋山在艾虎墓前收其为徒，埋刀明志，宣告成为八路军战士。

**第26集** 胡三两设计获取军火库布防图，陈铁拳带队成功夺取掷弹筒。孙三祥绑架崔花子报仇，被黑衣队包围，陈铁拳及时赶到将其救下。

**第27集** 秋山得知智子遇险，独自进城营救，陈铁拳劝阻未果。胡三两发现是陷阱，冒死示警牺牲，尸体被日军示众。秋山与陈铁拳深夜夺回遗体安葬。

**第28集** 黑田被前田大佐特赦，组建特别挺进队，执行针对八路军高层的“斩首行动”。秋山得知黑田获释，再次进城寻妹，落入圈套，黑田派狙击手准备将其灭口。

**第29集** 孙三祥用病羊包子设计，使濑古挺进队失去战斗力，铁拳率队将其全歼。黑田的挺进队消灭李秃子黑衣队，骗取村民信任，获取八路军旅部位置。

**第30集** 八路军旅部电台遭破坏，山本形迹败露，逃跑时刺伤渡边，被当场击毙。山本死前警告，旅部即将遭遇毁灭性打击，重大危机即将来临。

**T3影视频道强档剧场4月24日至26日19:00每天播出四集**

本版所刊登节目如有变动，以实际播出为准。