

# 杨立玩射弩20余年 是湖南顶尖高手 制作一支弩要半年 适应还需三个月 50米内,这支弩就是五四手枪

“嗖!嗖!嗖!”电影《锦衣卫》中,只要锦衣卫出动,观众基本就能听到这种令人毛骨悚然的声音,这种声音正来自他们手中那把叫做弩的兵器。作为冷兵器时代一种重要的武器,弩曾让无数英勇好汉丢盔弃甲。

11月8日,在郴州市进行的湖南省少数民族运动会落下帷幕,射弩赛场给记者留下了深刻印象,虽然弩不再嗜血,可它依然用其50米内相当于一支五四手枪的威力,证明自己的强大。

■专题采写 实习生 杨桦 刘蓉 记者 蒋玉青

新晃队的教练员杨立在射弩这个项目中算得上“老资历”。他参加过全国第四届少数民族运动会和4届湖南省少数民族运动会的射弩比赛,在第三届省少数民族运动会中,他包揽了男子传统弩的跪式、立式和全能三项冠军。

说起杨立与射弩的结缘,可谓是一拍即合,“我在部队多年,接受过专业的射击训练,成绩相当不错。1990年,当时新晃体委组织人开展射弩运动,其中就有我。当我在张家界观摩了一次全国射弩邀请赛后,就彻底喜欢上了这项运动。”

当时,杨立凭借从赛场拍回来的图片,自己动手开始制作传统弩,并带着它参赛,“由于初次做弩,没有瞄准器,精确度有限,第一次参赛成绩不理想。”首次参赛遇挫后,杨立意识到一把好弩对运动员是多么的重要,之后他就参照着半自动步枪的准心,一边摸索一边改进。

杨立介绍,制作一把传统弩一般都需要半年的时间,他

拿起一把伴随他10年的传统弩,告诉记者,“它主要由弓片、弓弦、弩身三部分组成,中间不能用任何金属配件,只能用硬质的动物骨头衔接。这把传统弩的弩身采用了上等的硬木材料,弓片则选用了韧性较大的竹子,两者再用胶水粘合,而弓弦一般采用弹性较大的尼龙绳。这把弩的射程能够达到100多米,在50米的范围内杀伤力相当于一把五四手枪的威力。”

谈及弩的制作,杨立乐在其中,“我每天都要摆弄这些弩,一天不弄就会手痒。我每个月都会制作一批竹箭,一批为50支,几乎每天晚上我都会在家里做箭。”他告诉记者,其实做箭比起做弩更加辛苦。

“训练两个月,需消耗80支竹箭。只有通过不断的训练才能掌握好弩的性能,我一般需要三个月的时间才能适应一把弩。”杨立介绍说,除了刻苦训练,射弩对运动员的身体素质要求不高,但必须具备良好的心理素质和视力,所以,退伍军人就成了他挑选队员的首要目标。



这支弩已经陪伴杨立20年。 本组图片均由杨桦摄



杨立在摆弄他制作的箭。



射弩比赛。

## 湖南射弩现状

射弩是土家族、苗族、侗族、瑶族等少数民族狩猎和自卫的武器,我省主要分布在湘南、湘西少数民族地区。这次运动会上,射弩比赛分为民族传统弩、民族标准弩两大类,又各分为立姿、跪姿两种姿势,每人每种姿势各10支箭。据射弩比赛裁判员刘建平介绍,新晃侗族自治县、通道侗族自治县、江华瑶族自治县、郴州市是我省射弩的传统强队。

## 怎样制作一支弩和箭

- 1、弩只能用竹、木质材料制成。弩床上可设管槽与瞄准器,瞄准器只允许用弩身相同的材料制成,击发部分可用任何材料制成,但长度不得超过8厘米。管弦的制作材料不限。
- 2、箭是用竹、木质材料制成的,长度不限,断面直径不超过0.6厘米,箭头、箭尾可用其他材料,但长度规定为箭头不超过8厘米,箭尾不超过1厘米(尾翼除外)。

延伸阅读

## 新播客

今晚看国奥、曼城德比  
明天看NBA中国德比

11月10日(周三)  
10:10 女排世锦赛 中国VS秘鲁 广东体育  
19:00 国奥VS吉尔吉斯斯坦 CCTV5

11月11日(周四)  
03:45 米兰VS巴勒莫 CCTV5  
04:00 曼城VS曼联 ESPN  
08:00 奇才VS火箭 新浪直播

**亮阁门窗**  
创新 品质 服务

# 男科疾病进入微创手术时代 手术祛病事半功倍 适应症：生殖整形 性功能障碍 前列腺疾病

## 男科微创手术的时代重要性

当今社会,生活质量成为衡量现代人生活质量的标尺。实际生活中,男性很多存在着包茎问题以及包皮过长等状况,这些状况造成了部分男性难以言明的痛苦,长沙东方男科医院微创手术专家指出,针对上述症状,微创的手术最好尝试手术治疗,今天我们为您介绍下男科微创手术的重要性。

生活中,有些男子会出现阴茎短小现象,(常态下短6cm,勃起后不足10cm),这均会影响生活质量,直接影响性生活产生严重影响着夫妻感情与家庭关系,二者导致家庭关系破裂。这就需要了解男科手术的重要性了。专家介绍说,男科微创手术有包皮环切术、阴茎背神经阻断术、包皮过长与包茎等,缺乏这方面的知识,又由于生殖系统的特殊性,使得他们往往羞于提起或害怕去医院检查,致使患者错过最佳微创治疗期。



## 专业男科医院引领男科微创手术新时代

作为长沙唯一一家高起点、高标准的专业男科医院,长沙东方男科医院代表了国内外最高男科诊疗水平,引进有国内外尖端的男科

诊疗设备和先进技术,已经成为江明共男科实力的一个重要方面。医院突破传统,以先进的手术方式、技术精湛的专家阵容,一次又一次地刷新着手术成功的纪录。  
2、专业男科医院专家经验丰富  
引进天户显微这一设备不仅需要资金投入了,还要拥有能够熟练地使用这一设备的专家,不是每个医生都能做到的。只有专业男科医院经验丰富的专家才能做到这一点。  
3、专业男科医院手术环境顶级  
为了手术不感染,长沙东方男科医院特别建立了干净明亮的日间手术室,让专家在无菌环境中为患者实施手术。  
4、专业男科医院手术成功率高  
华中地区唯一一家在专业显微镜下开展微创手术,以显微手术精索静脉曲张手术为例,成功率高达96.6%,而传统的高位结扎术术式或

日前,长沙东方男科医院能够成熟开展显微男科手术,已经成为江明共男科实力的一个重要方面。医院突破传统,以先进的手术方式、技术精湛的专家阵容,一次又一次地刷新着手术成功的纪录。  
2、专业男科医院专家经验丰富  
引进天户显微这一设备不仅需要资金投入了,还要拥有能够熟练地使用这一设备的专家,不是每个医生都能做到的。只有专业男科医院经验丰富的专家才能做到这一点。  
3、专业男科医院手术环境顶级  
为了手术不感染,长沙东方男科医院特别建立了干净明亮的日间手术室,让专家在无菌环境中为患者实施手术。  
4、专业男科医院手术成功率高  
华中地区唯一一家在专业显微镜下开展微创手术,以显微手术精索静脉曲张手术为例,成功率高达96.6%,而传统的高位结扎术术式或

功率远低于此,仅为83.1%。  
5、专业男科医院专家术前会诊  
108位权威专家远程支持,术前实行专家会诊,手术方案严谨,实现有效治疗。  
6、专业男科医院术前诊断人性化  
专家会诊必须依据准确的检查结果,确诊术前适应症,不确诊不治疗。

男科高端微创手术需提前预约  
经市卫计委长沙东方男科医院“男科微创手术中心”相关医务人员了解到,凡到长沙东方男科医院就诊的男科整形患者(包皮过长、夫妻生活过短、生殖器短小、生殖器体积小大等)均可向专家团队会诊,制定科学的诊疗方案,由方列手术于事故原三甲医院专家主刀,住院时间短,恢复快,创伤小,需要手术的患者朋友,尤其是男科疑难患者,可直接前往长沙东方男科医院,或提前预约专家。

## 部分高端手术推荐

技术1: 新一代生殖系静脉显微阻断术  
突破技术难点,首家实现0手术失败,效果更有保障。  
适应症: 阳痿、生殖系静脉不举、生殖系静脉曲张的男性功能障碍患者。

技术2: 生殖系背神经微控术  
首家提出多点分散阻断,实现“无痛区”快感。  
适应症: 原发性、继发性、夫妻生活时间过短的男性功能障碍患者。

技术3: 生殖系假体植入术  
男、女性功能障碍患者唯一根治性、适应症: 重度阳痿、夜尿男性勃起困难的唯一选择。

技术4: 生殖系动脉搭桥术  
海陆空运动供血不足阳痿的唯一有效方法。  
适应症: 因海绵体动脉供血不足引起的阳痿患者。