

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 本港昨日接連有2位運動健將猝死，為中年人健康敲響警號，而事有湊巧，2名死者均姓梁。其中在港島太古城，一名曾效力前甲組東昇足球隊的54歲長跑愛好者，近期積極備戰本月20日舉行的渣打馬拉松，昨清晨在寓所被家人發現猝死床上。另一名51歲康文署滑浪風帆教練，昨午在西貢創興水上活動中心教授滑浪風帆課程時突然暈倒，送院不治，不排除2人均為心血管隱疾發病猝死。有心臟科醫生指出，愛做運動的人只會減低3成患心臟病風險，故不容忽視年年驗身的重要。

在太古城夢中猝死男子梁治中，54歲，與家人同住鯉魚涌太古城綠楊閣一單位。據悉，他年輕時曾效力前甲組東昇足球隊，馳騁綠茵場上，平日生活健康，退役後仍保持運動，尤嗜長跑，且已報名參加本月20日舉行的渣打馬拉松賽事，連日來都有積極備戰，前日剛練過跑步。

妻清晨發現枕邊人昏迷

現場消息稱，前晚梁如常上床就寢，至昨清晨7時32分，被其55歲姓劉妻子發現他在床上昏迷，全身冰冷，呼之無反應，大驚下報警。救護員到場為梁急救，惟沒有起色，於是將他送東區醫院急症室搶救，惟抵院經搶救後證實返魂乏術。警方初步調查後，相信事件並無可疑，不排除主隱疾猝發致命，惟確實死因有待驗屍確定。

不煙不酒 午膳後突暈倒

至於在西貢工作期間猝死滑浪風帆教練梁慶祥(51歲)，與妻子及3名仍在求學子女同住深井。他從事教練工作逾20年，自1992年開始以兼職聘用形式成為康文署合約教練。梁不煙不酒，身體一向健康，甚少病痛，是滑浪風帆會中級教練。據悉，梁桃李滿門，為學員心目中的好教練，雖有人為他冠以「無懼」綽號，但有學員在網上留言盛讚梁教練好人，不認為他「無良」。

梁慶祥剛放完年假，昨晨返回西貢郊野公園萬宜水庫西端旁西貢創興水上活動中心開班上課，負責「青少年滑浪風帆高階課程」，梁教授4至5名約10歲小學員，昨晨完成首階段訓練，吃過午膳後，於下午1時許準備進行第2階段風帆訓練，但當他步行前往中心艇倉的途中，突然暈倒地上，有學員發覺大聲呼救，驚動救生員報警，並就地為其施行心肺復甦法，發覺他呼吸和脈搏微弱，救護員到場將梁急送將軍澳醫院搶救，但終證實不治。

出事後，其妻兒由10多名親屬陪同自深井趕到醫院，驚聞噩耗情緒激動。梁妻事後含淚簽紙答應捐出亡夫有用器官，遭愛人間。

梁為家庭經濟支柱，原相夫教子的梁妻日後須獨力持家。康文署對梁教練不幸離世感惋惜，署方已聯絡其家人及致以深切慰問，並會繼續與他們保持聯絡，提供適當協助。

兩健將皆姓梁 一備戰馬拉松 一為滑浪風帆教練

一日兩壯漢猝死 中年健康響警號



■梁慶祥送院時已無呼吸脈搏。小圖為梁慶祥網上圖片。



■近期積極備戰參加渣打馬拉松的梁治中，昨清晨在太古城綠楊閣寓所昏迷，送院不治。

渣打馬拉松 曾有跑手哮喘亡



■渣打馬拉松跑手體力不支送院。資料圖片

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 渣打香港國際馬拉松，簡稱香港馬拉松或香港國際馬拉松，是香港最大的馬拉松賽事，由1997年首屆舉行至今，均由渣打銀行主力贊助，故又被冠名渣打馬拉松，更被譽為「香港品牌活動」，至今已成為一項國際知名體壇盛事，每年參賽人數均刷新紀錄，吸引數以

萬人參賽，當中不乏國際知名好手。而今年的渣打馬拉松將於本月20日舉行，口號是「從心出發，跑出信念」。不少參加者目前均在積極備戰。

渣打馬拉松除有馬拉松(42.195公里)賽事外，還設有半馬拉松(21.0975公里)及10公里賽事。在1997年舉行的首屆渣打馬拉松，於香港至深圳間一段跨境賽道舉行，象徵着香港回歸祖國的歷史性時刻。賽事以上水為起點，途經皇崗，以深圳為終點，當日吸引逾千跑手參加。

不過，在過往的渣打馬拉松賽事期間，也曾有不少意外發生，其中最嚴重的要數06年的一屆，當日香港出現煙霞，空氣混濁，有跑手因而哮喘發作不治。



■梁慶祥在步往碼頭途中猝死。



■在太古城家中猝死男子梁治中的家人在醫院聞悉噩耗，一臉哀傷。

清晨6至8時 隱性心病高危機

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 心臟專科醫生黃品立指出，愛做運動的人只會減低3成患心臟病風險，故每年驗身不容忽視。而壯年人士在夢中猝死，常見原因可能是隱性心臟病發，而清晨6至8時人體血壓正處高峰，不少患有心血管疾人士會在此時段病發猝死。

近年興起馬拉松熱，亦有心臟專科醫生提醒準備參加馬拉松長跑的市民，若平日疏於練習或少做運動，切勿以衝刺式跑步進行比賽，若屬心臟病患者或長者，心臟機能較弱，更不宜作爆炸性衝刺，以免令心臟不勝負荷而出現危險；若在練習或比賽時感到胸痛、氣促或暈厥，便要立即停下，讓身體達致靜止狀態。做運動前切記先熱身，然後才逐步提高運動量。雖然大部分猝死個案均為本身有心臟問題，但外來因素如空氣污染等，亦會提高發病機會，市民若平日感到胸痛或嚴重氣促，運動前便應先徵詢醫生意見。

趨年輕化 40至50歲男性「重災」

醫生又表示，寒冷天氣會令人體血管收縮、血壓上升和心跳加速，在血凝固物質較多時，就會出現中風或心臟病，一旦病發就十分危險。而患心臟病以男性居多，以往患者以50多歲中年男性為主，但近十多年已明顯年輕化，40至50歲男性是「重災區」，更有年輕至20多歲就患上心臟病，原因與飲食及抽煙等因素有關，工作壓力大亦容易患上心臟病。醫生建議男性在45歲，女性在55歲時應作全身檢查，在有需要時進行「電腦掃描心臟血管造影」，可測出心血管有否閉塞，減低病發風險。

銀行女櫃員 瞪眼嚇退劫匪

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 葵涌郵昨午發生銀行劫案，一名戴口罩獨行賊闖入該郵商場一間銀行，向當值女職員遞錢行劫，聲稱有槍，索取5萬元現金，大膽女櫃員保持冷靜，與劫匪凝視達一分鐘，劫匪恐防事敗奪門逃走，顧客中一名休班機場特警尾隨窮追，但被劫匪逃脫，銀行得保不失，亦無人受傷。

凝視一分鐘 賊奪門逃走

現場為葵涌郵商場一樓一間銀行，事發昨午3時許，一名年約40歲，戴黑色棒球帽及口罩，穿黑外套男子進入該銀行後，在2號櫃位前排隊輪候等待服務，當他走到櫃位前，隨即向45歲姓張女櫃員遞上字條，內容寫上：「打劫，我有槍，交出5萬元！」該名女櫃員手持字條細看後，雙眼凝視賊人，並沒有作出任何反應，雙方對望一分鐘，賊人恐防事敗久留，立刻奪門逃走。在人龍中緊隨賊人有一名休班機場特警，發現女櫃員眼神有可疑，懷疑女櫃員受人威脅不敢張聲，又見排前面的男子匆忙離開，知道發生劫案後馬上緊隨賊人追出，雙方一度在商場通道追逐，賊人沿途棄下帽子和口罩等物品，終經走火通道逃去無蹤，大隊警員趕至兜截但無發現。



■劫匪於銀行2號櫃位遞錢行劫。



■葵涌郵劫銀行疑人在梯間遭下黑色棒球帽。

獨行賊街頭截劫 少女被搶iPhone4

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 潮機iPhone4有價有市，成為近期街頭搶劫目標，昨日再有少女途經觀塘瑞寧街時，被獨行賊攔途搶劫，掠去其手中iPhone4手機，少女不甘損失一度反抗，結果手指受傷，需送院敷藥。

女手持的iPhone4搶去，更將她手指弄傷，林女不甘損失一度窮追，但賊人即逃往後巷失去影蹤。警員接報到場在附近兜截無發現，安排救護車將林女送院。

遇劫女事主姓林(23歲)，由於賊人只覬覦其市值約6千元的iPhone4手機，其身上其他財物無損。昨晨8時21分，懷疑林女所攜iPhone4手機露眼，遭人暗中跟蹤，當她途經瑞寧街93號對開時，一名年約30餘歲男子趁附近無人，突發難攔途截劫，一手將林

潮機有價有市 今年第6宗

iPhone4手機推出後即成本地潮機，因二手市場亦有價有市，故成為近期街頭搶劫熱門目標，今年僅2個月已發生至少6宗搶劫事件，最近1宗剛發生於4天前。另外，外國同類搶手機劫案亦情況嚴重，英國倫敦去年街頭手機劫案亦暴增兩成。

日本料理店遭竊 夾萬被抬走

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 旺角大角咀道199號一間新開張不足1個月的日本料理食肆，昨午發現遭歹徒爆竊，連夾萬亦被抬走，損失一連數日春節假期營業額數萬元。

警方通緝兩疑匪

昨午12時許，一名30歲姓黃男員工上班，發覺側門被撬開，入內見一片凌亂，一個小夾萬亦不翼而飛，懷疑遭賊竊，馬上向41歲姓黎女負責人報告，由她致電報警。警員到場調查，證實失去一個約1呎乘1呎半的夾萬，負責人事後證實內存數萬元新春營業額，警方初步調查相信賊人撬毀該店側門潛入犯案，並通緝兩名疑匪歸案。

另一名43歲姓李男子，昨晨11時半從外返回旺角花墟道44號其樓上舖時發覺被爆竊，室內一片凌亂，馬上報警。警員到場調查，相信匪徒撬窗進入單位爆竊，經點算後損失6千元現金、一部電腦及一部電子產品，警方根據該公司的閉路電視錄影，追緝一名年約20至30歲男子。

箍煲吃閉門羹 抑鬱青年跳樓亡

香港文匯報訊(記者 杜法祖) 分手短訊成催命符！一名青年昨清晨疑接獲女友提出分手的短訊，前往青衣長安邨女友家中箍煲不遂，之後被發現從大廈高處墮樓，期間雖被地下一棵大樹樹枝勾住腰間皮帶，惜皮帶被扯斷未能救回一命，送院搶救不治。警方調查後相信事件沒可疑，正調查事主輕生原因。

感情進展良好，惟許近期疑因生活及工作壓力致患上抑鬱症，不排除有人得知他患病而提出分手。

手機內發現多則分手短訊

現場為青衣長安邨安柏樓，昨晨8時許，一名身穿恤衫、西褲打扮斯文青年，疑被簽署名「玲玲」女友發出多則提出分手短訊，馬上到上址女友家希望「箍煲」，惜吃閉門羹。疑有人抵受不住情海翻波打擊下萌生死念，隨即登

上大廈35樓跨欄墮下跳樓輕生。許墮樓途中跌落地下一棵大樹，腰間皮帶一度被樹枝勾住，惜因衝力強大連皮帶亦被扯斷，人則繼續墮地重傷昏迷，一名姓孫女保安員發現馬上報警。救護員接報到場將傷者送院，惜抵院證實不治。警員事後根據死者身上證件與家人取得聯絡，許雙親前往醫院認屍時，母親聞悉噩耗痛哭呼天搶地。警方在現場未有檢獲遺書，但在其手提電話內發現多則分手短訊。

大浪西灣挖土 規劃署發警告信

香港文匯報訊(記者 羅敬文) 港府去年中宣布凍結西貢大浪西灣區內的發展，但本月1日發現有人未經批准，在近池塘邊部分土地曾進行挖土工程，規劃署隨即在現場豎立警告牌及發出警告信，警告有關人士違例發

展可遭檢控。規劃署發言人表示，在搜集有關證據後，已於昨日向有關人士發出強制執行通知書，規定有關人士於指定日期前中止有關違例發展。