



我市暑期档火热 总票房突破 1500 万元

市民最爱看《消失的她》

暑期档大片不断。

今年电影暑期档佳片频出,《消失的她》《八角笼中》《长安三万里》《封神第一部》等国产电影话题不断,票房、口碑双赢。面对热闹的暑期档,我市31家影院迎来观影高峰期,目前总票房突破1500万元。

■记者 杨天娇 实习生 张若暄 杨晓妮

暑期档影院生意火 有人一天连看3场

从6月1日至8月31日,被视作电影市场的暑期档,这一档期跨度时间长,是各大片方的“必争之地”。今年暑期档共有百余部影片扎堆上映,这意味着在90多天的暑期档里,观众几乎每天都有“新选择”。影片题材丰富,适合各个年龄段的观众。

7月25日,记者来到十堰万达影城,已有二三十位观众在大厅等候,准备观看下午3点20分场次的电影《长安三万里》。“从《消失的她》开始,我几乎把最近上映的影片都看了一遍。”市民小王告诉记者,她每次根据网友的影评和评分来挑选影片,“目前看了5部影片,感觉都不错。”

“与去年暑期档相比,今年暑期档不仅影片数量多了,而且

质量高了,好看的影片很多。”另一名准备观影的市民小李说。

当晚,记者来到武商十堰国际电影城,尽管是周二的晚上,还是有不少市民前来观影。“昨天,我和朋友连买3场电影一气看完,过足了电影瘾,今天再来看《封神第一部》。”刚刚拿到大学录取通知书的学生小刘说,看电影是她最爱的休闲方式。

“进入暑期档后,观影人数明显增加,甚至比前两年都多,7月23日一天就接待了两三千人次。”武商十堰国际电影城影院工作人员介绍道。

全市单日票房近70万元 《消失的她》居榜首

据猫眼专业版统计,今年暑期档全国电影票房突破100亿,从6月1日起至7月25日,我市电影票房突破1500万元。其中,7月1日单日票房达68.44万

元,成为暑期档十堰影院最红火的日子。

武商十堰国际电影城工作人员介绍,今年暑期档,十堰电影市场是从端午节上映《消失的她》开始热起来。凭借对社会热点和大众情绪的准确拿捏,该片迅速走红,豆瓣评分9.4,截至7月25日以558.2万元的票房暂居十堰暑期档第一名。记者获悉,该片在十堰的平均票价为38.7元/张,相较于其他影片来说,价格居中。

紧随其后的是电影《八角笼中》,豆瓣评分9.5,平均票价为38.2元/张,上映20天票房达298.2万元;位居第三的是电影《长安三万里》,豆瓣评分9.4,平均票价为38.2元/张,上映18天票房达198万元。

7月的电影市场“打得火热”,8月的影片蓄势待发,有哪些大片值得一看呢?记者整理了部分电影资料供影迷参考。

□ 八月影片推荐

《巨齿鲨2:深渊》

上映日期:8月4日

主演:吴京、杰森·斯坦森

《巨齿鲨2:深渊》升级回归,两大硬汉强强联手,对决“深海巨兽”,掀起一场震撼的夏日深海冒险。

《孤注一掷》

上映日期:8月11日

主演:张艺兴、金晨、王传君

电影取材于上万起真实诈骗案例,境外网络诈骗全产业链骇人内幕将在大银幕上进行展示。

《暗杀风暴》

上映日期:8月18日

主演:古天乐、张智霖、吴镇宇

影片讲述在一桩连环杀人案中,每个收到“死亡通知单”的人都被残忍杀害。爆炸案目击者和专案组探员联手调查,揭露惊人秘密。

《最后的真相》

上映日期:8月18日

主演:黄晓明、闫妮

电影讲述落魄律师丁义峰接到一桩看似证据确凿的“铁案”,他决心以“无罪辩护”东山再起,然而嫌疑人金喜妹一心求死。通过丁义峰的调查、辩护一步步展开案情,带领观众探究真相。

🔍 高温下的健康防护指南系列报道③

天越热脾气越大? 当心情绪中暑

■记者 秦洪涛 特约记者 王慧
实习生 李兰心

天气炎热,你是否感觉情绪有时难以控制,就像是火药桶一点就着呢?遇到小事容易发生争执,难以平静呢?当心,这很可能是情绪中暑。

总爱发火原是情绪中暑作祟

最近,一向性格温和的小张有了烦心事。天气越热,他就越感觉心烦焦躁、心神不宁,还时常因为一些小事与家人或同事发生争吵,对什么事情都提不起兴趣。渐渐地小张出现食欲不振、失眠梦多、心慌胸闷、呼吸不畅、头晕等不适的症状。

这种情况维持了一个星期,小张意识到了自己的问题,就到太和医院

心理卫生中心进行咨询。

太和医院心理卫生中心主任艾春启进行一番专业检查,再结合多年的临床经验,确诊小张为情绪中暑。

什么是情绪中暑?

艾春启介绍,近日持续高温天气,尤其是入伏之后,像小张这样得了情绪中暑的患者并不少见。

何谓情绪中暑?艾春启说,它又称夏季情感障碍,是指在夏季莫名出现情绪和行为的异常。这是因为人体的体温调节中枢和情绪调节中枢是同一个“脆弱”的器官——下丘脑。高温闷热的天气引起身体热应激反应后,下丘脑会努力工作调节体温和情绪。一旦超过调节能力的极限,下丘脑就会“罢工”,人的情绪就可能失控,出现情绪中暑的症状。

情绪中暑主要有四种表现:情绪烦躁,表现为烦躁不安、暴躁易怒、情绪不稳,无法静心思考问题。

心境低落,表现为做事兴趣、动力下降,对周围人缺乏热情。

行为异常,表现为容易因为一些小事与人发生争执,重复一些刻板行为活动。

躯体不适,比如伴有头晕头痛、胸闷气短、心跳加速、食欲不振,以及入睡困难、睡不踏实等症状。

四招帮你调整情绪

艾春启表示,可以从四个方面调整情绪。

做好情绪调整。遇到负面情绪时,首先要“冷处理”,适当静一静,尽量避免陷入容易狂躁的情境。合理安排工作强度,避免工作压力过

大。学会情绪转移,感到心烦意乱时,可以听一段空灵的轻音乐,也可以尝试静坐、正念、冥想,正所谓“心静自然凉”。

保证良好的睡眠。避免熬夜通宵,早睡早起,适度午休,保持良好充足的睡眠。

坚持适度运动。夏天炎热,长期闷在空调房,容易让人情绪抑郁。在清晨或傍晚温度不太高的时候,可以进行适当运动,例如选择散步、慢跑、游泳等,注意及时补充水分。

合理调整饮食。夏日进食,多吃清淡开胃食品,及时补充水分和维生素。日常膳食应尽量减少进食油腻食品,多进食新鲜蔬菜、水果、绿茶等。

艾春启提醒,如果感觉自己情绪中暑的时间较长,或是对工作、生活造成严重影响,需及时寻求医疗机构专业医生的帮助。