

友谊的敌人

- 一、过度表现，言谈不慎，使朋友的自尊心受到挫折。
- 二、彼此不分，违背契约，使朋友对你产生防范心理。
- 三、过于散漫，不拘小节，使朋友对你轻蔑、反感。
- 四、随便反悔，不守约定，使朋友感到对你不可信赖。
- 五、乘人不便，强行所求，使朋友认为你太无理、霸道。
- 六、不识时务，反应迟缓，使朋友对你感到厌烦。
- 七、用语尖刻，乱寻开心，使朋友突然感到你可恶可恨。
- 八、过于算计，斤斤计较，使朋友认为你是吝啬之人。
- 九、举止多变，大肆渲染，使朋友感到你是轻佻之人。
- 十、一意孤行，不听人言，使朋友感到你是无多事之人。

(丁天福 摘编)

电冰箱除臭

众所周知，电冰箱只能冷藏，却不能保鲜，所以使用时间长了由于食物碎丝断片的掉入和食物残留液体的侵蚀，再加上霉菌的繁殖滋生，难免会产生一种臭味、令人不快。清除的方法是：

- 一、断开电源，拔下插头，将温控器旋钮放在零位，并取出食物、物架、隔子和抽屉，然后打开箱门，用常温溶化冰箱。
- 二、用绒布或毛巾擦干箱体内部、冰盘、隔架、抽屉和排水盘。
- 三、用中性洗涤剂加水配成稀溶液（用洗衣粉即可，绝不能用酒精、汽油之类的有机溶剂），用毛巾蘸少许（不许滴流）将箱内壁和冰盘等一一擦净，如果遇到难以擦掉的污点时，可配制少量小苏打溶液擦拭，擦净后再用毛巾蘸清水擦一遍，使其恢复原来本色。
- 四、擦净冰箱外表面灰尘、脏物，特别要除去冷凝器和压缩机上的污物，待全部除净后打开箱门凉晾一小时左右再用。
- 五、再次使用前，可给箱内放包冰箱除臭剂或用纱布包上少量活性炭（木炭）放入，用以减少异味的污染。冰箱的清洁除臭一般应半年进行一次为宜。（赵志）

残损人民币的兑换

最近有一些群众询问如何兑换残损人民币。按照中国人民银行的

规定：只要不是故意破坏人民币都可兑换。具体规定如下：

- 一、不论是哪种票面的人民币，凡是残缺部分不超过原票面面积五分之一，剩余部分图案、字迹清楚或能按原样连接，可以全额兑换。
- 二、凡票面受水或油浸泡、烤焦，但能辨认真假，不残缺或残缺部分不超过五分之一，可以全额兑换。
- 三、凡票面残缺部分为五分之一至二分之一，剩余部分的图案、字迹清楚，或能照原样连接，可按原票面全额的一半兑换。
- 四、凡票面残缺部分超过二分之一以上，票面污损，水、油浸泡，烤焦不能辨认真假；故意挖补、涂改剪贴、拼凑的，一律不予兑换。（郭泰）

室内盆花净化空气

苏联基辅乌克兰科学院中央植物园工作人员研究了家庭植物的抗菌作用，指出：室内盆景不仅给人以舒适和美的感

受，而且有净化室内空气、消除微生物等灭菌功用。

据研究资料证明，一切高等植物，其中也包括室内盆栽植物，都能放出一种植物杀菌素的活性生物物质，这种活性物质可抑制细菌繁殖。

实验还表明：万年青、盆栽葡萄、玫瑰等都具有明显的杀菌效能。室内放上几盆植物，三周后即可显示出杀菌作用，室内空气显著清新、细菌也大为减少。

专家们认为，采用遗传工程的方法可培养出排放大量植物杀菌素的室内植物新品种。（芳译）

关节炎患者宜少吃海味

关节炎是一种慢性疾病，尤其是秋冬两季更为严重。据最近科学研究证明，关节炎患者吃海产品不好。如海参、海鱼、海带、海菜中含有一定量的尿酸。被身体吸收以后，能在关节中形成尿酸盐结晶，使关节炎的症状加重，所以关节炎病人要少吃海产品或不吃海产品。（长学）

孕妇勿用电毯

电热毯通电后会产生电磁场，影响胎儿的细胞分裂，婴儿出生后，骨骼会发生缺陷，产生畸形。

高压锅圈的复活

高压锅垫圈用久之后，垫圈渠槽易收缩和变硬，致使使用时缝隙漏气。这时，可用直径0.2厘米左右的细线绳围绕垫圈槽放置一圈。这样做，一个垫圈可提高其使用时间三倍之多。简便易做，请君一试。（曲传旺）



良友：

我今年才三十八岁，因患颈椎骨质增生，头一直向左歪，颈椎处疼痛酸麻，十分难受。我四处求医问药，经过治疗，效果仍不佳，使我非常痛苦。请问此病是如何引起？有何好的治疗方法？急切盼复。 宫成九

宫成九同志：

来信收到，阅后深受，而且有净化室内空气、消除微生物等灭菌功用。

关于骨增生治疗的问答

表同情。骨质增生病，中医称之为骨痹，是痹症之一，起因很多。按中医的痹者不通的意思来讲：痹症体表气血经络受阻，有酸麻疼痛感，是以寒、风、湿气杂至所成。当人体虚弱时，风、湿、寒邪气侵入肌体，“邪入脏腑入肾者为骨痹”，即骨质增生。另外，也是因不注意休息，或活动不当，使某一部位一直处于疲劳状况或其它原因所引起的。

据我们所知：陕西省工人疗养院治疗此病有独到之处。该院位于

临潼华清池西侧。从1979年就开始采用酒醋疗法治骨质增生病。从中医角度讲，醋具有消坚破结之效；酒是热性，易挥发，可使血液加速循环，使药离子能快速渗入患处，防腐杀菌，活血祛风，以达治疗目的。如今，省工疗经过多年的总结和探索，他们又按中医辩证施治的方法，把痹症分为湿痹、寒痹、风痹、骨痹四类。每类又按九味中药配方，配一定剂量的白酒和陈醋做引子，用红外线灯照射。另外，该院有矿泉水洗

浴结合医疗体育康复治疗，效果还是较理想的。我们可从一组数字看出该院治疗此病的效果。1983年，该院治疗了三百名患者，与1982年治疗的各类数据相比，痊愈率提高了6.6%，显效率提高了3.65%，无效率降为零。今年头九个月，治疗了326例，有效率达99.4%。所治疗的时间长短，可根据病情而定，一个疗程为十五天。有的患者来前，常年卧床不起，经过几个疗程的治疗，现在已能行走了；也有一杯水都端不起来的患者，经过治疗已恢复到健康人的水平。你不妨前去一试。只要抓紧时间治疗，是可以早日康复的。（晓梅 建生 木卯）

飘逸洒脱说围巾

李媛瑗

秋冬之际，人的衣服穿得多了，显得臃肿而不灵活，这时，若是要显出飘逸与洒脱的风度来，围巾的作用是不可忽视的。

就衣着潮流的角度来，围巾以采取中庸之道为宜，既不是过时的古老，也不要超越时代的界限。任何年龄的人，都可以用围巾作为服装的装饰物。一条淡雅的围巾配一

身深色的衣裤，可以使你增加许多魅力。

其实围巾的配戴是不受季节的限制的。在寒冷的冬天，除修饰之外，还可以作保暖之用，而在明媚的春天或晴朗的秋天，配戴围巾，则使人有一种飘逸的感觉。当然，根据气温的不同，可以在质料的厚、薄上作以区别。

围巾的结法，更随君意，如果你着裙装，以领带式围巾配上西服上装，会使你显得尊贵而高雅；如果你着中式便装，便不妨用一条稍长的围巾前后搭挂，你就变得文静而有修养；要是把围巾用一只别针首尾都别在胸前，你会显得潇洒大方；但在寒风骤起的严冬，你又不妨将围巾盘缠在脖子上，那么，你便使人觉得是一个极易相处的伴侣了。

画眉的真假雄雌鸟龄

画眉鸟其腹部呈灰白，鸟身为棕黄色，背部和前胸均有黑色花纹，尤其在眼睛间有一道白毛，看去恰似用白色油彩在棕黄底色上画了一道长眉。画眉鸟的体型和毛色虽与画眉相似，但眉眼角无这一白毛，画眉的喙和脚是黄色，而画眉则是呈黑色。

画眉单养听鸟鸣一般要选雄鸟。雄雌画眉之别可以从羽毛上看。背部及前胸的黑色花纹清晰者为雄，模糊者为雌。鸣音复杂多变，音调激昂悠扬，富有音韵，个体较大，头大方形的为雄鸟，鸣音单调、难听，个体小，头圆而小的为雌鸟。鉴别雄雌画眉的最大特点还在于雄鸟嘴角的须毛是向上翘起的，雌鸟嘴角须毛是向下弯的。

画眉按不同年龄分为“窝雏”、“软毛”、“齐毛”、“老毛”四个阶段。刚孵化出来的幼鸟叫“窝雏”，羽毛长齐后叫“软毛”，第二年换羽毛叫“齐毛”，两岁以后的成鸟叫“老毛”。前三种均属幼鸟，性情温和，容易饲养，初养者一般宜选幼鸟饲养。

关中酿皮子

关中特小吃酿皮子，薄、软、筋、韧，凉爽可口，经济实惠，为我省城乡人民喜爱的家常食品。

制法：一斤面粉用三斤水，分三次调入，先和成稠糊，再陆续加水调成稀糊，续水时加入少许细盐。碱，和成的面浆用手勺挑起能拉成筷子粗细的条为合适。经过消毒的白纱布铺在笼上，把和好的面浆倒在上面，摊平约二分厚面上笼用大火蒸至气圆，约六、七分钟即熟。将面皮扣在案上，每张皮上抹一层熟菜油，叠堆一起，晾凉后用刀切成细条。

食用时，将绿豆芽开水烧过（或生黄瓜丝）。放在碗底，面皮放在上



面，按下列顺序加盐、醋、辣子油、芝麻酱等调料即成。

入冬之前，应该剪去交叉枝、重叠枝、徒长枝、病虫枝，从而以利通风透光，集中养分。同时要疏剪一部分正常枝条，保持株型的美观。主干比较高的下部枝条不要轻易剪掉，对已经枯死、纤弱的枝条可以适当的剪短，害枝和伤枝则要及早清除，并应注意剪口的愈合。入秋后不再培养新枝，对发芽

(苏冈)



画象

董川夫

新结交了一位美术界的朋友，善画像。一日小聚，兴浓，提出以我为模，我亦欣然。他掏出写生小本及那支尖儿弯成钩状的钢笔，却问：“要丑的还是要漂亮的？”我大惑。就这副嘴脸，明摆着的，谈不上“要”什么吗？“要丑的。”略加思索我答，自以为给他出了道难题。我知道自己的形像相当说得过去，反馈也

一直如此。虽说年过不惑，天庭浮云、地脚荒芜，但远远说不上“丑”上去。我正襟危坐，以模特状，只听他那边一阵“沙沙”作响，等他本儿伸来，我才大吃一惊。画出的是一副奇丑无比的面孔，一细看，是我，我的眼睛，我的鼻子，我的嘴巴……组成一个不容置疑的我。“开个玩笑，还是画张漂亮的吧。”他说。我木木然好久没有反应，如此丑陋的家伙却又真是千真万确的我，真有点“妈妈

他又画好了。这次画出的却是一个气宇轩昂的颇有大丈夫气概的形像。一看，也是我，我的眼睛、我的鼻子、我的嘴……也组成一个不容置疑的我。简直碰见鬼了！我想，他能把我同一个我弄得那样丑陋又那样漂亮，而又画得让人不容置疑地认出那是我。多亏年龄大了，原不在乎容貌，更用不着登什么启事。倘若正值那种年龄，这样的画家不是可以把我弄得很难看又让人相信“那完全是事实”么？我突然领悟到了很多很多的道理。

越冬前的花卉修剪



进入秋季以后，气温渐渐由暖转凉，如果这时我们对花卉进行修剪，是保证花卉安全越冬的一项重要措施。一般的说，花卉的品种不同，修剪的要求也各不一样。对五色梅来讲，修剪的要求也不一样。对老枝重剪就可了，而藤本花木则应从基部进行修剪，保留其新枝和侧枝，月季等花木在入室以前，不管是地栽和盆栽的都要进行修剪，要求剪掉过密过细、交叉的枯枝，只要在冬季适当打顶，就能在立春促使开花，盆栽的金桔，如果花后不结果者，应该进行修剪、疏果，控制养分的消耗。