

夏 车

欲清水从不愿感谢清水一
 样。对于父亲从未多想
 咱家的孩子真笨 王德仁
 过什么。直到今天，才
 想起了他，理解了他。
 如今，年青人喜欢



● 张永生

观。当他一边哭一边观察大人的反应时，可以让他看出你对此种撒野行为的厌恶神色，然后冷静地暂时离开，若无其事地干自己的工作，也给他一个思考悔悟的机会。当孩子感到以眼泪要挟失败时，便不再哭泣了。此时，你对孩子的态度要亲切，使他「光荣下台」。

(武智中)

家庭失睦损健康

家庭失睦气氛紧张，就必然对人产生刺激，于是大脑皮层的一个区域便随之紧张起

◎ 成秋生

酒与乳房癌

今年5月，美国两个癌症研究小组以有力的证据报告，女子乳房癌与喝酒的关系极大。

在美国妇女中，死于乳房癌的人数仅次于肺癌的死亡数，今年将达到4.1万人。研究者说，女子即使每星期只适度地喝3次酒，仍有患乳房癌的危险。

为了使研究成果具有说服力，这两个研究小组分别对年龄在25岁至74岁之间的10000名妇女和年龄在31至59岁之间的90000名妇女进行跟踪检查，结果发现：如果每星期喝酒3次，那么患乳房癌的危险就增加了150%。

● 张翟 西滨

由此可见：“责人之心责己、恕己之心恕人”。中国也有句老话：“忍一句、息一怒，饶一着，退一步。当然，忍是有限度的。在不出道德、原则的前提下，得忍且忍，得耐且耐。衷心地希望人们，特别是年轻的朋友，在处理家庭纠纷时，最好学学张公法。

第三，如果小客人与自己的孩子之间发生了争吵，家长应该认真地查明情况，首先对自己的孩子进行恰如其分的批评，同时辅以教育小客人，引导他们做团结友爱、懂礼貌、讲文明的好孩子，千万不能一见自己的孩子受了委屈，就讨厌、奚落小客人，甚至凶神一般地下“逐客令”，使小客人望而生畏，手足无措。



现代青年家庭概括起来有

三大特点。一个是家庭规模缩小，结构简单，由过去的三代人组成的家庭简化为由两代人（夫妇俩人带独子）和一代人（子女尚未出生或已独立生活）的家庭。现在的青年夫妇一般都想和父母分居。

第二个特点是家庭内部关系发生了根本的变化，在现在

备现代化和提高个人的消费水平。
(卢春平)

老年人起居四戒

起居作息有常，遵循生活规律，是强身健体的关键。老年人在起居上应有“四戒”：

一戒久视。人到老年眼目本已昏花，过于用目，则会伤血耗气、头晕目眩。因而看书读报、看电影、电视以持续一

一、八小时左右即足。
三戒久坐，四戒久立。如果人一直坐着不动，或者只是站着不走，都会影响气血的运行，可使部分组织和细胞的营养失调，特别是年老之人，气血运行已减弱，全靠动静结合来调节平衡，维护健康，所以更应坐坐、站站、走走。

（陈兵）

罵，也不要避開不管，可以漫不經心地靜觀。當他一邊哭一邊觀察大人的反應時，可以让他看出你對這種撒野行為的厌恶神色，然後冷靜地暫時離開，若無其事地去做自己的工作，也給他一個思考悔悟的機會。當孩子感到以眼淚要挾失敗時，便不再哭泣了。此時，你對孩子的態度要親切，使他「光榮下台」。

（武智中）

家庭失睦損健康

家庭失睦损健康

家庭失睦气氛紧张，就必然对人产生刺激，于是大脑皮层的一个区域便随之紧张起来。紧张的气氛一天不能解除，大脑皮层便一天不得缓解。如此继续下去，无须多久，便对身体造成严重损害了。首先是，由于大脑皮层紧张，思维处于绝对兴奋，因此睡眠（肯定）失常，甚至彻底失眠，使疲劳得不到消除，消耗也就随之增加。然而由于失眠，导致食欲不振，摄入的营养便减少了。久而久之之必然会引起严重疾病。如心脏病、胃病、肠病等等。

一百三十二岁女寿星

山西省翼城县北埝乡垣头村发现一位一百三十二岁的女寿星。老人生于咸丰五年（一八五五年）五月初五，属兔，名叫梁秀兰。她耳不聩，眼不花，记忆力尚好。更引人注目的是老人面部皮肤红润，头上开始生出黑发，牙齿早已脱落的牙龈上去年重新长出了一颗新齿。一百多年来，老人一直居住在山区的砖圈的窑洞中，食欲甚佳。现在每天能吃半公斤粮，很少生病。她喜爱吃一些树叶和野菜。

（李月香荐）