

在患处即可。牙膏治脚气，其机制尚不得知，但效果令人信服。有脚气的患者不妨试试。

奋 进

热水瓶不宜装啤酒

本版編輯 周矢

俯卧、脸部贴床，这是肝脏衰弱的象征。蜷曲全身，俗称睡觉象虾，这是肾脏不健康的标志。身体侧向左边而睡，但头脸扭向正面而睡，表示胃肠功能较弱。仰卧，但双手向头顶上方伸直，张口呼吸，这是肺部较弱的象征。仰卧，双手贴身，一脚曲起的人，这是耐力不足的表现。

夏天改善食欲，要从多方面努力，在紧张的工作、学习后，不可匆匆进餐，要稍事休息后再就餐。吃饭前可喝小量菜汤或茶水，以湿润口腔，促进各种消化液的分泌但不可暴饮，不然会冲淡胃液，引起腹胀而适得其反，影响食欲和消化；合理安排调配主副食品，可根据生活习惯，增加稀粥、面条、汤饭等软食，菜肴的品种要多样化，烹调得法，注意菜肴的色、香、味，避免油腻食物，并根据爱好，加些酸、辣佐料，可增进食欲；同时注意劳逸结合，保证充足的睡眠，选择光线明亮、空气清新、清洁卫生的进餐环境，将广播放一些优美动听的音乐或歌曲，都将会有效地增进食欲。

（陈佑坤）

▲使用须知：合理调节电冰箱内温度。温度调得越低，耗电量超大；否则，耗电量就小。使用时可适当调到较高的范围。如双门电冰箱冷冻室温在 -18°C 就足够了，若用 -18°C 代替 -22°C ，可节电25%左右。

尽量减少开门次数。开门次数越多，时间越长，耗电量就越大。这是因为箱外热空气进入冰箱内会使其内温上升增加冰箱的负载。

电冰箱尽量放在凉爽通风处。因为环境温度越高，传入冰箱的热量就越多，散热就越慢，耗电量就越大。

忌将食物堆放过满。电冰箱内存放的食物之间要留有间隙，这样有利于冷气对流，耗电量小。

忌存放热食品。加入热食品，可使电冰箱内温度增高，既增加耗电量，又妨碍其它食品保鲜。

一机多用：鞋油放入电冰箱内，可防止变干变硬。

受潮而软化的肥皂，放在电冰箱可恢复坚硬。
照相用的胶卷，放在电冰箱中可用期

时，对于食品包装也不能忽视。有些食物虽可贮藏一段，时间不变坏，但往往会发生脱水现象，甚至氧化、变味、变色，以至不能食用。

唐考甲

死，余见无可者，乃以御史大夫

当丞相，老婆关只怕也是很不容易过的。

(申屠)嘉为相。

这个汉文帝，也真有点特别，历史上的皇帝们，没有不重用皇亲国戚们的，他却压着“贤有行”的小舅子不肯重用。当然，他的思想斗争很厉害，“念久之”，即斗争了好长一段时期，可见是反复盘算利害得失的。

他的那个老婆窦皇后，在汉景帝上台后，成为窦太后，是个相当会胡闹的厉害角色。据《史记·儒林列传》说，窦太后好黄老之学，找儒生辕固生讨论老子的《道德经》，辕固生因为是儒家学派，观念比较强，自然对老子的书没有好话。窦太后一发火，就下令教辕固生到猪圈里刺猪，幸好汉景帝还比较通情达理，借了利器给辕固生，总算杀了猪过了关。汉文帝有这样一个人不讲理的皇后，不用小舅子当

不过，申屠嘉当宰相，确实像个宰相样子。汉文帝有个宠臣，叫邓通，史书上说他是个男宠，相当于今天国外的同性恋。汉文帝上朝，邓通就在皇帝旁边，大约难免有些故作女人腔，对大臣很不礼貌。申屠嘉不但当场对汉文帝提了意见，而且事后立即召邓通到丞相府，扬言要斩他的首，邓通叩头出血，直到汉文帝专门派使者来时才放了邓通。所以司马迁评论申屠嘉时，说他“刚毅有节”，汉文帝能容得了这样的人长期当丞相，可见不提拔小舅子，倒也不是一时心血来潮。

人们谈到历史时，常常说汉代的文景之治。不拔小舅子看来其事不大，但可以想像，文景之治确是来之不易的。

中国有句俗话：“山不转路转”，细细品来，颇有哲理。

记得我刚从护校毕业分配到口腔医院工作时，心中甭说该有多高兴啊，我整天无忧无虑，自信得对工作、生活都有一种冷漠和孤傲。有一次，我在门诊上班，门刚打开，病人一窝蜂往前挤，都想争着看头一个。我

费了好大一阵口舌，总算把秩序安定下来。这时，一位蓄着小胡子长头发的青年人，手捧着半个红肿的脸腮，哼哼叽叽地叫喊牙痛，我一见他这模样就有点心烦，牙痛不是病嘛，我让他到后面排队看病；但没过几分钟，他又挤到前面要求先看，我说：“就你特殊！要照顾，等你当上首长后再来吧。”几句活气得这小子脸色铁青地和我吵了起来，要不是大伙劝阻，我跟他没个完哩。小伙子病没看成，

会超过原定的失效期限。

新蜡烛在电冰箱内存放24小时后，点燃时则不会滴蜡油。

染发品在高温时会失去部分效能，如放在电冰箱内可长期保持原有功能。

干电池不用时放在电冰箱内，可延长使用寿命。

香烟存放于电冰箱内，可保持长期不变味。

▲保存期限:

在保持0℃的冰格部分存放食品：牛肉90天，香肠60，天鱼90—100天，鸡肉30天，桃梨360天。

在保持14℃的冷藏室里：奶5天，生肉1—2天，西红柿1—2天，生蛋30天左右，熟蛋7天，香肠2—3天，鸡肉2—3天，午餐肉4—6天，苹果7—21天，桃梨1—2天，瓜类7天。（程国生）

吴一福

却落得一肚子气，他拿起病历愤愤然走了。

半年之后，我在病房值班，晚上十一点多钟突然家里来了电话，说妈妈病了，让我赶快回家看看。十二点交完班后，我蹬上自行车匆匆忙忙就往家里赶。在昏暗的街灯下，我低着头狠劲地蹬着车踏板，拐进了一个胡同，突听“嗤”地一声，车后轮一下瘪气了。真倒霉，偏偏在这夜深人静的偏僻小巷里把车胎扎坏了。我焦急得直冒冷汗，只差点未哭出声来。就在这时，忽然听到身后有一阵清脆的车铃声，心中油然而喜，指望着在这困难时刻有位好心人帮我一一把。但转念又担心遇上坏人。我一个女孩子怎么办？忐忑之际，来人已到了我的身边。“同志，有车不骑，推着舒服？”听得出话音带着一种讥刺，我抬头一

下期回答你

且整天叫
帮助打掃，
我何時為？

看，我的心立即收缩了一下；正是他，半年前为看病与我在门诊吵架的那位小伙子。真是不是冤家不对头。对方一定也认出我来了，他说：“委屈了，今晚该是车子骑人了。如果你不介意，前面小巷有一家修车的，也许还开门。”说完一抬腿骑车走了。我品不出他的话是恶意还是好意，心里老大不快地推着车往前走。

修车店里果然还亮着灯，我把车推到门口时，店门哐地打开了。定睛一看，出来的还是刚才这位小伙子，我尴尬极了，进退两难。他并不说话，从我手边接过来，车修好后就深夜一点钟了，我已不知怎样感谢他才好，老志才憋出一句话来找我。“再看病，方地说：‘在求社会上，谁还不遇个麻烦？’”人的事？跌过跤，摔过跤，撞击心灵的事，记忆深了。这件事我一辈子也忘怀不了。

的邻居养了六只鸭，窝门家后窗，苍蝇乱飞，奇午休。如今天热气温高，又不便同他闹翻，我该

用八成热的西瓜，取瓢去籽，切成半寸见方的小块，用发面加适当油和碱调成糊，用切好的瓜块挂糊，用温油炸至表面微黄出锅，然后裹糖拔丝即成。这道菜色泽鲜艳，形态饱满，外面焦脆，里面凉嫩，十分可口。

(朱锡彭)

矿泉水做的啤酒太史啤

矿泉水又叫矿水，是具有医疗意义的地下水，由于水中含有一定数量的化学成分，有机物和气体，或者具有较高的温度（超过 35°C ），故能影响人体的生理作用。在国内，用矿泉水洗浴以治疗诸如关节炎、神经衰弱、皮肤病的矿泉水疗养院已不鲜见，在外国，更多的则以优质矿泉水作为饮料，因其对人身健康颇有裨益，深受顾客欢迎。

韩城市龙泉寺的矿泉水经低温发酵后酿制的韩城啤酒，因太史公司马迁的故乡而取名太史啤。这种啤酒在国内尚属少有，它除含有一般液体面包所有的营养外，更因其还具有大量对人体有益的矿物质而广开销路已得消费者的欢迎。这种啤酒含酒精量低，味醇爽口，色泽清洌，每瓶的营养相当于六个鸡蛋，六十五克牛奶，二百五十克面包。

矿泉水做的啤酒太史啤

在日常生活中，有的人爱把鸡蛋壳扣在花盆里，或用喝剩的茶水浇花，以为这样对花的生长有益。其实不然。

蛋壳内残留的蛋清流入盆土表层，发酵后产生出的热量，会直接烧灼植物根部，还容易诱发植物病虫害。

残茶叶内还含有茶碱、咖啡碱和其它生物碱，对土壤中的有机物起相对的破坏作用。同时，

残茶覆盖在花盆表面，日久便会发酵霉烂，造成盆内缺氧，对花的生长不利。（虞秋宁）

