

### 冬季慎防电热毯病

寒冷的冬季，电热毯是家庭常用的保暖用品，正确使用有益于身体健康。但是，有的家庭使用时一味追求保暖效果，不管青年、老人、儿童都用上了电热毯，结果反而产生了一些毛病。常见的有电热毯性皮炎，这是因为使用时持续性散热，使人体皮肤水分蒸发干燥，还由于热原体本身对皮肤的刺激，使某些人的皮肤过敏，搔痒或身上出现大小不等小丘疹，抓破后可出血、结痂和脱屑等。这种症状多发生在患有某种疾病如糖尿病、肾病、肝胆肠胃病的病人身上。老人、儿童、孕妇也易发生电热毯炎。有些婴幼儿用电热毯时间长了，还易引起脱水症状。预防电热毯皮炎和脱水症应掌握正确的使用办法：电热毯不要与人体接触，上面应铺层被单或毛毯；通电时间不宜过长，一般睡前通电加热，入睡时关掉电源。



新婚妇女和孕妇不要使用电热毯。据国外报道，已发现孕妇如在怀孕期间使用电热毯而生了畸胎。美国里拉菲尔教授通过实验和追踪观察发现，电热毯通电后产生磁场，影响了母腹中胎儿细胞分裂，当胎儿迅速分裂的细胞受到电热毯产生的磁场干扰时，其正常分裂会发生异常改变。而对这种电磁场影响最敏感的又是胎儿骨骼细胞，故胎儿骨骼会发生缺陷而致畸形。因此可改用暖壶和热水袋来暖床。

(彭春雷)

### 男子着装的缺点

- 裤腿太短，大裤裆，裤脚没有擦到鞋面。
- 衬衣领子太大，领脖间存在不小的空隙。领带刺目。
- 裤脚口太大。
- 衬衣难于扣扣，领口敞开太大。
- 西服上衣袖子过长。
- 服装多用不透气的涤纶面料制成。
- 西服笔挺，却登一双运动式皮鞋。
- 衬衣太瘦紧绷在肚皮上。
- 皮鞋和袜子不配套。

### 为某君“妻管严”辨诬

汪效常



某君，是个百把人工厂的厂长，他治厂有方，名闻遐迩。然而，据说他患了“妻管严”，他们就直呼其为“严师傅”或“严厂长”。他的尊姓大名就鲜为人知了。

星期天，严君邀我作客。一进门就见这位严兄在给嫂夫人帮灶，又是剥葱蒜，又是添煤供火，又是找米寻面，又是洗菜刷锅，忙得不亦乐乎。就这，嫂夫人还嘟嘟囔囔，嫌他不得心应手。我见此状，不禁哑然失笑，诙谐地说：“在厂里人都得听你的，在家你就得听嫂夫人的，难怪都叫你‘严师傅’呢！”

严厂长向我倾诉道：你知道，我公务繁忙，家务事全落在你嫂子的身上。她眼睛一睁，忙到熄灯，整天累得精疲力竭，厂内职工往往趁我食

一忌无病进补。不要因为生活富裕了就对补药产生兴趣，也不要

### 冬季进补五忌

- 一忌无病进补。不要因为生活富裕了就对补药产生兴趣，也不要
- 二忌慕名服药。有人认为是越贵重，价格越高的药物就越能补益身体，便慕名服药。人参被称为补中“圣药”，且价格昂贵。但滥服会出现过
- 三忌虚实不分。祖国医学早已确定“虚则补之”的治病原则，不是虚症病人不能吃补药。而虚症又分阴虚、阳虚、气虚、血虚、气血二虚等症，对症服药才能补益身体。不区分症状乱用补药，只能越补越坏。
- 四忌多多益善。有人说“多吃补药，有病治病，无病强身。”这是不符合科学道理的一种说法，如过量服用参茸类补

药，可引起腹胀闷胀，不思饮食，过量服用维生素C，可导致恶心、呕吐、腹泻。

五忌以药代食。有些患慢性病人，往往有重药物轻食物的现象。殊不知，许多食物同时又是药物，合理调剂饮食，能起到辅助治疗的作用。如多吃芹菜或用芹菜榨汁服用，可治疗高血压病；山药能补脾胃，是很好的补气药；萝卜有健胃消食、顺气宽胸、化痰止咳的作用，咳嗽病人适当多吃有益。

(陈锋 译)



刊头设计 郭义明

### 追求“缘分”要不得

冬梅 秀芳

“有缘千里来相会，无缘见面不相识。”这一句古语，不料现在有不少青年把这个观念套在恋爱上，常常从生活细节上观察两人是否有“缘分”。笔者有一好友，恋爱已有两个月了，彼此都感到满意，两人第一次一起去看电影，买的电影票的座号是15号和17号，中间恰好隔着走道，于是两人认为彼此没“缘分”，又经双方父母的“说服教育”，一对被很多人羡慕的恋人便吹了。

这件事使人感到既可笑又可悲，说明有的青年仍被“缘分观”这种封建意识所束缚。比如，两个人的脾气性格

都很相投，但就是生活习惯不一样，这就是没有“缘分”么？当然不是。一个人的性格、志趣、习惯并非生而有之或一成不变的，只要二人真心相爱，不协调的因素也会逐渐变为和谐。如果把“缘分”当做是否能成为伴侣的标准，其实是一种“宿命论”。

老人睡前应做的事

- 一、刷牙。晚上临睡前刷牙，比早晨刷牙更重要，不仅可以清除口腔积物，并且有利于保护牙齿，对安稳入睡也有帮助。
- 二、饮少量开水或牛奶。
- 三、梳头。睡觉前梳头，最好梳到使头皮发红、发热，这样可以疏通头部血流，能起到保护头发的作用，早入梦乡。
- 四、泡脚。泡脚对大脑是一个良好的刺激，用温水洗脚使血液下行，能起到促进入睡和消除疲劳的作用。
- 五、开窗。即使是冬天，临睡前也要开一会儿窗户，放进新鲜空气，有助于老人睡得香甜。

### 巧除漆臭

在每公斤油漆中加入两滴薰衣草香精，难闻的气味就会减轻。刷

同的地板、窗框或家具新刷了漆时，可用圆葱切成薄片放入冷水盆中，放在屋中间，漆味便可消除。

细雨 辑

### 老鼠药

柳溪 姜启才 改编 绘画



1、一天，镇上集市来了一位卖老鼠药的人。



2、祖传秘方，只要沾上一点，老鼠就会立刻死掉！



3、一老人上前问：“请问怎么用法？”



4、只要抹一点在老鼠的嘴巴上就行了。