如何同老一辈和睦相处

恋爱婚姻家庭

现在，年轻人婚后多数组织独立小家庭，而不是与父母一起居住。但亦有部分夫妇因为种种原因，被迫或选择与父母住在一起，对他们来说，如何与长辈和睦共处，是一件颇费思量的事情。

婚姻及家庭辅导专家提出的一些意见，有助维持两代的和谐。

1、尽可能有各自活动的范围。虽然，两代人同住在一间屋里，但亦尽量在设计上做到大家有各自的起居范围，因为象看电视这些小事，亦会引起纷争，所以，如果能在某种程度上有些分隔，可避免很多无谓的争吵或不满情绪。譬如，在房内多安置一部电视机；选择一间有套房的单元，等等。

2、以上是比较理想的构思，如果不能做到共住而各有天地，那你们必须面对问题，通过开家庭会议的方式，一家人坐在一起，心平气和地将意见讲出来，互相妥协及让步。这样总比任由矛盾发生及发展，而永远由某些家庭成员来让步，令他们感到委屈为好。

3、不要想当然地看事情，要学习从对方的角度来看。譬如，年轻夫妇不应想当然的认为老人家任何时候都准备为他们做免费的保姆。当然，不少老人喜欢协助子女照顾孩儿，但不要忽略，老人们也有自己要做的事和生活情趣。如果能做到设身处地为对方着想，矛盾自然会减少。

纵使双方已尽力去做，但仍间有争执。在这种情况下，切不可意气用事。只要大家态度坦诚，积极地把事情和解，不在心中积怨，那么，两代（或三代）便能共享天伦之乐。

刊头设计　蔡院生

我的第一道「蜜汁葫芦」

我的业余生活

蒲白矿务局　寒冰

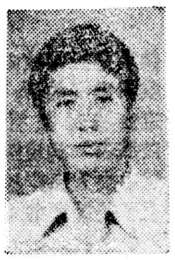
我除了爱看电视新闻，偶或写几篇豆腐块文章往外投投，更多的时间是关在厨房里，与油盐酱醋打交道。不过请不要误会，本人并不是“气管炎”，经营此项工作纯属自愿，原由是生就一副爱吃的嘴。

说起来还有些浪漫色彩，在外面下馆子，每每遇到好吃的菜肴，总是砸其味而若有所思。有一日，吃着盘里的“蜜汁葫芦”，感到很有滋味，便跑到厨师炉前看如何炮制。以为递上一支烟，心活眼快点，经验就可以学到手，不料做出来的“蜜汁葫芦”，不是在油锅里成了“天女散花”，就是硬梆梆如一个个“死球儿”，让我叫苦不迭。

但是我并不因此而气馁，反反复复试验，一遍又一遍去做，因为我心里明白，大凡天下成功的，没有一个不历经挫折和失败，失败是成功之母……妻子说我嘴硬说那玩艺我要能做好，大家早就去学了。我嘿嘿一笑，心里的信念始终如一，大有“不到长城非好汉”之气概。厨房内烟雾缭绕，油味呛鼻，可我顾不得这些，一次次攻关，终于整出来了——酥软金黄，冒着亮晶晶的小气泡的“蜜汁葫芦”码上了饭桌。

这回妻子儿女们不吭声了，先是目瞪口呆，转而又喜得合不拢嘴，夸我还真行。后来家人吃上了瘾，三天两头喊着让我做，有时上班忙，也不一定能满足他们的要求。

也许是遗传之故，有一次“蜜汁葫芦”竟是刚上中学的儿子自悟自做而成，虽质量，色、香、味均不及于我，但毕竟有了“二传手”，我心里挺开心的，难怪妻挪揄说我们父子掉进“蜜汁葫芦”缸里了。



但是我觉得，这绝不仅仅是一个“吃”的问题，它是一种业余爱好，是人生良好生活情趣的一部分，是一种追求。

扁桃体该不该割除

有问必答

良友编辑：

我是一个爱唱爱跳的女孩，可是生活给予我的并不全是欢乐。就说和嗓子有关的扁桃体吧，它老是发炎，害得我好苦。有的人主张把它割掉算了，可有的人不同意这么做。编辑同志，你能介绍我这方面知识吗？　咸阳　余晓玲

余晓玲姑娘：

扁桃体是长在咽部的两个形似扁桃的肉珠，一边一个把守着咽门。扁桃体内含有大量的“淋巴细胞”，可以抵抗病菌和病毒，是人体咽部的“哨兵”。

当一些病菌要侵犯人的呼吸系统时，首先要经过咽部，遇到扁桃体，一小部分被杀死，而大部分则被它截住了。扁桃体有献身精神，宁可自己受害，也不让病菌通过，结果自己肿大、发炎。

你不要以为扁桃体发炎是坏事，其实，那是它在向你发出紧急信号：“我已经截住了病菌，请你赶快想办法！”这时，你会请医生治疗，让药物助扁桃体一臂之力，消灭入侵者，使扁桃体恢复健康。如果没有扁桃体把守咽门，病菌会长驱直入，危害会更大。这样看来，扁桃体并不是可有可无的器官，不应该随便把它切掉。

然而，医学家们已经证实，扁桃体患者有时可以引起全身性疾病，如急性风湿性关节炎、风湿性心脏病、肾炎等。这些病对人体的危害要大于扁桃体炎。所以又有人主张把爱发炎的扁桃体割掉。

公说公有理，婆说婆有理，究竟谁对？现在人们总算取得了一致意见：如果每年急性扁桃体炎发作在三次以上，或者平时扁桃体就极度肥大，影响呼吸、吞咽和说话时，就应当割掉。

既然扁桃体是咽部的“哨兵”，平时就应当注意保护。注意休息，避免过度劳累；注意气候变化，防止感冒受凉；加强锻炼，增加抵抗力，一旦发现扁桃体发炎，应立即找大夫治疗，千万不要拖延。如能做到上述几点，扁桃体就不会经常发炎了。

当然割与不割，你最好去请医生决定。

华县金堆城钼业公司职工医院　贾知宝

人像　王广顺摄

当心洗衣机传染病

国秀

随着城乡人民的生活水平不断提高，许多家庭都购买了洗衣机。使用洗衣机省时省力，优越性很大。但是，它同时也会成为传播疾病的媒介。现在实际生活中，人们都认为水可以洗去病菌，在水中，病菌、虫害可被“浸死”。其实这是一种误解。事实上很多病菌与寄生虫的生命力很强，水浸不死，日晒难灭，洗也难以洗掉，因而可以传染。常见的有真菌性皮肤病如汗斑、体癣等；以及介虫、滴虫、体虱和阿米巴原虫等寄生虫；还有病毒性肝炎、伤寒、霍乱、痢疾、疱疹等疾病，甚至某些性病有时也可通过衣物接触而引起感染。尤其是集体单位和人口较多的家庭，传染疾病的机会更多。

因此，使用洗衣机的卫生不可不重视，以防病从洗衣机来。

（1）在使用洗衣机之前或后，洗衣筒的内壁要用水冲洗干净；（2）患有皮肤病、肝炎或其它传染疾病患者的衣物不能与健康人的衣物混在一起，要单独洗涤，以避免感染他人。（3）洗衣机洗衣时，要漂洗干净，尽可能不要遗留洗衣精残余部分。特别是婴儿的衣物尤应重视，应充分漂洗防止损害幼儿皮肤感染疾病。

“逍遥官”　绍绪作

退休职工应享受哪些补贴

根据有关资料表明，国家为缓解物价上涨给退休职工生活带来的影响，主要采取了发给补贴的办法。其享受的补贴，按其性质划分，主要有两类：

一、主要副食品价格补贴

1979年，国家在提高肉、蛋、禽、牛奶、水产品、蔬菜等八种主要副食品的销售价格的同时，对退休职工与在职职工一样，发给每人每月5元（纯牧区8元）副食品价格补贴。

1985年在生猪、蔬菜、牛羊肉、水产品、禽蛋等商品价格放开时，又按城镇居民发给每人每月定额补贴（北京地区为7.5元）。

1988年猪肉、鸡蛋、白糖、大路鲜菜等四种副食品放开价格，又发给每人每月一定的补贴（北京地区10元）。

二、生活补贴

1985年国务院在《关于发给离休、退休人员生活补贴费的通知》中规定，对国家机关、事业单位的离休退休人员，从1985年5月1日起每人每月发给17元生活补贴费。企业单位根据自己的负担能力，对离休、退休人员每人每月发给12—17元的生活补贴费。

1988年经国务院批准，从当年1月开始，对国家机关、企事业单位的离退休人员，每人每月又发给生活补贴费5元。

多棱镜

兑换国库券何其难

秦生

妻子让我把今年到期的国库券拿去兑换。跑了几家银行，才知道我们这地区只有一家储蓄所办理兑换业务，却不知为什么没有营业。改日再去，不巧又碰上银行星期天。第三次起了个大早，问了柜台里一位女营业员三声，她才扔出来一句话：“外头！”外头？外头没有呀！经过辗转寻问，才找到一个没有任何标志的小门走进去，哟！人真不少，只见开着的三个窗口前，按照八一、八二、八三年，分别排了三个长队。我对上号的要只有几十元，但偏偏三年都有，先排队取完八一年的，急忙又加入八二年的队伍，八三年的队伍刚走到中间，下班的铃声响了……我这人有睡午觉的习惯，回家嘛，路太远，下午还得再来，只好不回了。吃了饭，进录像厅，想凑合着睡一会，忽又担心排队落后，连忙又奔那没有标志的门……直到下午四点半，才完成了妻子交给的艰巨任务。

我觉得买国库券时，按系统分配，从工资中扣除，很方便。可是能不能想一个办法，让人们取国库券时也那么方便呢？

（插图　双木）

乐趣　吕斌书