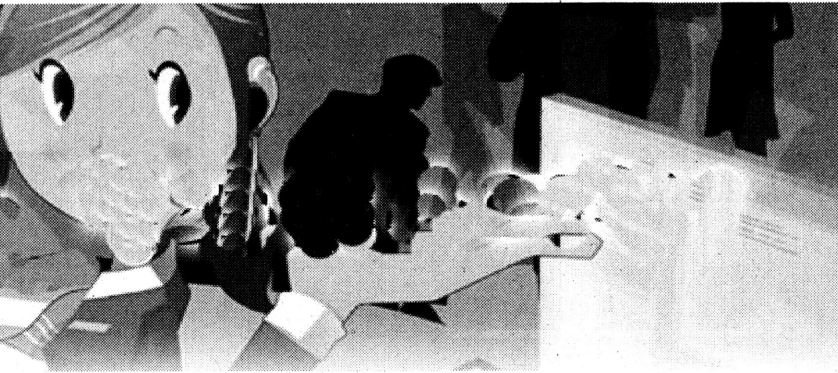


能嫁个好老公的智慧法则



没有证据表明,利用星座来寻找真爱,能确保天长地久。英国《每日邮报》3月27日报道,英国曼彻斯特大学的一项研究表明,所谓的“星座说”不会对个人情感和婚姻生活产生影响。

研究人员利用2001年英国人口普查的数据,对英国和威尔士地区的1000万对夫妇进行了调查。该大学社科院大卫·沃斯教授表示,结果显示,星座与星座之间没有任何特殊的“偏好”。“星相学家总是说,处女座和摩羯座很般配,或是天秤座和狮子座很般配。但在统计数据中,我们发现婚姻幸福的家庭,未必是两个所谓的契合星座组成的。我们收集了1000万对夫妇的生日,如果有千分之一的受到星座影响,那也有将近1万对夫妇,这样的结果或许具有说服力。可是我们什么都没有发现。”

此外,天蝎座与双鱼座的结合,一直被认为是完美的。星相学家称,这两个以“情绪化”著称的星座,能打造出持久牢靠的爱情关系。然而,反面例证屡见不鲜。身为双鱼座的伊丽莎白·泰勒与身为天蝎座的理查德·伯顿,其婚姻几乎能用“暴风雨”来形容。他们用两次失败的婚姻,粉碎了人们对星座的幻想。

(林芸)

幸福婚姻与星座无关

她们懂得设定合适的标准

漂亮的女人,因为社会给她们第一次机会确实太多,导致她们梦想过高。然而很多最终遭到的是无限的打击。越是具有实力的女人,越不会自视太高,对男方也没有要求。如果你给未来老公定的目标很高,基本上说明你是个没有实力的人,那么降低吧,这样才符合实际情况。如果你实力很强,你就不会给自己定什么标准,当然不用降低了。

错误观点:漂亮女性能找到好老公

编辑评论:红颜薄命,丑女多福的老话

从某个侧面证明了这一观点。天生丽质当然很好,但是仅仅是为了找个好老公而挨刀子整容真的不是个多聪明的决定。

她们懂得把握住一切机会

且不说忙碌的现代社会交往活动多么少,就是在这类活动上你们的表现又是怎样呢?这个社会处处都需要机会。

错误观点:矜持女性能找到好老公

编辑评论:别装啦!现在都什么年代了?大家时间都很紧张,猜心游戏在校园期间玩玩还可以,既然急着找到Mr.right,就不要自己给自己设置障碍,自拍身价可不是好谋

他一个人在外,吃了许多苦,挨了许多累,终于辛苦没有白费,几年下来,钱是越挣越多,家里也由原来的简陋变为富有。按理说,她这回该知足了吧,可她的心里却越来越不安,每一年,他都回来两次,两次,对于正常的成年人来讲,它代表的不仅只是回来探亲,那更是对老婆的一种思念和欲望,每一次,他都是恋恋不舍地离去,不难想像,孤身一人在外的他,寂寞的时候对于“性”是怎样的饥饿难耐,加之周围的女人不断地

一次他回来或是他们通电话,她都是把关心放在第一位,然后告诉他家里一切都好,不要惦记……虽然,她知道这样做终会有失去意义的一天,这一天,终于来了……

电话那头是长久的沉默,好象在等待她的发落……

电话这端的她虽说对于他出轨已经做了充分的心理准备,可当这一天来临的时候,她还是

伤害了自己!显然他也看到了她,他略迟疑了一下,一脸愧色地朝她走过来。而她,一天来精心准备的许多台词在他向她走来的瞬间全忘得一干二净,此时不知道说什么好,只感觉心在一滴一滴地滴血……两个人的距离越来越近,他们的情感都在对视中缓缓流淌,他满眼的悔恨,她满眼的无奈,她张开双臂,和以往一样,将老公拥入怀中,只感

宽容,让男人不再出轨

感觉到如此地撕心裂肺,强忍泪水,她及尽温柔地告诉他:“明天的飞机回家来”那边声音有些颤抖地问:“你会和我离婚吗?”她犹豫了一下,脑海中闪现了许多念头,“离?”或是“不离?”……她坚定地回答:“不会!”“好,好,我明天回去!”话筒中传出的是他那惊喜的声音。

机场里,她看到了他,半年没有见面,他依然纯朴可爱,虽然眼睛有些微黄,但是绝对没有影响自己对他的爱,是的,自己还是爱他,虽然他用了女人最不能忍受的方式

觉到颈上有一滴冰凉的泪……

面对老公的出轨,她没有打,没有闹,而是采取了最为宽容的姿态迎接老公的归来,虽然此时的她已经伤痕累累!他说过“如果你原谅我,我会感激我一辈子;如果你不原谅我,我这辈子就完了”,这样的中肯,这足以说明男人的悔恨让她在男人出轨的时候选择宽容,最终,她原谅了老公,他们现在过得很幸福,彼此似乎更加珍惜,更加爱护,她用宽容的心,用温暖的胸膛挽回了出轨的老公! (敬香)

家庭

她们有原则判断男人很清醒

男人当然不是完美的,而且还有男人的劣根性。知道哪些是男人的通病,哪些可以原谅。哪些不能原谅。

打女人的男人不能原谅,偶尔喝醉酒的可以原谅;吃软饭的不能原谅,一时有困难却有很强事业心的可以原谅;赌棍嫖友不能原谅,眼睛看见美女会眼瞟的可以原谅。无孝心无德行的不能原谅,偶尔做了件坏事悔改的可以原谅。废物不能原谅,浪子回头可以原谅。品质恶劣的不能原谅,仅仅是有点好色的可以原谅。言而无信的不能原谅,因为这样的男人没有责任感,善意的说说谎话的可以原谅,有谁能不说一次谎话呢?

编辑评论:常常不是有人说什么傻人有傻福么?通常这种情况要不就是她大智若愚,要不就是撞大运。我们不排除极小概率事件的可能性,但你没必要去以身试险吧?

她们知道自己所应该处的位置

好男人讨老婆,不需要一个只会做活的仆人,不需要一个只是有漂亮脸蛋,不需要一个狗屁不通的笨蛋,不需要一个只是给他帮助的妈妈,不需要一个给他发号司令的

上司,不需要一个对他惟命是从的奴隶。

应该能够在思想上有交流,能够在情感上互相依托,能够在事情上有个商量,也就是要心有灵犀,这样你们的生活才能够快乐。变成有话可说,可以交谈的人。这是必需的。小鸟依人做个小蜜差不多。用自己的智慧去征服他。

编辑评论:夫妻应该是平等的,需要相濡以沫,你要以你们能走完一生的态度来对待他。注意平等这个词,当然,受虐狂和被虐狂也是很好的一对。

她们勇猛主动 至少是行动迅速

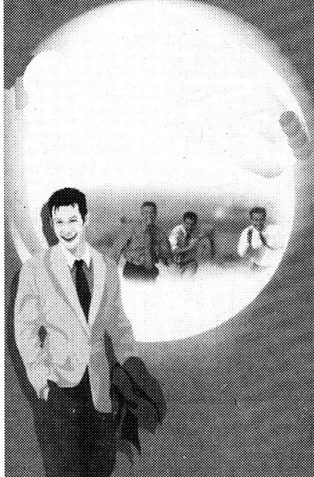
当你遇到了一个好男人的时候,要像那首歌唱的那样:“姐妹妹妹站起来,抓住他,不要让他走开。”

注意创造机会,让他发现你的好,不要太过表白,这个时候一定要尊重自己,这样的效果才好,就是带足后劲,让他陷入你的温柔陷阱,其实很多女人在这个方面的经验还是很丰富的。

采取各种办法(上床除外)抓住他,千万不要只想着等着他去追你。如果你实在是天性害羞,那么也一定要采取一些隐蔽的手段,比如暗示。(杜芳)

婚姻

你的成功由你决定



早晨我驾车上班时,通常会遇到3个卖报的年轻人。他们每一个人都有一套属于自己的卖报策略。但其中一人总能最先卖完报纸。事实上,另外两人所处的位置比他优越很多。等我日复一日地从卖报人身边经过时,我逐渐意识到,那个人的成功与他选择的位置毫无关系。

第一个卖报人,总是站在丁字路口,他的脸上永远是一副愁眉苦脸的样子。当乘车人招手索要报纸时,他缓慢地走过去,如果赶上雨天,则很难觅到他的踪影。所以,后来我再也不从他那里买报纸了。

第二个卖报人,站在十字路口,红绿灯带给他不少便利。一旦乘车的人被红灯所阻,他就前前后后地在停下的车队旁奔跑着,大声叫喊着他所卖报纸的名字。我有几次试图从他那里买一份报纸,但都未能如愿,因为他总是忙于奔跑,很难锁定他的位置。我招手、喊叫,但他似乎从来就没有注意到我。

第三个卖报人,则总是固定地站在繁华街道的中央。他从来不随着车辆走动,我早就注意到,他总是等着他的顾客驶向他的身边。他用使人愉快的“早上好”问候每一个从他身边过去的人,当有人慢下来打算购买报纸时,他的脸上绽放出灿烂的笑容。他友好的态度给我留下了深刻印象。当我驾车离开时,他在后面大声说道:“谢谢你!祝你有快乐的一天!明天见!”他总是设法在卖出报纸的几秒钟内,把这些话语说得清清楚楚,又悦耳动听。

没错,第三个卖报人是我最喜欢的。想必你会说,这也没什么大不了,不就是卖出一张报纸吗?但是我们完全可以从中体会到很多东西:

●你的工作可能并非你理想的工作,但你完全可以凭借你今天所做的一切使自己感到充实和快乐;

●你所做的美好行为不可能都有美好的回报,但糟糕的行为一定会导致糟糕的返还。

●一颗懂得感恩的心,一个甜美的笑容,一句简短的问候,日久天长,它们所带给你的回报会远远超出你的想象。

●战胜竞争对手最好的方法,就是提供更好的服务。

(尹玉生 编译)

职场

春季是细菌滋生的活跃期,也是经过冬季贮藏的蔬菜易产生有毒物质的季节,稍不注意就会发生细菌性、化学性食物中毒事件。宁夏回族自治区银川市食品安全委员会近日发布春季食品安全

春季谨防食源性疾病

全警示,提醒餐饮单位及市民谨防食源性疾患。

预防食物中毒,首先要防止细菌污染。购买生肉时,要注意识别有无检疫部门的检疫印章;做好食具、炊具的清洗消毒工作,生食与熟食

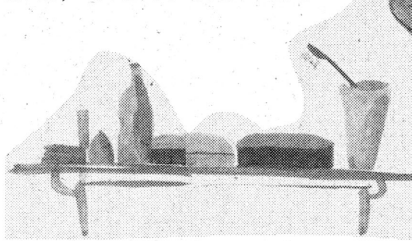
炊具要分开使用;食品要低温贮藏,冰箱至少每周进行一次清理消毒;熟食应及时食用,隔夜、隔餐的熟食在食用前要充分加热,提倡现买、现做、现吃;要禁食霉变食物。

能以工业用品替代食品,如用工业盐替代食用盐,以免引起化学性食物中毒;建筑工地食堂和牛肉拉面馆要特别引以为戒。

一旦发生食物中毒,应及时到医院就诊,不要自行

“牙痛不是病,痛起来要命”,很多人在犯牙病时可能会这样安慰自己。但据有关专家介绍,牙病已经成为许多死亡率极高的疾病的诱因,牙病可引起心脏病、肾病、关节炎等多种全身疾病,甚至会对孕妇和胎儿产生影响。专家提醒,可千万不要小看了牙病。

据哈尔滨医科大学口腔学院预防保健科主任刘文珠介绍,牙周感染引起急性或亚急性感染性心内膜炎是最明显的,产生牙周炎症的细菌在口腔的温度和湿度条件下会产生致病性很强的毒性,并不断进入血液循环系统,时间长了极易产生心



脏病,有10%到30%的心肌炎与牙源性感染有关。

其次,孕妇患牙病还会殃及胎儿,患重症牙周病的孕妇发生早产和低出生体重儿的危险率是牙齿健康孕妇的7.5倍,在早产妇女的羊水中能检测到口腔中常见的核梭杆菌。

第三,幽门杆菌是慢性胃炎、胃溃疡甚至

胃癌的致病菌,胃与口腔直接相通,牙周病患者的分泌物中含有大量幽门杆菌,这些细菌会进入胃中,当肌体免疫力下降时,就会引发各种胃病。专家因此建议,可千万不要小看了牙病,如果患上牙病就要及时就诊,定期检查,没有患上牙病的人也最好半年到医院检查一次。

(徐亚军)

牙病会导致全身疾病

牛奶:多少谣传传到今

几乎每个人都能说出几条与牛奶有关的饮食禁忌:牛奶不能空腹喝,牛奶不能和果汁一起喝,牛奶不能加糖喝,牛奶不能和茶一起喝,牛奶不能和巧克力一起喝……弄得中国人这个本来就缺乏饮奶习惯的民族对牛奶越来越惶恐起来,喝奶之前还要经过无比艰苦的思想斗争,在牛奶的营养和喝奶的规则之间反复地权衡……

其实,牛奶空腹喝不能吸收之类的“铁律”,未必有充分的科学根据,只不过是经过多年炒作已经深入人心而已。如果追究起来,只怕其中大部分都站不住脚。

——牛奶不能空腹喝?

不满一岁的宝宝都可以空腹喝母乳而不会不消化,一岁半以上幼儿先可以喝牛奶了。没有人听说孩子喝奶之前要先喝半碗大米粥。

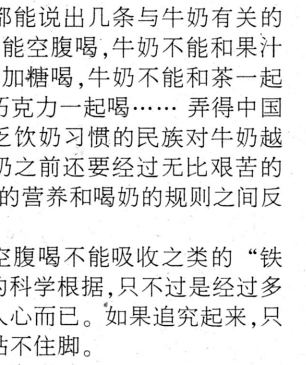
那么,以健康成年人的消化能力,即便空腹也可以充分消化奶类食品。牛奶蛋白遇酸成为凝块很正常,不要说空腹时胃里pH1.5的强酸性,实际上稍微有一点点酸就会让牛奶酪蛋白沉淀,所以不管是不是空腹,牛奶在胃里面都是要形成凝块的。酸奶就是牛奶酪蛋白遇乳酸形成的“凝块”,一样可以消化吸

收。以为牛奶以液体形式直接流到小肠的想法是

可笑的。

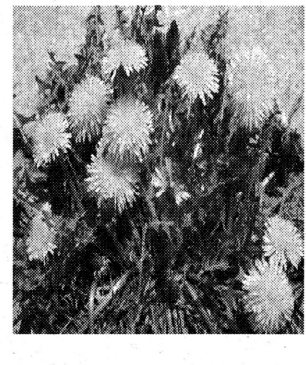
有人说空腹喝牛奶蛋白质会当作能量被消耗,实际上宴席上不吃主食大量吃肉类食品才是蛋白质的浪费,而牛奶中含有约4.5%的乳糖,它属于碳水化合物,会优先分解供能节约蛋白质;此外牛奶中还有3%左右的脂肪,也起到供应能量的作用。因此空腹喝奶并不会造成蛋白质的浪费。(雨寒)

营养



春天到了,四处都是一片春意盎然。于是,体贴的父母开始考虑为宝宝的卧室也添点绿色,摆上一些花草草,殊不知,这些绿色植物可能威胁到宝宝健康!因此,中国农业大学农学与生物技术学院李险峰副教授提醒说,家长最好不要在宝宝的卧室里摆放植物。

宝宝对花草或花粉过敏的比例高于成年人,他们对花粉的过敏,还可能引发过敏性哮喘。并且,绿色植物在夜间吸入



“小时候,我体质不好,三天两头伤风感冒、闹肚子,药片成了‘家常便饭’。结婚后,又‘阳气欠足’,各种各样的补药吃过很多,仍‘毫不中用’,我真觉得愧对妻子。”

“有一天,我进山‘踏青’,不料遭遇大雨,淋个正着。不多时,我鼻子发酸,喉咙发涩,浑身发冷,几个喷嚏‘奏响’了感冒的‘序曲’。我跑进一户山民家里躲雨,好心的主人见我脸色发白,两腿打颤,就熬了姜汤让我喝。感激之余,我不由得向他倒起了苦水。没想到他立刻告诉

蒲公英拌韭菜壮阳强身

我一个秘方,将蒲公英和韭菜洗净、切段,加入食盐、醋、纯姜粉、辣椒面等佐料拌和,生食。久之,可预防感冒、腹泻,还能增强性功能。

“回家后,我采来蒲公英,买来韭菜,如法炮制。一尝,味道不错,吃久了,还满口酸郁哩。从此,我每天至少食一餐蒲公英拌韭菜。一年后,伤风感冒真的不再常来找麻烦了。最可喜的是,我们夫妻生活也和谐了。活了这么多年,我才真正体会到,做一个强壮的男子汉的感觉真好!”(阳阳)

保健

宝宝卧室别放花草

氧气的同时,会呼出二氧化碳,因此室内可能会出现缺氧现象,这对正在发育的宝宝来说是极为不利的。

此外,父母在植物的选择上如不注意,也有可能让植物伤害到宝宝。例如绣球、万年青、迎春花等花草的茎、叶、花都可能诱发宝宝皮肤过敏。仙人掌、仙人球、虎刺梅等浑身长满尖刺,极易刺伤宝宝娇

嫩的皮肤,甚至引起皮肤、黏膜水肿。如果不小心摆放了有毒的植物,那就更麻烦了!例如,误食了夹竹桃,宝宝就会出现呕吐、昏迷等种种急性中毒症状;误食水仙花的球茎,又可发生腹痛、腹泻等急性胃炎症状。如果是放了会散发浓郁香气的植物,让宝宝长时间呆在这种浓香环境中,还有可能导致嗅觉减退,并压抑食欲。所以,最简单、安全的方法就是不要把植物放进宝宝的卧室。

(徐志雄)

解除“男”言之隐

西安博古中医药研究院生殖诊疗中心主任——武定

全国百名著名医学专家成员武定大夫是位最早“敢吃螃蟹的人”。在纷繁复杂的男性病中,性病是男性中一种难言之病。几千年来,人们受传统观念束缚,一直被视为神秘莫测。患者患病后难以启齿,讳疾忌医。

武主任认为:性与其功能不仅是人类生存、繁衍的需要。也是婚娶和交融的表述。性的健康与和谐是家庭幸福的重要组成部分。患了性功能障碍、阳痿、早泄、前列腺炎、增生肥大、湿疣、疱疹、非淋菌性尿道炎等泌尿系统疾病。虽不像四大疑难杂症直接危及人们的生命,但它给人们精神和心理带来的痛苦是无法言喻的。泌尿生殖专家武主任从医三十余年,具有丰富的临床经验。他经过长期潜心研究独创出《中西医结合治疗性病的武氏“四位一体”排毒疗法》,即疫苗培植、草药拔毒、波合气化、基因免疫四大技术。针药相互协同,四面出击,一步到位,做到内攻外排,由里至表。使内服外浸充分吸收,在短时间内使患者康

复,永不复发。对那些反复发作的患者效果尤为显著。武主任的医德医风被治愈后的患者都称赞为不愧享有著名医学专家称号。

武定,毕业于上海第二军医大学,从事泌尿生殖科工作三十余年,中国百名著名医学专家之一。曾多次参加北京、上海、广州学术研讨会,并发表数十篇论文。以治疗男女性病、前列腺、男性功能障碍等疾病为世人赞口称颂。西安博古中医药研究院生殖诊疗中心特邀泌尿专家武主任长期坐诊。目前他已治疗近数万例病患。经临床观察,未见复发。

在此特忠告患者家属对此应引起足够重视,积极配合治疗,重创温暖家庭。凡有泌尿生殖疾病有关的疑难问题,只需拨打 029-84249796 或 13572116889 咨询电话,武主任将与您面对面的交谈。若直接来院者可在火车站乘 611 路到(团结南路)站下车即到。