

生活中的

主编：刘春梅·阎丽华

1000

个

谬

误



生活中的1000个谬误

主编	刘春梅	阎丽华
编委	刘春梅	阎丽华
	刘亦工	宋雁平
	刘士成	张玉影
	阎爱东	宋宾杰

吉林科学技术出版社

生活中的1000个谬误

刘春梅 阎丽华 主编

责任编辑：齐 郁

封面设计：张道良

出版	吉林科学技术出版社	787×1092毫米32开本	14.75印张
	长春市斯大林大街102号	插页4	304,000字
发行	吉林省新华书店	1991年6月第1版 1991年6月第1次印刷	
		印数：1—11100册	定价：6.60元
印刷	镇赉县印刷厂	ISBN 7-5384-0767-7 / Z·26	

卷 首 语

《生活中的1000个谬误》集谬误之大成，包罗万象，无所不有。从婚姻性爱到生儿育女，从人体学、营养学到疾病用药，从体育锻炼到身边日常生活，从自然界到动物界，真可谓浩如烟海。

人们常说，谬误距真理只有一步之遥。然而，这一步的跨越，却要付出怎样惨重的代价。自然科学家和社会科学家不断地探索、研究，用无可辩驳的科学依据和历史真相修正着谬误。年轻的编者也经过艰苦的查阅、编辑，终于有一部《生活中的1000个谬误》问世了。当然了，你的手中有了一本《生活的1000个谬误》你会幸运得多了，她会帮助你走出谬误世界，更容易到达理想境地。你的性爱生活会和谐美满，你的儿女会健康茁壮，你会除去对身体某些现象的困扰，你会对疾病和用药有更科学的认识，你会对身边日常生活琐事安排得更合理。一本《生活中的1000个谬误》在握，你会少说错话，少做错事。《生活中的1000个谬误》无疑是你的良师益友。

目 录

有关爱情及性爱的谬误

浪漫的爱是美满婚姻的基础	2
夫妻需共同参加一切活动	3
使对方幸福是巩固婚姻的基础	4
夫妻之间无秘密	4
牺牲自我是真爱的表现	5
工作中的挫折和不快可在家中发泄	7
夫妻之间不必经常谈心	7
小家庭的意向完全是同一的	8
夫妻能共渡困境	8
孩子将使夫妻更亲密	9
夫妻有能力重塑对方	9
家庭应全力维持和平	10
寻找刺激能焕发婚姻生活	10
夫妻间应有各自的独立性	11
真正的爱情只有一次	11
只有被爱时生命才有价值	11
婚姻是女性生命的全部	12
男人只能爱妻子一人	13
妻应与第三者比高低	13
因为爱才认真	14
丈夫喜欢外出是爱褪色的表现	14
丈夫总是别人的好	15
重选择的婚姻一定更幸福	16

爱一个人就应知道对方想什么	16
男性对爱情的专一程度不如女性	17
夫妻间吵架要搞个水落石出	17
婚姻是爱情的坟墓	17
婚姻出现裂痕时就应分手	18
做了输精管结扎手术的男子就会失去生育能力	18
阴茎的大小与个子高矮有关	19
阴茎短小会影响生育	19
阴茎过小会影响性高潮	19
手淫影响性器官发育	20
手淫会妨碍生育能力	20
子宫切除后将影响性生活	20
男人常常想过性生活	21
18岁是男子性欲高峰期	22
男人性欲比女人强	22
男人对性的要求是单方面的	23
爱在男人性生活中无关紧要	23
性欲到一定年龄就消失了	23
男性的性欲会因生活困扰而降低	24
酒能增强男人的性欲	24
女性性生活主动，会引起男子阳痿	24
阳痿常常是精神问题	24
在性生活中采取“采阴补阳”	25
“性禁忌”之说	26
女性是供男人享乐的工具	26
性生活是男人的事	27
性生活低级下流	27
有性感时才应性交	27
性冲动要等躯体裸露时才出现	28
将注意力集中于性生活的行为上效果好	28

性关系冷淡意味着爱的消逝	29
房事后不能吃凉东西	29
性生活有害健康	30
分居后遗精影响身体健康	30
产后 6 个月才可恢复性生活	31
老年人有性要求是“老不正经”	31

来自夫妻语言的谬误

让我来告诉你	34
你以前比现在英俊	34
你的感受力太差了	35
你永远猜不透你母亲	35
你不是真心爱我的	36
答应我，别把这件事告诉别人	36
你告诉我怎么做吧	37
你是男人，我是女人	37
我是你的	38
反正你是我的	38
他爱工作胜过爱我	39
我已做好了性冷淡的准备	39
她非婚生子，凭什么一年之间不准我离婚	40
我是军人，只要我不同意她就离不了婚	41
好人不离婚，离婚不正经	41
离婚是我的自由和权利，他人无权干涉	41
离婚全靠吵，不吵离不了	42
不同意离婚就打	42
我和他自行协议离婚，现在我自由了	43
我不离婚是为了孩子	43
离婚后，他必须和孩子断决一切关系	44
不能轻易答应离婚，要不太亏了	44
他地位变了，想抛弃我，这不是陈世美吗？	45

关于孕、产妇及生儿育女的谬误

夫妇不孕，过在女方	47
晚婚生育易生畸形儿	48
只有排卵期性交才可能怀孕	48
决定男女性别的是染色体	49
人类是单胎生的动物	49
肚子滚圆是男孩	50
酸儿辣女	50
怀孕期间体重增加愈少愈好	51
孕妇宜多吃山楂，产妇应少吃	51
孕妇宜多食酸味食品	52
孕妇应多摄入鱼肝油和钙制剂	52
孕妇有食癖是营养的需要	52
孕妇吃桂圆可保胎	53
产妇吃肉不如喝汤	53
产妇吃鸡蛋多多益善	54
妇女产后需大补	55
坐月子要“捂”	55
产妇在月子里不能洗澡	56
妊娠期间不能刷牙	56
哺乳期的妇女不能拔牙	57
音乐胎教科学	57
胎动计数有助于预防胎儿死亡	58
胎儿“七活八不活”	58
橡胶奶嘴的口应是圆形	59
孩子可吸空奶头	59
初乳稀淡没有营养	60
母乳断奶时间越晚越好	60
给新生儿备个小枕头	61
新生儿无需过早躺进母亲怀里	61

孩子最好睡在父母中间	62
给婴儿剃去毛发、眉毛会使之更黑更浓	62
五黄六月冻死月子娃	63
螳螂嘴应割掉	64
应给婴儿挑“马牙”	64
给婴儿“绑腿”“捏头”	64
给婴儿挤乳头	65
给新生儿揉胎斑	65
婴儿的囟门不能摸	65
越逗婴儿笑越利于婴儿成长	66
高抛孩子训练胆量	67
亲吻儿童	67
小儿手指上的肉刺可撕下来	67
孩子动作发育宜超前引导	68
超声波检查对胎儿有害	69
风疹块会使胎儿畸形	70
作腰椎穿刺会影响儿童智力	70
尼龙纱巾遮小孩脸上挡风寒	71
小儿穿开裆裤好	71
给孩子异性打扮	72
照料孩子是母亲的“职业”	73
麦乳精可代替奶类喂婴儿	74
牛奶加米汤婴儿吃得壮	74
脱脂奶比鲜奶更有营养	74
牛奶与巧克力混吃有营养	75
小儿常吃葡萄糖好	75
喂养婴儿应忌食盐	76
软骨婴儿应多吃菠菜	76
食物嚼烂后喂小儿好	76
儿童摄入蛋白质越多越好	77

多吃赖氨酸会使孩子聪明	77
给儿童吃蜂蜜比吃糖更有营养	77
低脂肪饮食对儿童健康有利	78
儿童发烧时吃鸡蛋好	78
儿童吃松花蛋好	78
儿童多吃鱼松好	79
两次正餐间的零食会减弱儿童的食欲	80
凡是饮料孩子都可饮用	80
饮料可以代替白开水给儿童饮用	80
儿童多饮果汁好	81
乳酸奶饮料可以代替牛奶喂儿童	81
儿童喝茶不好	82
体力活或性交是流产的主要原因	82
有流产征兆仍可保胎分娩	83
做人工流产越早越好	83
剖腹产比阴道产好	83
结扎术对人体有害	84

有关人体的谬误

脑袋大的人聪明	86
脑子越用越易老化	87
智商高就等于天才	87
人的表情变化是对称的	88
眼睛是表达情感的“窗口”	88
人体是对称的	89
头皮脱屑多是病	89
留长头发会影响智力	90
头发有弹性说明状况良好	90
头发能判断营养状况	91
勤理发可使头发长得更快	91
舌头是辨味的	91

两只鼻孔同时呼吸	92
牙齿纯白是健美的表现	92
牙齿好坏是遗传的	93
龋齿在睡眠中发生	93
心脏位于人体的左胸腔	93
乳房小的人不能哺育婴儿	94
乳汁多少与乳房大小有关	94
扁桃体是有害无益的器官	94
阑尾是多余的器官	95
神经是不能移植的	95
人的体温应当是恒定不变的	96
血都是红的	96
血型不可以改变	97
人的血型与性格有关	97
性格与肠子无关	97
姑娘脸上出现“蝴蝶斑”就不是处女了	98
“妊娠纹”只有孕妇身上才有	99
“左撇子”应该纠正	99
睡觉时脚不自觉地一蹬，是在长个	100
女孩子一来月经就不长个了	100
人停止长高时骨架子就不长了	101
做梦有害	101
梦语一定和做梦有关	101
梦游症发生在做梦阶段	102
遗忘有害	102
年轻的秘诀是常哈哈笑	103
有气发泄出来就没事了	103
睡得多，寿命长	104
每天大便才能保持身体健康	104
体型是遗传的，怎么吃都胖不了	104

瘦子比胖子怕冷	105
胖人比瘦人吃得多	106
消瘦者比肥胖者更健康	106
体重超过“正常标准”的人，是积存过量的脂肪	106
人岁数大了就会变得糊涂	107

有关营养的谬误

油条是最好的早餐	109
不吃早餐可减肥	110
小麦胚芽和啤酒酵母是长寿食品	110
精白粉比普通面粉营养差	111
多吃纤维素对身体有利	111
所有的纤维食品都有相同的功效	111
经常食用方便面好	112
嗜食葵花籽有益于健康	112
人造食品没有营养	113
吃零食对人的健康没有好处	113
选择食物时，应避开淀粉类食物	113
嚼得细些，能从食物中得到更多营养	113
只要注意饮食花样，就可以摄取足够的营养	114
饮食越精营养越高	114
吃爆米花不会引起铅中毒	115
生虫米面最好用太阳晒	115
米淘洗的次数越多越好	116
煮饭最宜用冷水	116
煮米粥时应放点碱	116
稀饭比干饭更易消化	117
吃泡饭有助于食物的消化	117
饭后一杯茶有助于消化	117
饭后吃个水果有利于消化	118
想吃啥就是身体缺啥	118

吃饱喝足身体健康	119
炊饼就是烧饼	119
糕点的色彩越鲜艳越好	119
奶油蛋糕是用奶油做的	120
不加防腐剂的食品最安全	120
生日蛋糕插蜡烛	121
冷天比热天需要进食	121
刚从菜地收割的蔬菜食之最佳	122
早晨采摘的蔬菜味最佳	122
蔬菜叶上有虫孔应小心食用	123
吃菠菜补血	123
胡萝卜生吃有营养	123
土豆使人发胖	124
竹笋无营养	124
常吃黑木耳会影响生育	125
吃辛辣物会引起胃粘膜损伤	125
辣椒叶不能食用	125
烧茄子时应削皮	126
青色番茄可以吃	126
萝卜与桔子可同食	127
炒熟的韭菜过夜仍能吃	127
隔夜的熟白菜也能吃	127
水浸豆芽保持水分	128
干香菇可用冷水浸泡	128
银耳根部含有黄曲霉毒素	128
海带上的白粉是霉菌	129
大蒜有百利，惟害于目	129
煮豆和烧菜放碱	129
小葱拌豆腐，营养价值高	130
葱烧豆腐	130

吃豆制品，多多益善	130
起油锅要冒油烟	131
炒菜时火旺、油多好	132
食油变质也能吃	132
饺子馅里宜拌生豆油	133
吃荤油易发胖吃素油苗条	133
烹制所有的荤菜都应加酒	134
煎鱼不粘锅油要烧得热	134
做不加酱油的菜都不该加糖	134
饮食越清淡越好	135
吃素能长寿	135
肉食对人体的补益作用相同	136
鲜肉吃起来味道最美	137
瘦猪肉是低脂肪食物	138
吃瘦肉可使肌肉发达	138
冻肉的质量不如鲜肉	139
食肥肉会导致高血压	139
肉类比鱼类更有营养	140
肉皮的营养价值比肉低	140
熟肉制品可以凉食	141
吃狗肉后最好喝杯茶	141
吃青蛙肉有利于健康	141
螃蟹与柿子不可以同食	142
人人都可以吃鱼	142
鱼不含胆固醇	143
“三鱼汤”是三种鱼或三条鱼烹制的汤	143
用淡水泡去咸鱼的咸味	144
新鲜的鱼味道最佳	144
煎鱼早下姜	145
受精的鸡蛋比未受精的营养价值更高	145

蛋黄色泽深, 营养价值高	145
鸡蛋的外壳难剥是不新鲜了	145
红皮鸡蛋比白皮鸡蛋好	146
蛋清的营养价值高于蛋黄	146
苍蝇不叮无缝蛋	146
臭鸡蛋可以食用	147
孵坏的蛋营养价值高	147
鸡蛋煮得越老越好	148
煮熟的鸡蛋最好用冷水浸泡	148
鸡蛋洗干净后保存的时间长	148
鸭蛋的营养价值不如鸡蛋	149
鸡蛋是十全十美的食物	150
鹌鹑蛋比鸡蛋营养价值高	150
豆浆冲鸡蛋好	151
鸡蛋冲着吃有营养	151
早晨空腹喝奶营养吸收得好	152
煮牛奶时应加糖	152
牛奶冰冻不会影响营养价值	152
牛奶在高温下久煮好	153
喝牛奶对任何人都有益	153
牛奶、豆浆宜放在保温瓶里	154
蜂蜜是营养很丰富的补品	154
蜂蜜应在牛奶煮沸后加入	155
有结晶物质的蜂蜜是假的	155
红糖的维生素和矿物质含量比白糖多	156
红糖、白糖可以生吃	156
变黄的白糖吃不得	156
糖精本身含有毒素	157
人造黄油比天然黄油好	157
花粉杀菌力强, 细菌无法生存	157

花粉是最完美无缺的天然食品	158
花粉能够“延年益寿”	158
花粉里的蛋白质比其他食物多	158
花粉能治疗过敏反应	159
健脑食物是指一种食品	159
山珍海味可大补身体	160
吃流产的羊羔可大补身体	160
多吃蛋白质能使身体肌肉发达	161
多吃蛋白质不会使人发胖	161
蛋白质是身体能量的基本来源	161
不吃肉鱼蛋的人就不能获取身体所需蛋白质	162
人体可贮存蛋白质	162
所有蛋白质对人体的益处都相同	162
碳水化合物会使人增脂肪, 而蛋白质不会	162
瓜果蔬菜中的维生素比人工合成的维生素好	163
蔬菜汁、水果汁比完整的蔬菜、水果有营养	163
新鲜蔬菜比罐头或冷冻蔬菜更有营养	163
蔬菜的营养与颜色无关	164
调味品的错用	164
糖醋味的菜也应加味精	165
烹制菜肴都宜放味素	165
多食味精会引起中毒	165
酱油买回来就能吃	166
酱油的颜色越深越好	166
醋是坏酒酿成的	167
食醋可以软化鱼刺	168
多食盐对身体有害	168
加碘盐味涩不咸, 腌菜会烂	169
鲜姜、大白菜可同贮	169
冷冻食物一旦融化, 就不能再冷冻了	169

香蕉冷藏变质更快	170
原始包装的白条鸡可直接放入冰箱	170
火腿放在冰箱里可贮存较长时间	170
冻结食品可高温快速解冻	171
所有的食物都适宜冷藏	171
带酸味的是酸性食物	171
西红柿、桔子等是酸性食物	172
水果酸就是含糖少	172
雨多西瓜不甜	173
水果吃得少会缺乏维生素 C	173
新鲜的水果和蔬菜是美容食品	173
吃水果越多越好	174
吃水果应该削皮	175
老年人宜多吃些桔子	175
发苦的柑桔能吃	175
空腹吃香蕉	176
饮了雄黄酒，一年清毒到头	176
啤酒健身人人皆宜	177
啤酒使人发胖	177
啤酒多饮也无妨	178
常喝啤酒容易大肚皮	178
“冒沫”的啤酒好	179
啤酒的度数和白酒的度数相同	179
把啤酒放在冷冻室好	179
葡萄酒退色沉淀不能饮用	180
美酒加咖啡可谓美哉	180
酒能浇愁	181
酒能御寒	181
凉粉是下酒的好菜	182
汽水与白酒同饮又爽口又解酒	182