

重组人干扰素 $\alpha 2a$ 栓

奥平®

献给女人的微笑

奥平为国家二类新药，以广谱的抗病毒生物制品重组人干扰素 $\alpha 2a$ 为主药，应用专利技术研制而成的新型生物制品栓剂，能够明显抑制病毒的增殖。

(98)卫药准字「汉天奥」S-01号
请按医生处方购买和使用。

主要适应症：慢性宫颈炎(宫颈糜烂)、阴道炎、尖锐湿疣、生殖器疱疹。

禁忌症：孕妇和哺乳期妇女禁用。

注意事项：经期停止用药、避坐浴、避性生活。

特点：用于妇科病毒性疾病，提高抗病力，无耐药性，使用方便。



国药广审(文)第2001020176号

OPIN

武汉天奥制药有限公司 地址：武汉市彭刘杨路232号天合百货九楼 奥平专家咨询热线：027-88044289

家庭医生

2001. 8

(下半月版)

荣获建国 50 年期刊最高奖——国家期刊奖

总编辑 关勋添
副总编辑 王甲东(常务) 王庭槐
主编 潘敬运
执行主编 汤笑
美术编辑 李少斌

卷首寄语

1 你在大学还好吗

金武官

青春年少

4 莫把“恶心文化”当时尚

张怀礼

6 优秀女孩,缘何考不上高中

逸飞

7 小小包皮,带来十年的困惑

阿刚

父母须知

8 意外伤害,“小天使”悲剧的罪魁祸首

朱大钧

10 究竟是儿错还是母过

东子

12 “六龄童”入学,父母更费心

马志国

14 弱智儿,天生你材必有用

文憬

育儿百事

13 凶门,提供宝宝健康的信息

文纨

15 中耳炎兄弟的对话

刘森平

孕产一方

16 产后首次性生活,给我无尽的伤痛

黄玲

17 吻合术,解除结扎者的后顾之忧

王玺坤

我的性经历

18 性,在羞涩中成长

方园

男子汉

20 迷失在“盖茨”光环里的大学生

静芬

23 残酷的刺激,让我成为“黑马”

明明

优生与我

22 前置胎盘使我生孩子更艰难

王慧颖

半边天

24 爱的路上,我走得辛苦

方泠泠

两性世界

27 阴茎勃起,并非都意味着要求性爱

清风

28 睹妻生子,我的性欲一去不返

朱应召

30 爱我,为何选择离开

唐小芙

心病探秘

32 高考女状元,网上散布桃色绯闻

阿梅

34 病痛,带给她解脱与放松

亚森

柯大夫信箱

36 提神,茶比烟好 子宫虽切除,性生活无碍 牛奶忌久煮 小孩脸上有虫斑就要驱虫吗 急性肾炎病人怎样吃盐 人为什么在发热时没胃口 孩子为何不长牙 宫颈糜烂会导致不孕吗

心灵鸡汤

38 十年苦守丈夫,幻梦当醒

范景宇

40 我的爱究竟有什么错

姜福玉

病与性

42 尖锐湿疣病人,别陷入“疣”的误区

洪文

编辑:中山医科大学《家庭医生》编辑部

出版:中山医科大学(广州市中山二路74号 邮编:510080)

内文排版:本刊电脑室 印刷:广州家联印刷有限公司

发行:广东省报刊发行局 零售:各省、市邮局报刊零售公司

电话:(020)87332053 87331765 87332732(咨询) 83823468(传真)

87331342(广告公司) 87332070 87330807(发行公司) 87333215(办公室)

出版日期:2001年8月17日 邮发代号:46-126

刊号:ISSN1004-6348 定价:3.90元
CN44-1121/R

广告经营许可证:粤工商广字第01139号

E-mail:gfamily@public.gz.gd.cn

目 录



(总第 228 期)

44 悟空师兄弟抢答记

刘松名

人生百味

46 我那段魂牵梦萦的赴日经历

赵亚欣

48 难忘的一缕薯香

小 牛

健康茶座

50 小心肝炎后继发性糖尿病

皖 丁

51 肾囊肿，“兄弟姐妹”分个清

刘学耀

52 溯古观今说“冠心”

王庭槐

53 消化性溃疡病人不宜大量喝牛奶

陶双友

60 白领丽人的失落

胡廷溢

62 治疗慢性宫颈炎,预防宫颈癌

石小容

63 缺钙,补个明明白白

甘 竹

时尚保健

56 恼人的眼袋和黑眼圈

欧阳春

饮食文化

54 可食可药话雅莲

王 椿

55 暑热天气说解暑之品

范登脉



网上荟萃

58 避孕,避不开的话题

静 匀

启事

61 广州家家乐康复医院简介

封面摄影:钱豫强 封面设计:李少斌

欢迎订阅 21 世纪最靓最时尚的《人人保健》杂志 (HEALTH FOR ALL)

订一份《人人保健》
拥有一位“健康顾问”

《人人保健》是广东省卫生厅主管的一份医学科普杂志,提供医药卫生保健知识、信息和动态,提高自我保健的意识和能力,提高总体监控素质的意识和能力。主要栏目有:保健话题;健康时尚;域外医讯;生活中的医学;性之窗;防与治;心理世界;中医苑;饮食保健等。
《人人保健》图文并茂 全彩色印刷 大 16 开本 每本售价 4.90 元

邮局订阅:刊号:CN44-1043/R 邮发代号:46-198 直接汇款向本刊邮购:地址:广州市体育东路邮局 1759 信箱 (可免收邮寄费)

欢迎代理广告业务
欢迎代理地区发行

联系电话:(020) 85551813 (发行部) (020) 87567259 (广告部)
社 址:广州市黄埔大道西 201 号金泽大厦 0911 室

邮政编码:510620, 传 真:(020) 87583193。电子信箱:E-mail:jing@gzsums.edu.cn

前那么紧张？他说怕考试成绩不好。我又问他成绩不好有什么好担心的呢？他说自己的成绩一直是名列前茅的，很担心考砸了，在同学面前没面子。于是保面子成了他学习的主要动机，成了他生活的最高目标。这位学生也有学习、生活的目标，但他的目标设置在生命的浅层。他不知活着还有更深更远的任务和目标。一旦有一次考试失误，他的精神支柱便轰然倒塌。

我对这位学生开出的心理处方是：生命认知。引导他认识人生命的生物价值和社会价值，而不仅仅将他的目标困囿于考试成绩上，局限于目前，结果取得了良好的效果。治疗后，他来信说：“说实在的，我也曾有过轻生的念头，觉得自己每当考试就头晕目眩，很没用，而且每当自己苦恼的时候，又没有可以倾诉的对象，感到很无助，做人真是太难了。可自从上次谈话以后，这个念头就烟消云散了，我一定要为实现生命的价值而好好活着。”

拒绝颓废：给自己再定一个目标

王军好不容易考进了一所全国闻名的重点高校，但进了大学后不久，就沉湎于电子游戏而不能自拔，结果，门门功课考试亮红灯，最后，被学校勒令退学。

过于放松产生的颓废现象是大学新生常常出现的另一种倾向。从内因来说，这些学生由于长期以来在传统的应试教育体制下，形成了高分低情商的素质偏差，本来就缺乏抵御各种不健康思想病菌侵袭的免疫力。从外因来说，从小学一直到高中这十二年里，学校、家长一直用升学、高考这根弦把学生的神经绷得紧紧的，不容他有丝毫的怠懈，而一旦他进了大学后，大学教师不再像中小学教师那样管得紧了，家长也以为万事大吉了，也放松了对他的要求，意志薄弱的学生面对各种诱惑不能自制而走向颓废。

这种倾向的学生有一个共同特点是：目标缺失。他们从小学到高中阶段，目标是不缺的，在家长、教师的反复教育下，奋斗的准心就牢牢地对着一个目标——考上大学！在这一目标牵引下，他们刻苦用功，但一旦考上大学，继续前进的目标没有了，于是，抵挡不住的诱惑使他们走向了颓废。

对这类学生，我开出的方子是：目标治疗。在远处树立新的目标，让他把准心对着更远的目标。理由很简单，一个百米运动员，他的目标只是一百米，当他跑完一百米就会停下来；但一个马拉松运动员，他的目标是四十二公里，他跑完一百米，还会继续往前跑！

各种调查提供的数据表明，约有三分之一的大学入学的新生存在心理不适应症，因病退学的学生中患精神分裂症及心理障碍的占了首位。大学中的自杀率也高于社会上同龄青年。

刚入学的大学生们，要好好地把握好自我，不要让大学成了你的“失乐园”。

你在大学还好吗

●金武官

高考放榜，拿到了梦寐以求的大学录取通知书的幸运儿们，当你们带着亲友们的祝贺、满怀喜悦和自豪的心情迈进大学校门时，我要给你们一点忠告：进了大学，并不等于到达了目的地，大学并非一马平川的阳光道，前面还有荆棘和泥潭。

生命认知：人生不只有考试

李勇是一位来自农村的学生，在中学勤奋努力的他，是同学中的佼佼者，他考入上海某重点大学。进入大学以后，在学习上他一如既往地刻苦努力，可万万没有想到的是，辛勤换来的并不是成功，他在第一次期末考试亮了两门红灯。在中学时，成绩历来名列前茅的他，从没受过如此大的打击。自此，寝室里没了他的声音，也见不到他脸上的笑容。最后，在隆隆的火车钢轮下，他走向了另一个世界。

李勇的事例代表了大学新生中常见一种心理问题：过度紧张引起的焦虑、忧郁等神经症及精神病。

有这种倾向的学生的一些共同的特点是：大多学习很用功，性格都较内向，碰到挫折和压力不能自我调整或没有正常渠道释放压力，轻则导致神经症，重则诱发精神分裂症，甚至自行毁灭。其根源是缺乏对生命价值的深层次认识。我问一位在考试前一周就紧张得吃不下饭、睡不着觉，并有轻生念头的焦虑症学生，为什么考

家庭医生

2001. 8 (下半月版)

荣获建国 50 年期刊最高奖——国家期刊奖

总编辑 关勋添
副总编辑 王甲东(常务) 王庭槐
主编 潘敬运
执行主编 汤笑
美术编辑 李少斌

卷首寄语

1 你在大学还好吗

金武官

青春年少

4 莫把“恶心文化”当时尚

张怀礼

6 优秀女孩,缘何考不上高中

逸飞

7 小小包皮,带来十年的困惑

阿刚

父母须知

8 意外伤害,“小天使”悲剧的罪魁祸首

朱大钧

10 究竟是儿错还是母过

东子

12 “六龄童”入学,父母更费心

马志国

14 弱智儿,天生你材必有用

文憬

育儿百事

13 凶门,提供宝宝健康的信息

文纨

15 中耳炎兄弟的对话

刘森平

孕产一方

16 产后首次性生活,给我无尽的伤痛

黄玲

17 吻合术,解除结扎者的后顾之忧

王玺坤

我的性经历

18 性,在羞涩中成长

方园

男子汉

20 迷失在“盖茨”光环里的大学生

静芬

23 残酷的刺激,让我成为“黑马”

明明

优生与我

22 前置胎盘使我生孩子更艰难

王慧颖

半边天

24 爱的路上,我走得辛苦

方泠泠

两性世界

27 阴茎勃起,并非都意味着要求性爱

清风

28 睹妻生子,我的性欲一去不返

朱应召

30 爱我,为何选择离开

唐小芙

心病探秘

32 高考女状元,网上散布桃色绯闻

阿梅

34 病痛,带给她解脱与放松

亚森

柯大夫信箱

36 提神,茶比烟好 子宫虽切除,性生活无碍 牛奶忌久煮 小孩脸上有虫斑就要驱虫吗 急性肾炎病人怎样吃盐 人为什么在发热时没胃口 孩子为何不长牙 宫颈糜烂会导致不孕吗

心灵鸡汤

38 十年苦守丈夫,幻梦当醒

范景宇

40 我的爱究竟有什么错

姜福玉

病与性

42 尖锐湿疣病人,别陷入“疣”的误区

洪文

编辑:中山医科大学《家庭医生》编辑部
出版:中山医科大学(广州市中山二路74号 邮编:510080)
内文排版:本刊电脑室 印刷:广州家联印刷有限公司
发行:广东省报刊发行局 零售:各省、市邮局报刊零售公司
电话:(020)87332053 87331765 87332732(咨询) 83823468(传真)
87331342(广告公司) 87332070 87330807(发行公司) 87333215(办公室)

出版日期:2001年8月17日 邮发代号:46-126

刊号:ISSN1004-6348 定价:3.90元
CN44-1121/R

广告经营许可证:粤工商广字第01139号

E-mail:gzfamilyp@public.gz.gd.cn

家庭医生医疗保健网址: <http://www.familydoctor.com.cn> 本刊如有印刷、装订问题,请寄家庭医生发行公司调换 地址:广州市中山二路74号 邮编:510080

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

目 录



(总第 228 期)

44 悟空师兄弟抢答记

刘松名

人生百味

46 我那段魂牵梦萦的赴日经历

赵亚欣

48 难忘的一缕薯香

小 牛

健康茶座

50 小心肝炎后继发性糖尿病

皖 丁

51 肾囊肿，“兄弟姐妹”分个清

刘学耀

52 溯古观今说“冠心”

王庭槐

53 消化性溃疡病人不宜大量喝牛奶

陶双友

60 白领丽人的失落

胡廷溢

62 治疗慢性宫颈炎,预防宫颈癌

石小容

63 缺钙,补个明明白白

甘 竹

时尚保健

56 恼人的眼袋和黑眼圈

欧阳春

饮食文化

54 可食可药话雅莲

王 椿

55 暑热天气说解暑之品

范登脉



网上荟萃

58 避孕,避不开的话题

静 匀

启事

61 广州家家乐康复医院简介

封面摄影:钱豫强 封面设计:李少斌

欢迎订阅 21 世纪最靓最时尚的《人人保健》杂志 (HEALTH FOR ALL)

订一份《人人保健》
拥有一位“健康顾问”

《人人保健》是广东省卫生厅主管的一份医学科普杂志,提供医药卫生保健知识、信息和动态,提高自我保健的意识和能力,提高总体监控素质的意识和能力。主要栏目有:保健话题;健康时尚;域外医讯;生活中的医学;性之窗;防与治;心理世界;中医苑;饮食保健等。
《人人保健》图文并茂 全彩色印刷 大 16 开本 每本售价 4.90 元

邮局订阅:刊号:CN44-1043/R 邮发代号:46-198 直接汇款向本刊邮购:地址:广州市体育东路邮局 1759 信箱 (可免收邮寄费)

欢迎代理广告业务
欢迎代理地区发行

联系电话:(020) 85551813 (发行部) (020) 87567259 (广告部)
社 址:广州市黄埔大道西 201 号金泽大厦 0911 室

邮政编码:510620, 传 真:(020) 87583193。电子信箱:E-mail:jing@gzsums.edu.cn

莫把“恶心文化”当时尚

●张怀礼



圣诞节前夕,有位旧友从远方给我寄来一张贺卡。在这个惟“物”主义至上、功利色彩浓厚的物质时代,已经分别多年的老同学,还没有忘记我这个落魄的教书匠,令我心中顿时暖流涌动。然而,当我从大信封内取出这张做工精致的贺卡时,一行刺眼的贺词却令我颇为不快。贺卡的封面上赫然写着:老友,这是有“屎”以来最有“粪量”的礼物,一定会让你大吃“一斤”。我眉头直皱,厌恶之感油然而生,记忆中那位自命清高的老友怎么变得如此无聊了。再仔细看看,才发现这句话原来是印刷商印在卡片上的。打开贺卡一看,一大堆屎以一种很形象很生动的方式呈现在洁白的版面上。天!这是什么意思,这不是对我人格的污辱吗。我一边大骂这个缺德的同学,一边拎起电话兴师问罪,可这家伙的回答真让我大吃一惊:老弟啊,你真是有点老土了,如今流行的就是这些恶心的玩意啊,我不过是逗你玩玩而已,干吗这么认真、大动肝火呢!一席话说得我哑口无言,似乎我还要向他赔不是才对,这年头真是令人越来越搞不懂了。

电话里,老同学还给我讲了许多正在校园内外流行的恶心玩具。不明不白被他上了一课,我有点将信将疑,于是便留心观察了一下,这才发现与此类似的恶心玩具还真的大有市场呢!虽然这些玩具各具特色和功能,却有一个共同点,那就是让人胆颤心惊、毛骨悚然,倍感恶心恐怖。

“恶心文化”——在校园蔚然成风

场景之一:从高二(1)班的教室里突然传出一位女生痛苦的尖叫“哎呀”,原来是一个顽皮的男生用他的玩具蟑螂捉弄女孩倪燕。这种玩具蟑螂的原理类似于传统的老鼠夹子(一种捕鼠器),先用弹簧将塑料蟑螂固定在铁皮条上,然后将其外表伪装成口香糖。以发口香糖为名,引诱对方去拉铁皮条,噗的一声蟑螂就会跑出,牢牢地扣在对方的手指上。胆小如鼠的娇小姐哪受得起如此惊吓,不哭鼻子才怪呢!这种玩具还常被姑娘们用来捉弄那些外强中干的男孩子,面对女孩们主动传送秋波,哪个不会春心荡漾,中计之后,他们不吓得大呼小叫,也会胆颤心惊一回,成为大家的笑料。这种玩具蟑螂在玩具店里随手就能买到,难怪会有那么多人成为受害者。

场景之二:吃过午饭,小健习惯性地把手伸进衣袋掏手帕,不料触到一块黏糊糊的东西,拉出来一看,竟是一道

与鼻涕分不出两样的东西。哇,他刚吃的午饭当即吐了出来,全身都起鸡皮疙瘩。“这是哪个缺德鬼,不得好死!”小健气得破口大骂,而旁边的几个捣蛋虫却笑弯了腰。原来是种仿真鼻涕胶,被一个叫方宏的同学倒进了他的口袋。等气得脸都变形了的小健明白过来后,立即冲上去与方宏撕打起来,要不是被同学强行拉开,那天非闹出“流血事件”不可。鼻涕胶通常都装在一个形如鼻子的塑料瓶里,按照提示打开鼻塞,两股黏糊糊的透明液体就从“鼻孔”中拖了出来,令人全身竖起鸡皮疙瘩。有的塑料瓶中还漂浮着仿真眼珠或昆虫什么的,鼻涕胶也是血红色或草绿色的,不怕你看起来不恶心。

场景之三:小仪是个比较胆小的男孩,于是经常成为同伴们捉弄的对象。那天晚上,他吃过晚饭,早早就去教室里自习,却刚好碰上停电,教室里一片漆黑,他推开门,见墙角里有个东西两眼发出幽红色的亮光,还咔咔作响。小仪感到好奇奇怪,点着打火机一看,竟是一个骷髅头正挂在墙角,雪白的牙齿正在不停地咀嚼着什么。小仪当即吓得魂飞魄散,尖叫着“我的妈呀”,飞也似地逃出了教室。躲在教室墙角的同伴发出一阵得意的大笑。

受此惊吓,小仪做了好长日子的恶梦。然而,那些爱捣蛋的同学并没有就此放过他。有一天,某同学将一只乒乓球大小的东西冷不防往他手里一塞,小仪定神一看,像被毒蛇咬了一口似的,吓得大叫一声连连甩手,原来那是一只仿真眼球,幽绿色的瞳孔和丝丝缕缕缠着眼球的血丝实在让人受不了。

一天晚上,小仪因身体不适,早早回宿舍休息。一推门,黑暗中就传来一阵令人恐怖的鬼哭狼嚎声,他当即吓得屁滚尿流,尖叫着“有鬼、有鬼”,在校园里狂奔。多次惊吓之后,小仪的精神防线终于崩溃了——他被吓疯了!其实鬼



嚎声是室友买的那只玩具蝙蝠发出的，安装有声控开关，一有声响立刻就发出令人心惊肉跳的鬼嚎声。

恶作剧玩具还有很多，比如能让人崩掉大牙的仿真糖块，一沾上少许便奇痒难忍的痒粉，把人辣得眼泪直流的辣牙签，砸到脸上就牢牢黏附着的“鼻涕人”等等。过去只有在电影、电视里才能看到的搞笑玩具、整人工具，现在随手就能买到。时下最受青少年甚至成人欢迎的当算“顺风耳”，花五十元买上一只，就可以偷听别人在别处说的私房话和悄悄话。把它贴在墙上就可以听到隔壁的声音，以致于人人自危，彼此间也不敢随便说话，生怕一不小心被窃听去，惹出麻烦来。

校园“恶心文化”的根源

将“恶心”视为时尚，将恶作剧当成过瘾好玩，将自己的快乐建立在别人的痛苦之上，如果这种极不道德的无聊行为也可以算是一种文化现象的话，那理应称之为“恶心文化”。恶作剧玩具之所以在社会上广为流行，那些缺乏社会公德、惟利是图、见钱眼开的不法奸商固然难咎其责，但是不法奸商只是异类文化的源头，光有源头是不足以构成流行的，这种异类文化的背后，隐藏着更深层的心理学原因值得我们深思。

恶作剧玩具的主要消费者是青少年，小部分为成年人。处于青春期的青少年人格尚未发育成熟，对周围的一切都倍感好奇，明辨是非的能力较差，喜欢表现自己以引人注目。情绪变化强烈而带有冲动性，不善于用理智来调控自己的情感和情绪。考虑问题简单，不计行为后果，很容易受到不良风气的侵袭。青春期中意识开始觉醒，性生理发育的超前与性教育的滞后，复杂的人际关系，加上同学之间的激烈竞争，现实与理想的巨大差距，这一系列因素

使很多青少年每天过着“宿舍——饭堂——教室”这种三点一线的机械式生活，使整个身心长期处于一种超负荷运转的高压状态，并缺乏一种行之有效的心理释放途径。在这种情况下，自我与超我对本我的监察能力下降，被压抑在潜意识中的好斗、破坏、攻击和施虐之类的本能又开始蠢蠢欲动，表现为行为冲动、不计后果、搞恶作剧、争强好斗。恶作剧玩具的出现，正好满足了一部分青少年的猎奇、刺激、夸张和自我表现的心理需求，通过恐吓、刺激他人，使他人恐惧痛苦而获得自我的满足，然而，却坑苦了无辜的人。恶作剧玩具受到成人的欢迎，与他们面临的家庭、生活和工作压力同样有密切关系。

“恶心文化”的危害性是显而易见的。通过使别人痛苦而获得自我的释放，固然属于一种叫转移的心理防卫机制，但却是一种不成熟的防卫机制，它不能从根本上解决青少年的心理压力，反而会助长和强化青少年的虐待、好斗、窥私、破坏、攻击等阴暗心理，甚至会成为将来心理障碍的隐患。恶作剧还破坏了同学之间和谐相处的氛围，紧张的学习节奏使他们的身心本来就疲惫不堪，经受这种突如其来刺激和恐吓，脆弱的心将会在较长的一段时间内难以恢复平静，很容易造成夜惊、恶梦、焦虑、恐惧等心理功能的紊乱。过度恐吓则使人惊魂不定，甚至可能引发各种神经症和精神病，造成非常严重的后果，给家庭和社会带来巨大损失。

铲除校园的“恶心文化”，首先要堵住缺德奸商这个垃圾文化的源头；其次要培养青少年的审美观，使他们懂得令别人难堪、痛苦、出丑是不道德的行为，使他们明白己所不欲，勿施于人的道理，不宜采取简单粗暴的方法；第三，应针对青少年的心理特点，进行正面引导，培养其积极健康的娱乐消遣方式，合理调节身心。 (人)

·青春年少·

在多彩霓虹笼罩的夜幕下，一个忧郁的女孩在大街上苦苦徘徊，双眸掺杂着伤感、绝望与后悔。不知何时回到家的她，把自己关在小房间里，死死盯着墙上代表着她曾经优秀过的奖状一言不发。突然，她哭了，充满悔意地哭了……她叫朱云。

初中时代的朱云是一个纯洁、性格开朗的花季女孩。在班级里除薛飞以外的男同学都愿意和她沟通与交流，而她也乐意和男生打成一片，以至于同学给她起了个绰号——“假小子”。

优秀女孩

●逸 飞

缘何考不上高中

这天，老师在班级里重新调整座位，身材高挑的朱云被安排和薛飞坐在一起。

薛飞是一个性格内向言语不多的男孩，他和朱云不是太熟，也从没进入过朱云这个“假小子”的圈子。但这没关系，朱云是个乐天派，她想方设法寻找话题与薛飞交谈。起初，薛飞对朱云有一种无形的抵触，不愿和她多说话，但最终还是抵挡不住朱云天使般的纯真笑容。渐渐地，两人变成了无话不谈的好朋友。

在朱云的心中，薛飞与其他朋友一样都是她生活圈子的一部分，没有什么不同。可薛飞却不这样理解，原先那颗孤独且渴望异性走近的心因朱云的走近而荡起了一阵涟漪。特别是一次课间休息时，朱云突然从背后捂住他的双眼，让他猜她是谁，那少女所特有的馨香和无意中的身体接触拨动了薛飞心中的那根弦——他喜欢上了朱云。内向的他开始寻找表达的机会。

那是在学校举行的一次春游活动中，薛飞邀朱云一起去划船。当两人嬉笑着把船划到公园小湖的中央时，朱云的嘤嘤笑声与绯红的秀丽脸庞，使得薛飞本就澎湃不定的心跳得更快。终于，他鼓足勇气对坐在对面哈哈大笑戏水的朱云小声说“我爱你”。声音很小，朱云还是听见了……别看平时她大大咧咧，可突然面对薛飞的表达，她还是羞涩地低下了头。在她心中，薛飞并不是她理想的男友，但善良的她没有立即说出自己的想法，她怕敏感的薛飞承受不了打击。可薛飞却把这低头不语当成是一种默认的表示，心中兴奋不已，他笨拙而慌张地偷吻了一下朱云的面庞。这对内心正慌乱的朱云来说无疑是一针逆反性催化剂，思维倒转，她开始



觉得薛飞性格虽然内向，但待人是真诚的……

就这样，朱云和薛飞确定了恋爱关系，两人经常结伴于花前月下，而朱云也把目光从其他男生身上收起，全部落在薛飞一个人身上。

早恋的代价是沉重的。恋爱期间，朱云优秀的成绩下降了很多，惹得父母和老师大为震惊。在经过调查之后，他们知道朱云已陷入了早恋的泥沼无法自拔，因此，他们拼命地施加压力想让薛飞和朱云分手。然而一向温顺善良的朱云被一时的甜蜜蒙蔽了双眼，她并没有因家庭和学校的压力而与薛飞分手，依然故我。

不知不觉，升学考来临，结果朱云和薛飞都没有考取重点高中。但薛飞家境富裕，他的父母千方百计让他进了师大附中——一所国家级重点中学，而工人家庭出身的朱云则没有那么幸运，她只能去职业高中。

早恋是经不起风雨考验的。两人因不在同一所学校，感情渐渐地淡了，而此时的薛飞被重点高中激烈的竞争气氛所感染，他决定努力再把自己的成绩搞上去，对他来说，罩在朱云身上的光环早已散尽。在一个阴云密布的晚上，薛飞向朱云提出了分手……

医生点评：记得有位高中男学生向我述及他之所以没

谈恋爱的理由是：一无钱、二无学历、三无地位、四无事业、五无机会。由此看来，这位男同学已对恋爱应具备的前提条件有所了解。中学生时期，学历太浅，尚无所谓事业可言，在这种条件下，如果坠入爱河的确是为时过早，所以没“入列”。但并不是说，他因此就不想谈了，只因还有一个理由——“无机会”！

中学时期究竟可不可以谈恋爱？中学生们对这问题存在许多不同看法。赞成的引用了这样的公式：“男性力+女性力=两个人的合力”。不过，大多数的中学生们还是坦言道，谈恋爱，既花钱又花时间；维持不长久、过后一场空；学习不专心、升学难如愿，女学生不小心还会“搞大肚子”；有人还因失恋、吃醋、互相猜疑、互不信任而闹得不欢而散呢。看来，多数的青少年对早恋的危害性还是很清楚的，只不过，让他们颇费思量的是，两个人本来是好好的同学、朋友关系，不知什么时候就变成花前月下的“一对儿”了。朱云和薛飞就是这样一个非常典型的事例——正当的异性交往转变成了恋爱。

笔者曾为青少年正当的异性交往被误解说过公道话，但父母和老师们的担心并非完全没有必要，过早的亲密的异性交往的确容易令人滑进早恋的圈子。怎样才能掌握好尺度，怎样才能使正常的异性交往不“出格”呢？笔者认为，在与异性交往中要调控自己的性心理及行为，双方都应注意做到：

1. 不过分拘谨，也勿过分随便。对待异性，应有与对待同性的平静心态，该说、该做、该握手、该并肩时，便应泰然自若和顺其自然，矫揉造作和忸怩作态会惹人讨厌。另外，也不应过分随便，开一些不应开的玩笑、做一些不应做的举动，要注意男女有别。异性之间应提倡有理有节。

2. 不过分冷淡，也勿过分亲昵。要善于把握自己的感情，不应在异性面前故意表现冷淡，甚至高傲妄大，似乎不可接近。别以为这才显示出两人之间并非爱情关系，其结果可能会伤害对方的自尊心，使友谊之花枯萎凋谢。另一方面则应注意勿过分亲昵，如勾肩搭背、接吻、拥抱等轻佻举动，已超出友谊的范围，任何一方都应克制自己、劝说对方、杜绝再现，让已建立起来的友谊沿着正常的道路健康前进。

3. 树立精神文明理念，提高社会适应能力。应当看到，当今的社会，是提倡和迈向精神文明的社会，男女双方均应有适应社会道德规范的能力，有些人就在繁华街边和公众场合旁若无人地展示其过分的“友谊”动作，这类举动已经伤及精神文明及社会秩序，是应极力避免的。必须特别强调的是：男女青少年应自尊、自重和自爱。（点评者：朱嘉铭）



15岁那年，我发生了第一次遗精。我朦胧地意识到自己长大了。

不知是否从那时开始，我对与“性”有关的事情格外留意起来。每次上厕所或上澡堂，我总会偷偷地观察别人，于是，我惊讶地发现，大人的龟头是裸露的，与我同龄的人，龟头也露出一部分，而我的龟头却被一层皮包裹着。这究竟是怎么回事？我心里有点发毛，难道我这是病态？从那以后，我上厕所或澡堂时总是遮遮掩掩，生怕别人发现了我的“异常”。我没有勇气问别人，甚至不敢跟爹娘开口，也没有钱上医院。我安慰自己：或许过一两年，等我真正长大成熟了，成为男人了，它就会自然而然地露出来吧。说不准，也并非人人都必须要露出来才行的呢。

我跑去书店和图书馆，翻看医学书籍和医学杂志，希望找到答案。我不知从何着手，反

正，一看到有“包皮”两个字的文章我就看。终于，我从书上大概了解到了“包皮过长”和“包茎”的概念，对照自己的情况，我几乎可以肯定，自己的情况正是包皮过长。书上说，包皮过长或包茎易导致局部不干净，长时间不清洁会造成包皮龟头反复发炎，而且是阴茎癌的罪魁祸首。因此，要经常将包皮往上翻，进行局部的清洗。书上还说，包皮过长要行包皮环切手术。天哪，得上医院把这过长的包皮割掉？！我的心一下子提到了喉咙，想到那明晃晃的手术刀，不禁两条腿都发软了。

怀着惴惴不安的心情，我回到家里。思前想后，我决定再观察一段时间再说。此后，每天洗澡的时候，我总是小心翼翼地把包皮翻起来，用大量的清水冲洗。可是，在这过程中，我又遇上了麻烦。因为，每次我将包皮翻开，手一碰到龟头，阴茎就迅速硬了起来。有几次我碰

小小包皮，带来十年的困惑

●阿 刚



到龟头,一种酥麻的感觉即刻流遍全身,阴茎还喷射出一股精液来……弄得我进也不是,退也不是,很尴尬。

一年又过了,我的龟头还是老样子,包皮一点地没有要缩上去的迹象。尽管包皮过长,但我没有任何不适的感觉,也因此一拖再拖,一直没上医院。

直至参加工作以后,看到同事们并不忌讳谈“性”的话题,我也渐渐地敢于和别人讨论这些事情了。我把多年来,包皮给我带来的麻烦事告诉了一位要好的同事。同事带我去找他一位当医生的朋友。

见了医生,我第一句话就问,是不是要把包皮割掉?医生说,只要能保持龟头、冠状沟的清洁卫生,割不割包皮问题不大。但包皮一定要经常往上翻,让龟头裸露,这样才能保持局部不潮湿,避免滋生细菌,发生疾病。龟头经常裸露,经常摩擦内裤,敏感性会降低,以后过性生活时就不会过快地射精。

医生朋友的话终于让我放下了十年的包袱。

医生点评:阴茎的皮肤较薄而且可以移动,它在阴茎头处褶成双层,我们把它称为包皮。一般情况下,从出生到7岁左右的这段时间,包皮较长,能完全地包住阴茎头及尿道口。随着年龄的增大和青春期的发育,阴茎的体积增大和加长,包皮向后退缩,大多数人到成人后,阴茎头露出。但是,约有30%的成年人,包皮仍完全遮盖阴茎头,只有用手将包皮上翻或当阴茎充分勃起时,阴茎头和尿道口才能露出,这称为包皮过长。如果包皮口过小、过紧,使包皮不能上翻,或勃起时不能露出龟头和尿道口则是包茎。患病率约有3%,多见于小儿。

当小儿出现包茎,排尿的时候,包皮就会像气球般鼓起,排尿后包皮腔内往往遗留少许尿液,再加上积存的类脂质及上皮脱屑,将逐渐地形成块状包皮垢。这层包皮垢,对于细菌来讲是很好的培养基,加上不易清洗,很容易感染。长期存在的慢性刺激,就会使包皮发炎形成包皮龟头炎,如果炎症长期反复发作可导致包皮粘连。另外,由于有包皮垢的存在,排尿时常常形成旋窝状,尿液缓慢如发丝样排出,随着年龄的增长,往往造成排尿不畅。因此,应在出生后的几个月内给予治疗,主要方法有手法、注射充气法或用扩张管等将包皮口扩大。

包皮过长时,由于包皮皮脂腺分泌的一种奇臭的白色分泌物不能排出,长期积存就会成为包皮垢。如果不注意清洗,积存过多

过久,就会不断刺激阴茎头和包皮致发炎,甚至粘连。对于已婚者来讲,性生活时随着阴茎的抽送,除可导致性交疼痛外,还容易使女性的内生殖器感染。有人做过统计,90%以上的阴茎癌是因包皮过长而引起的。因此,有包皮过长的人,应经常上翻清洗阴茎包皮,保持局部干爽清洁,避免龟头包皮发炎的发生,这能有效降低了阴茎癌的发生率。当然,也有人认为,包皮过长也有其有利的一面,那就是在性生活阴茎抽送的过程中,形成环形蠕动,从而增加女方的性快感。

包皮过长或包茎常做的手术是包皮环切术。这种手术比较简单,在过去的一段时间里,提出包皮环切能给男性带来很多的好处,如有利于防止手淫;有效地防止感染性传播疾病;防止男女两性生殖器官的恶性病变(男性阴茎癌和女性宫颈癌);有利于生殖器官的清洁卫生;甚至还有人提出对早泄也有特殊的治疗作用等等。很多男性自愿或在妻子的劝说下争着去做这种手术。但是经过长期的临床观察,目前,越来越多的医生主张,要慎重地对待包皮环切术。也就是说,做这种手术时,至少不要给男性造成任何心理压力。事实上,在临床上,我们常常见到因包皮问题而前来咨询的男性,经检查发现真正需要做手术的包茎者并不多见,更多的是因包皮过长而感到“包皮过紧”。他们在性生活中,往往因恐惧情绪而造成“包皮过紧”,也就是说他们的“包皮过紧”是由严重的心理抑制而造成的。这种情况并非做手术不可,通过一些心理治疗也能治愈。因此,大多数医生主张包皮环切术的适应症应该是:真正的包茎患者;龟头或包皮反复感染,特别是霉菌感染,经正规的治疗而疗效欠佳,以致对日常生活产生影响者。不是以上两种情况,不要轻率地去做包皮环切术。(点评者:刘扬)



活泼可爱的孩子就像上帝派往人间的小“天使”,给每一个家庭带来了幸福的笑声,但当“小天使”遭遇悲剧——意外伤害时,家庭里的幸福笑声消失了,取而代之的是痛苦的情感体验。

联合国儿童基金会最新发布的报告指出,目前在工业化国家,意外伤害已成为儿童的头号死因。每年因车祸、故意伤害、溺水、坠落、火灾、中毒等事故造成的死亡儿童可达2万人。这是统计了70年代至90年代近20年,发生在26个工业化国家的儿童意外伤害死亡报告后得出的结论。该报告还估计,在发展中国家15岁以下的儿童死于意外伤害者可达100万。我国自80年代后,已按国际疾病分类,把意外伤害纳入疾病检测范畴,导致儿童意外死亡的主要原因是溺水、车祸、窒息等。

机械窒息,扼住“小天使”的咽喉

某医科大学的调查研究表明,意外伤害侵袭近四成城区学龄前儿童。农村70%以上的儿童意外死亡发生在0~4岁,占儿童意外死亡的38.5%。婴儿的主要意外死因是机械窒息;1~4岁儿童的首要意外死因是淹溺,如失足栽入深水坑、粪缸、池塘或落井溺水。夏秋季孩子去江河湖边游泳、戏水或捕鱼捉虾,时有溺水发生;渡船超载易导致翻船、沉船事件。

预防婴儿机械窒息首先要树立家长科学育儿的意识,加强安全责任感。婴儿不宜俯卧睡,衣服、被子

不盖过头部,不使用松软枕头等,以免堵塞气道引起窒息。欧美一些国家开展婴儿不俯卧睡的宣传活动中,婴儿猝死发生率明显下降。1~4岁年龄段儿童自主活动范围扩大,但受发育水平的限制,他们缺乏对周围危险环境的识别能力。故加强对孩子的照看,是减少溺水发生、控制该年龄段意外伤害发生率的关键。要开展意外伤害的预防教育,并为儿童提供安全的生存空间,做好水井、粪池加盖、填平深坑,池塘四周和桥梁两边加护栏等。游泳应由学校集体组织,并有成人监护。严格遵守航行安全规章,严禁船只超载等。

马路,杀戮小天使的地方

国外对儿童交通事故进行过深入研究,发现孩子过马路时爱跑,多数孩子穿马路时不观察来往车辆。一群孩子过马路,往往只有一两人注意来往车辆,其他人只是跟着跑而已,这很容易发生意外。事故大多数发生在交叉路口或孩子熟悉的地段,尤其是距家100米以内的地区。另外,儿童服装颜色与交通事故的发生密切相关,穿鲜艳服装的儿童与穿颜色灰淡或伪装色服的儿童相比较,前者发生交通事故者明显少于后者,这可能是鲜艳色彩的服装容易引起驾驶员警觉的缘故。

减少车祸除了改善公路状况,加强管理,积极开展交通规则教育,不酒后驾驶和开疲劳车外,学校和家长应经常教育孩子遵守交通规则,提醒孩子哪些地段容易出车祸,即使是自己熟悉的地段,也不可大意,过马路必须看清前后左右。儿童上街不宜穿色彩暗淡或伪装服装,尤其在雾天,以穿红、蓝、黄等色彩鲜艳的服装为好,晚上宜穿反光强的白色服装。

“安乐窝”不安乐

许多人担心孩子外发生车祸、溺水等意外事故,认为只有待在家里才是最安全的,因而大人外出时常把孩子锁在家里。其实,家里并不是绝对的“安乐窝”。据美国的统计资料表明,有近50%的儿童意外伤害发生在家里,而且往往在孩子独自一人或仅有一名不到15岁的人照看孩子时发生。家庭内伤害事件有窒息、火烫伤、坠落伤、药物中毒、触电等。据美国消费品安全委员会报告,在过去10年里有284名10岁以下的儿童死于窒息事故,其中186名儿童死于误吞玩具等用品导致窒息死亡,有76名儿童

在“只生一个孩子”的社会里,有什么比丧失亲生骨肉更令人痛苦。安全,如何让孩子安全成长成为一个比健康成长更重要的问题。

●朱大钧

意外伤害, “小天使”悲剧的罪魁祸首

由于把气球碎片放入嘴里玩耍,碎片贴住咽喉部,阻塞气道而导致窒息。其他如弹子、塑料片、玩具的小部件、药丸、珠宝饰品、螺钉等,均可引起窒息。烫伤的孩子大多是拉扯桌布,倒翻桌上的热水、热汤或打翻桌边盛热水容器引起的。多数人家存有各种药品,却不妥善保存好,随便放在桌上等孩子易取到的地方,导致孩子误服者屡见不鲜。现代家庭中各种电源开关插座星罗棋布,孩子用手指或其他导电物插入容易引起触电。孩子独自爬上窗户玩耍不慎坠落等亦时有发生。凡此种种,不胜枚举。

因此,加强管理和改善家庭生活环境不容忽视,要及时消除各种危险因素,如保管好塑料袋、气球和一切会堵塞儿童气道的小物件;拿掉桌布,盛热水的容器要放在孩子碰不到的地方;锁好所有药品;盖住所有的电源开关、插座;经常检查家中儿童用品的安全性等,让家庭成为真正的“安乐窝”。做好以上几点,往往是举手之劳,却可杜绝家中意外伤害的源头。正如有关专家指出,也许你仅多花几分钟时间,就可能挽救孩子的一条生命。👤

·父母须知·

一位叫贾荔的女士看上去精明利索，举手投足间透露着沉稳和细致，是一家大型企业的会计师。她来向我咨询：

“6年前我与丈夫离婚，自己一个人带孩子，是时下颇受关注的单亲家庭。我非常爱我的儿子，可是他太不争气……”

“我出身于干部家庭，父亲是部队师级干部，母亲亦是厂子里的工会主席。能歌善舞、举止高雅的母亲在我很小的时候就开始培养我的气质，而父亲对我的要求更严格。虽然我未考上大学，但在双亲的影响下，我觉得自己的综合素质不错，在与有知识、有身份的人交往时，我的谈吐、气质不比他们逊色。

“一直以来，我深为自己出生于这样的家庭而自豪，所以我立志要给自己的儿子创造同样乃至更好的家庭环境，以培养他成为一个高素质的人。可在选择我的另一半时却犯了一个严重的错误。

“我的丈夫出身于工人家庭，其父母在车间干了一辈子脏活累活，到老了也只是一个退休工人。他也是一名工人，我想几十年后他也不过是个老工人。恋爱时，我被爱情冲昏了头脑，所以没有过多考虑他的出身和他的工作。结婚后，我越来越发现他和他的家人是那样粗俗、没有修养。尤其是他，说话嗓门大得像吵架，吃饭吧唧嘴，睡觉打呼噜；看电视只看足球，没事就打麻将；交那些朋友也是四肢发达、头脑简单，在一起吆五喝六，没有一点思想……”

“他的缺点暴露越多，我们之间的矛盾也就越多。最初我还想着改造他，让他变得文雅一点，后来我不得不停止这种徒劳的努力。对这个人绝望了，感情自然就变淡了，直至实在无法容忍时，我提出了离婚。那是我们结婚后的第8个年头，儿子已7岁，丈夫提出让儿子与他一起生活，我同意了。结果事实证明，我又犯了一个错误！

“离婚后我也谈过两个对象，但没有遇到合适的。想一想两个人生活在一起也的确太累，逐渐地我对婚姻不再抱什么希望，就这么过一辈子也很好，于是，我决定要回对儿子的抚养权，与儿子相依为命。正好这时前夫再婚，于是随他生活了3年的儿子回到了我的身边。

“我决心倾尽心血来培养儿子，但很快我就发现离开了我3年的儿子身上有太多太多的坏习惯，比如他总用手抠鼻孔，喜欢赤脚或穿拖鞋满街跑，经常拖着鼻涕与一些疯孩子玩泥巴，一身汗一身泥地跑回家，用脏手抓起饼干就吃，头往水龙头下一伸就咕咚咕咚往肚子里灌自来水……看到儿子的这些举动我感到痛心极了，这都是受他粗俗的父亲、爷爷奶奶影响的。不行，我一定要给他一一纠正过来，把他改造成真正的干部家庭的孩子。

“为了实现这一目标，我开始严格要求儿子，耐心教他如何走路才有气质，如何说话才有风度，如何做事才让人佩服等等。为了避免再受那些不雅举止、不文明谈吐的影响，我命令儿子不许与街上那些工人家、小市民家的孩子一起玩耍，更不许他再去爷爷奶奶和父亲处。要他多与出身高贵的孩子交朋友，多受他们的熏陶，在潜移默化中改变他自己的气质。

“我为儿子制定了周密的学习计划，督促他学画画、学



钢琴；参加英语强化班、演讲学习班……凡是能够提高素质、陶冶情操的活动和学习，我全让他参加。当然，为了提高他的学习积极性，我采取奖励措施，只要他肯学习、爱学习，他要啥我给他买啥。虽然只我一个人带孩子，工资也不高，但我尽可能满足他的要求，别的孩子有的，我儿子全有，别的孩子没有的，我儿子却不缺。

“让我伤心的是，我这样下力气教育他，不遗余力地培养他，这样娇惯他、宠着他，可到头来他是什么样呢？……”

说到这里，贾荔控制不住自己的情绪，眼泪涌出了眼眶。

“他不仅不理解我的一番良苦用心，还处处欺骗我，与我背道而驰。我不让他跟那些野孩子玩，他却总瞒着我去找他们，有时甚至把他们带到家里来。我为他报名学国画、钢琴，一个星期里他竟逃课三次。我送他进了教室，才转身刚走，他就悄悄溜走了，在外面转悠到下课了，然后装作没事似的回家；他偷着摸着往爷爷奶奶和父亲家跑，被我发现了，说他几句，他几天都不理我……”

“如今儿子回到我身边也有3年了，这3年来他没有进步，更与我生疏了许多。有时我很失望，觉得这孩子太难教，可作为母亲我能撒手不管吗？丈夫不理想可以离婚，

究竟

是儿错还是母过

●东子



儿子不称心能丢了不要吗？他已经13岁了，若再这样下去，那就像出窑的砖已定了型，想改就难了。我不能眼瞅着儿子长成一个像他爸爸一样粗俗、没有涵养的人。东子老师，您得帮帮我，我怎样做才能让儿子按我的想法去生活和成长？”

贾荔瞪着一双红红的眼睛望着我，眼里满是焦虑和期待。在我看来，要与她交流的不是如何让儿子听她的安排、接受她的改造这样的话题，而是如何改变她的不正确思想的话题。

“做父母的无不希望将自己的孩子雕塑成一件艺术品，无不渴望孩子成才。要把儿子培养成气质高雅、有知识、有涵养的人，这种想法是好的，是无可指责的。但你内心深处的一些错误观念我必须指出来。

“第一，你心里有一种根深蒂固的思想，那就是认为自己是干部家庭出身，属出身高贵。由此自视清高，瞧不起平民的孩子，甚至瞧不起工人出身的丈夫。这种思想直接影响了你的婚姻，更剥夺了孩子享受父爱与交际的权利和快乐。

“第二，靠强化学习，逼迫孩子参加各种学习班来培养孩子的气质和综合素养，却忽视了孩子的兴趣，忽视了孩子的长远发展，这种急功近利、违背孩子意愿的教育方式对孩子的身心无疑是一种摧残。

“第三，把物质奖励当成一种教育手段，以此激发孩子学习的原动力。要孩子成为高雅之人，属精神培养，却又一味地用物质奖励来满足孩子的物欲，忽视了孩子的精神需求。这种教育方式只会使孩子出现物质过剩、精神饥渴的状况，甚至使孩子成为只追求物质享受、不重精神培养的享乐主义者。”

“您的意思是说，3年来我费尽心机教育孩子却收效甚微，错不在孩子而在于我？”

“孩子就像一块天然璞玉，将它雕琢成什么样子，决定权在父母手里，孩子几乎没有一点辨别力和自主性。教育的失败不该归咎于孩子，而应从操刀者自身找原因。”

“那我该怎么办呢？”

“一个人的出身没有尊卑之分，不能因为自己出身干部家庭就瞧不起平民家庭出身的人。家庭环境对一个人

气质的形成有影响，但不起决定作用。一个人的气质如何，更多的是受后天的成长环境、自身学识的影响。所以，不是为了培养孩子的气质而残酷地限制孩子的人际交往，甚至阻隔孩子与父亲、爷爷奶奶的亲情交融。给孩子一个无拘无束、无忧无虑的童年对他的心智发展很重要，培养气质倒是其次。‘腹有诗文气自华’，若一个人学识渊博，其谈吐自然高雅，举止自然大方，这样的人纵使走进贫民窟、难民营，他依然是气质高雅之人，而不会因为交往的人不同而变得粗俗。

“为孩子选择一两门兴趣班对培养孩子的特长、陶冶孩子的情操不无裨益。但选择时一定要将孩子的兴趣放在第一位，尊重孩子的意愿。违背孩子的意愿，强迫孩子去参加名目繁多的学习班，只会使孩子在疲劳的辗转中产生厌烦心理，甚至以逃课的方式进行无声的反抗。结果不仅没有取得预期的效果，还浪费了你和孩子的时间、精力和物力，岂得不偿失？”

“孩子真正需要的并不是物质上的满足，而是精神滋养。因此，在满足孩子的基本物质需求的基础上，更要注重孩子精神需求的满足。不妨与孩子以朋友的身份进行交流，学会倾听孩子的心声。以真诚面对孩子，避免处处以家长高高在上的姿态训斥孩子，或喋喋不休地对孩子的行为举止品头论足。当孩子能把你当成朋友，对你说出他的心里话时，说明你对孩子的教育已走向了成功。了解孩子的内心想法，你可以根据实际情况适时调整教育措施，对孩子的精神需求给予及时满足，并及时排解孩子的苦恼、困惑。当你真正走进孩子的心里，想孩子所想，急孩子所急，乐孩子所乐，你就会时刻感受到发自孩子内心对你的爱。”



你家是否有个即将入学的『六龄童』？你是否为孩子的入学感到一阵宽心——『孩子交给老师，可以喘口气了』？可是，正好相反——

●马志国

一位年轻的妈妈——我过去的一位学生，曾经读过我的《童心与家教——献给学前儿童家长朋友》一书。那一年新学期刚开学不久，我们又碰到一起，聊起了孩子的教育。她说：“孩子学前这几年可让人费心了，多亏有您那本书帮忙。现在好了，今秋开学，孩子送到学校去了，把孩子交给老师，我可以喘口气了。”

“现在可不是你喘气的时候，相反，正是要你特别费心的时候。”我认真地说。

“为什么？”她有些不解。

“就因为孩子刚刚送到学校去。”我解释说，“当你把孩子送到学校以后，孩子就开始了一种全新的生活。孩子初当小学生，这意味着在他的人生旅途中开始经受一次重大转折：入学前孩子的主要活动是游戏，入学后的主要活动是学习；入学前较多地受成人照料，入学后则要逐步学会独立生活；入学前缺乏集体生活训练，入学后要学会适应集体生活。然而，刚刚入学的孩子面对这全新的生活，这陌生的世界，还很难适应。学校和老师当然会在孩子入学之初，尽最大努力引导孩子顺利渡过适应期。许多研究和实践证明，在入学之初多费些心思，日后才省心。你说，在这节骨眼儿上，当妈妈的怎能松口气？”

“幸好今天和您说起了这件事，要不我还要犯一个不小的错误啊！”她有所领悟地说，“那么您说，孩子初当小学生的日子里，我们当家长的该费哪些心思呢？”

我实话直说：首先是强化入学适应期心理训练。包括如下几个方面：一是强化孩子尊师爱校的情感。这时你特别要注意切不可随便非议或诋毁孩子的老师。二是强化适应学校生活的习惯。比如教孩子按时起床，按时睡觉，按时到校，这一点看似简单，实际上是小学新生家长遇到的最

难解决的问题。你如果缺乏思想准备，常常会被搞得精疲力尽。解决的办法是不要迁就，不要包办代替。只靠闹钟催促不行，重要的是要建立巩固的习惯。为了促进孩子积极主动地建立良好习惯，可以采取比赛，每天做记录，接受全家委托早起完成某项任务等方法。当然家长的以身作则必不可少。如因特殊的工作需要你晚睡晚起，应跟孩子说明缘由，以免孩子模仿。三是强化独立生活能力。如尽快教孩子能自己上学和放学回家，完成值日任务等。四是强化对集体生活的适应能力。比如尊敬老师，团结同学，遵守纪律等等。

“还真是这样，我差点忽略这些。”她又关注地问，“您说还有什么呢？”

我继续分析说：“家长自身也要做一定的心理调适。应注意下面几点：一是入学后，孩子对老师也许比你更依恋更尊敬了。老师的话‘句句是真理’。在孩子眼里，老师更棒。‘我们老师说的’，常常是他反驳你的有力根据。你应珍视这种感情，在孩子面前千万别说他的老师不好。当妈妈的别有什么失落感，应帮助孩子建立起对老师的依恋感，这对孩子的学习生活非常重要。二是新的生活让孩子有好多新的感受：老师、同学、上课、游戏……当妈妈的可别因为忙，顾不上这些，再忙也要抽出时间，倾听孩子的心声，了解孩子入学后的心理感受，你的教育才能有的放矢。三是孩子上学后给家庭生活秩序和节奏带来相应的变化，你在心理上要适当调节，以适应这些变化。四是孩子入学后活动天地广阔了，客观上使他们摆脱了父母用爱心编织的羽翼，这是发展孩子的自主性和独立性的好时机，当妈妈的别再像从前那样，管得太多太死，应该给孩子一点自主权了。”

“您说的这些好像就是对我说的，说到我心里去了。”她感触很深地说，“我一定要注意调整自己的心态。”

随后我提出了最后一点：在孩子入学之初，要主动与学校、老师取得联系，可不能坐等老师找你。家长也该抽空多找找老师，来个“校访”。身为家长理应与老师沟通，而且，入学之初，孩子实在容易出现麻烦。有些孩子就是因为入学的最初阶段家长疏忽了，而给后来的学习生活留下难以消除的隐患。及时沟通，麻烦刚一露头就解决好，不仅有利于孩子的入学适应，而且有利于孩子今后漫长的学习生活。

说到这里我半开玩笑半认真地说：“这些看法你以为如何？仅供参考，还请多多指教哦！”

“您还是那么幽默。”伴着爽朗的笑声，她说，“真是‘听君一席话，胜读十年书’，您说得太好了。在孩子刚刚当上小学生的这些日子里，我们当家长的撒手不管还真不行。看来，我还没到喘口气的时候呀！”

“是的。”我说，“把孩子送到学校交给老师，这是孩子人生旅途中又一个重要的里程碑，它宣告孩子学前生活的结束和新生活的开始。在入学最初阶段这个关键的转折期，真的需要当父母的多费些心思。在这点上，相信你肯定会当一个合格的妈妈，祝你成功！”

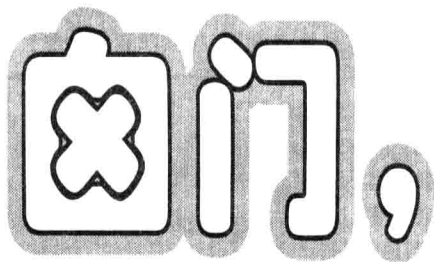
我们在欢笑中告别。



一周前，我表姐一家四口从泰国回潮汕观光。细算起来，表姐是“第三代”华侨，姐夫却只有十六分之一的华人血统，基本上连中文都不会说。表姐这次带先生和两个孩子回来，除了探亲还有一件重要的事情，就是要为自己未满周岁的小女儿看病。那天上午已经接近12点，他们匆匆赶到我的诊室，姐夫表情有点怪诞，而表姐不好意思地对我说，还是麻烦阿文给孩子看看吧！原来我那位十六分之十五是泰人的表姐夫，对我介绍的一位儿科专家极其不满，认为她一见面就摸他们小女儿的头，太无礼了。以至于她所开的处方他们也不相信了。原来如此！没想到儿科大夫习以为常地检查囟门，竟犯了泰国人的忌。

我向表姐夫解释道，医生摸孩子的头是一种十分必要的检查手段。看似简单的一个动作，有经验的医生却可以从中获得许多有关宝宝健康状况和某些疾病的信息，对正确诊断和治疗都大有帮助。

●文 纨



提供宝宝健康的信息



宝宝出生时，头颅骨还未发育好，每块头颅骨之间还未完全连结在一起。在几块头颅骨连接处形成的空隙称为“囟门”。囟门分前、后两个。在两块顶骨和两块额骨之间形成一个菱形的空隙称为“前囟”；在两块顶骨和枕骨之间形成的空隙称为“后囟”。正常初生儿，前囟的斜径约2.5厘米，而后囟则已闭合或仅呈微开的状态。

别小看这小小的囟门，它的状况为医生提供了重要的健康信息。

首先是囟门闭合的时间。宝宝出生后，随着颅骨的发育，至12~18个月时，前囟就会完全闭合；而后囟最迟不超过2~4个月时就应完全闭合。囟门过早闭合可见于头小畸形和颅狭小症；囟门闭合过晚则见于脑积水、硬膜下血肿、佝偻病、呆小病等。如佝偻病时，患儿骨组织发育障碍，囟门过大而且闭合延缓，头颅常呈“方颅”，头颅虽然看起来较大，但头围量起来还属正常范围。

另外，囟门还是一个观察宝宝头颅内部压力的窗口。

正常时，囟门表面与头颅表面的深浅是一致的，或稍微有点凹陷。由于该处没有骨头，所以摸起来会感到软软的，甚至有时可以感觉到搏动。当宝宝啼哭或用力时，造成颅内压力暂时性增高，这时的囟门摸起来就觉得比较硬，这是属于正常的现象。

某些疾病可以造成颅内压力异常的增高，即使在小儿安静的情况下，也可以看出囟门的部位明显从头颅表面凸起，像鼓起来的一个小包包。用手触摸时，感觉很硬，绷得紧紧的。

颅内压增高症是脑部或全身疾病引起的脑水肿、脑组织的体积及重量增加的一种临床情况。原因很多，可以分为急性与慢性两大类。

急性颅内压增高最常见的原因是感染，特别是颅内感染，如脑炎、脑膜炎、急性脑脓肿等；也可是全身性感染，如败血症、中毒性肺炎、中毒性菌痢等所致的中毒性脑病。急性颅内压增高时，患儿除囟门膨隆外，常伴有头痛（婴儿期不明显）、喷射性呕吐（与饮食无关，常在清晨或空腹出现）、意识障碍甚至惊厥。如果脑组织的体积和重量继续不断增加，可迫使脑组织向颅内的孔隙下压，部分脑组织被“挤”入这些孔隙中，形成所谓“脑疝”，常造成严重的后果，甚至可引起死亡。

慢性颅内压增高可见于脑积水、颅内肿瘤、慢性硬膜下血肿、或颅内寄生虫病等。此时，除囟门膨隆外，还伴随有相关疾病的相应表现。

另一种相反的情形，是颅内压力低，前囟表现为较明显的塌陷。引起颅内压力低的常见原因是严重的腹泻或频繁的呕吐，造成身体内水分大量丢失所致。此外，严重营养不良的消瘦患儿亦可有前囟凹陷的表现。

囟门，它的位置就在体表，看得见，摸得着。它不仅是儿科医生为小儿体检时必须做的常规检查，而且，作为妈妈平日也应多留点神，注意囟门所提供的信息，如果发现有异常情况，就要及时请医生进一步检查和处理。

听完我的一席话，表姐夫开朗地笑了，他急忙让表姐找出刚才大夫开好的处方，到药房取药去了。



美国肯尼迪艺术中心,舟舟举起指挥棒,作了个有力的动作,音乐声就像流水一般倾泻而出。在短短几分钟之内,舟舟轻而易举地征服了全场的观众,雷鸣般的掌声中,他的嘴巴咧了咧,笑了。舟舟抹了抹脸,从容地从裤兜里掏出手帕,擦了擦额头上的汗水,顺手塞进燕尾服的口袋中。紧接着,他抬起右臂,向主持人作了个手势。这一连串的动作,就在几秒钟的时间里完成,观众哗的一声笑了。舟舟的指挥有模有样,徐疾快慢,转承起合,锵锵然如暴风骤雨,悠悠然如行云流水。当美国人耳熟能详的《星条旗》音乐响起,场内许多观众击节附和,此时他们也许忘了,22岁的舟舟是一名来自中国的智障人,他的智商为30,相当于3岁幼童。

“弱智”国际上统一的名称为“精神发育迟滞”,是指患病于18岁以前,智力明显低于同年龄正常儿童的平均水平和社会适应能力显著低于相同文化背景的同龄儿童的一组发育障碍性疾病。按程度分为轻度、中度、重度和极重度,轻度者占大部分(75%~80%)。弱智儿童已不仅仅是一个家庭的不幸,同时也构成一个社会问题。

当人们惊讶于舟舟成功的同时亦思考着,怎么去开发智障儿。人的智商并不完全取决于遗传因素,后天有良好教育和悉心培养,可以大幅度提高弱智儿童的智商。大部分弱智儿童心理发育和成熟速度虽然缓慢,但只要较早地进行教育和训练,都会有所提高。目前,弱智儿童康复治疗的原则是早期发现、早期诊断和早期干预,治疗的重要环节就是教育、训练和照管。

对弱智儿童的教育训练是个连续的过程,家庭教育训练是不可缺少的一环。在弱智学校里进步显著的孩子多数得益于家庭教育的积极配合。对于年龄小的或不适应学校教育的弱智儿童,家庭中的教育训练更为重要。

首先,儿童的许多能力是通过与周围人们进行交往而获得的,弱智儿童也不例外。弱智儿在与周围社会交往的过程中,有机会接受各种感官刺激,接触各种身份的人,能发展感知觉、动作和语言能力,使其有可能学会基本的礼貌和常识,甚至懂得初步的道德规范。家长也容易发现他们在哪些方面存在潜能或是障碍,从而有针对性地、积极地加以引导和训练。舟舟就是一个成功的例子。舟舟三四岁时,就被父亲带到乐团“上班”。这里没人用异样的眼光看待他,善良的人们接纳了这个特殊的孩子。舟舟从此走入一个多姿多彩的世界,在父亲的引导下,舟舟发挥出音乐的潜能。

我们有些家长碍于自己的面子,不好意思带弱智孩子外出,这无形中就剥夺了孩子接触社会、提高社会适应能力的机会,他们或许永远都不会知道外面的世界有多精彩,他们也永远不会成为社会的一员。一个弱智儿童在接触社会的最初阶段,因其特殊面容、动作笨拙、举止不得体或语言障碍,会不可避免地遇到种种困难,但爱心、耐心、信心和恒心会支撑你们共渡难关。当你的孩子付出超过正常儿童几倍甚至几十倍的努力而开始融入社会的时候,人们不仅会接纳一个有礼貌、宽厚、善良的孩子,还会由衷地钦佩他们的父母。得到别人的尊重和肯定,无疑会增加弱智儿童的信心和勇气,他们不再胆小和退缩,不再焦虑和忧郁了。

其次,要注意家庭环境和家人的态度,一个良好的家庭环境对弱智儿童的发展是十分有益的,应尽量减少不良刺激,让弱智儿童生活在温馨和睦的环境中。家长要以身作则,教育态度更要一致,并且互相配合,使孩子养成良好的生活习惯。不能因孩子有缺陷而过分溺爱,任何事都包办代替,造成孩子的依赖心理,形成惰性,这不利于孩子动手能力和认知能力的发展;也不能坐视不管,忽视孩子的生理需要和情感上的需求。

再次,要从孩子智力的实际水平出发,提出适当的要求,制定明确的计划。期望太高,孩子一时做不到,会造成挫折的心理,容易放弃努力;期望太低,孩子的智力提高会延迟。教育和训练计划要有针对性和灵活性,短期计划和长期计划相结合,一点一滴地帮助弱智儿。教育训练计划中包括感知觉、动作、语言和交往能力的发展,生活自理能力、简单劳动技能的训练和个性品质的培养等方面。教育训练内容的选择要有顺序性,因人而异,每一阶段有所侧重,难度适当,由浅入深,由少到多,不断地重复强化。可以将动作分解成几个步骤,一步一步地学习,辅以示范,必要时手把手地教。在教育训练的过程中,要善于激发孩子的对学习 and 生活的兴趣和积极性,寓教于乐,在玩耍和娱乐中提高孩子的智力。

最后,要注意适当的奖励与惩罚。家长要善于使用鼓励的话语,及时表扬孩子的每一次进步,成功的喜悦会使他们信心百倍,更加努力地努力。适当的惩罚能纠正孩子的不良习惯,但惩罚绝不是指打骂,也绝不能滥用。

任何生命都是平等的。天才的人要求被人理解和尊重,弱智的人同样也要求被人理解和尊重,叩开弱智儿童智慧之门必定是艰辛的,然而,随着当今的科学技术水平和社会保障事业的不断发展,弱智儿童的未来也必定是充满希望的。让人与人之间互相理解,让人间充满爱,这是全人类共的神圣理想。

●文 憬

是不是所有的智障儿,只要给他们阳光,他们就会灿烂起来?回答是肯定的。中国残联主席邓朴方说,只要给他们机会,他们能做任何事。

