

生活陷阱 212



生活好运说丛书

金峰 主编
中国经济出版社

(京) 新登字 079 号

图书在版编目 (CIP) 数据

生活陷阱 212/金峰主编. —北京: 中国经济出版社, 1995.

4

(生活好运说)

ISBN 7-5017-3383-X

I. 生… II. 金… III. 社会生活—知识 IV. C913
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (94) 第 15218 号

主 编 金 峰
责任编辑 张玲玲 (8319287)
封面设计 李 飞
题图设度 凌 云

生活陷阱 212 生活好运说丛书

出版发行 中国经济出版社 (100037·北京百万庄北街 3 号)

经 销 各地新华书店

印 刷 北京地质矿产局印刷厂

开 本 787×1092 1/32 印张 5. 625

字 数 10 千字

版 次 1995 年 4 月第 1 版 1995 年 4 月第 1 次印刷

印 数 1-10000

书 号 ISBN7-5017-3383-X/Z·487

定 价 4. 50 元

目 录

一、家庭陷阱

- 3 陷阱 1: 近亲结婚
- 3 陷阱 2: 夫妻之间吹毛求疵
- 4 陷阱 3: 父母在孩子面前说谎
- 4 陷阱 4: 私拆子女信件
- 5 陷阱 5: 婆婆在小节上苛求媳妇
- 5 陷阱 6: 婆媳争着当家
- 6 陷阱 7: 妯娌之间相互攀比
- 6 陷阱 8: 吃饭时训斥孩子
- 7 陷阱 9: 家中存放过多现金

二、老年陷阱

- 11 陷阱 10: 老年人暴怒
- 12 陷阱 11: 老年人情绪波动太大
- 12 陷阱 12: 老年人过度沉缅于往昔
- 12 陷阱 13: 老年人看悲剧
- 12 陷阱 14: 老年丧偶过分悲痛
- 14 陷阱 15: 老年人溺爱孙辈
- 15 陷阱 16: 老人生活环境极度安静
- 15 陷阱 17: 老年人摸黑

- 16 陷阱 18: 老年人下棋过度
- 17 陷阱 19: 老年人仰卧睡觉
- 18 陷阱 20: 老年人睡眠时间过少
- 19 陷阱 21: 老年人坐得太久
- 19 陷阱 22: 老年人蹲着大便
- 20 陷阱 23: 老年人轻易拔牙
- 21 陷阱 24: 老年人食高蛋白过量
- 21 陷阱 25: 老年人常饮啤酒
- 22 陷阱 26: 老年人多饮咖啡

三、儿童陷阱

- 25 陷阱 27: 儿童常吃零食
- 25 陷阱 28: 小儿空腹喝牛奶
- 26 陷阱 29: 儿童多吃罐头
- 27 陷阱 30: 儿童过多吃鸡蛋
- 27 陷阱 31: 儿童吃奶糖过多
- 28 陷阱 32: 儿童吃泡泡糖过多
- 28 陷阱 33: 用果汁代替水果
- 29 陷阱 34: 儿童多饮可乐型饮料
- 30 陷阱 35: 儿童喝啤酒
- 30 陷阱 36: 幼儿口含食物睡觉
- 31 陷阱 37: 婴儿过早学坐
- 31 陷阱 38: 孩子睡在大人中间
- 32 陷阱 39: 儿童睡软床
- 33 陷阱 40: 幼儿穿喇叭裤
- 33 陷阱 41: 儿童穿皮鞋
- 34 陷阱 42: 给婴儿剃光头

- 34 陷阱 43: 盲目给孩子用药
- 35 陷阱 44: 小孩吃过多的滋补药
- 37 陷阱 45: 给孩子捏鼻喂药
- 37 陷阱 46: 随便给孩子吃宝塔糖

四、女性陷阱

- 41 陷阱 47: 妇女大量饮烈性酒
- 41 陷阱 48: 少女吃零食
- 42 陷阱 49: 妇女喝浓茶
- 42 陷阱 50: 妇女经期穿牛仔裤
- 43 陷阱 51: 妇女戴太紧的胸罩
- 44 陷阱 52: 妇女穿尼龙内裤
- 44 陷阱 53: 女性留发过长
- 45 陷阱 54: 妇女常用高锰酸钾
- 45 陷阱 55: 妇女经期坐浴或盆浴
- 46 陷阱 56: 新婚服安眠药
- 47 陷阱 57: 高血压患者盲目怀孕
- 47 陷阱 58: 肾炎患者怀孕
- 48 陷阱 59: 停服避孕药后立即怀孕
- 49 陷阱 60: 孕妇吸烟
- 49 陷阱 61: 孕妇饮酒
- 50 陷阱 62: 孕妇长期服用鱼肝油
- 51 陷阱 63: 孕妇喝咖啡
- 51 陷阱 64: 孕妇吃冷饮不节制
- 52 陷阱 65: 忽视孕期营养
- 53 陷阱 66: 孕妇穿化纤内衣
- 54 陷阱 67: 孕妇多看电视

- 54 陷阱 68: 孕妇仰睡
- 55 陷阱 69: 孕妇涂指甲油
- 56 陷阱 70: 孕妇接触猫
- 57 陷阱 71: 怀孕期间用药不谨慎
- 57 陷阱 72: 孕妇过多服补药
- 58 陷阱 73: 孕妇缺钙
- 59 陷阱 74: 孕妇接触农药
- 60 陷阱 75: 孕妇照 X 线
- 60 陷阱 76: 盲目保胎
- 61 陷阱 77: 反复人工流产
- 62 陷阱 78: 忽视孕妇心跳加快
- 63 陷阱 79: 忽视产前检查
- 64 陷阱 80: 忽视宫外孕
- 65 陷阱 81: 忽视葡萄胎
- 66 陷阱 82: 妊娠后期坐浴
- 67 陷阱 83: 强求实行剖宫产
- 67 陷阱 84: 产后马上同房
- 68 陷阱 85: 产后过久食红糖

五、美容陷阱

- 71 陷阱 86: 浓妆艳抹
- 71 陷阱 87: 口红用量过多
- 72 陷阱 88: 面膜使用过频
- 72 陷阱 89: 将粉制化妆品直接搽在脸上
- 73 陷阱 90: 用高浓度香水化妆
- 74 陷阱 91: 长期使用药效化妆品
- 74 陷阱 92: 用含雌激素的润肤膏

- 75 陷阱 93: 化妆品久留脸上
- 75 陷阱 94: 面部搽香水
- 76 陷阱 95: 洗澡后马上化妆
- 76 陷阱 96: 看病时化妆
- 77 陷阱 97: 长期染发
- 77 陷阱 98: 烫发次数过多
- 78 陷阱 99: 经常给头发吹风
- 78 陷阱 100: 频繁做面部保健操
- 79 陷阱 101: 长期使用健美丰乳膏
- 79 陷阱 102: 束腰太紧
- 80 陷阱 103: 盲目佩戴发饰
- 81 陷阱 104: 指甲留得过长
- 81 陷阱 105: 盲目节食减肥

六、饮食陷阱

- 85 陷阱 106: 暴饮暴食
- 86 陷阱 107: 狼吞虎咽
- 87 陷阱 108: 吃过烫食物
- 87 陷阱 109: 喝过多的冷饮
- 88 陷阱 110: 过食生冷食物
- 89 陷阱 111: 用开水泡饭吃
- 89 陷阱 112: 吃饭时大声说笑
- 90 陷阱 113: 边吃饭边看书
- 91 陷阱 114: 摄入过量维生素
- 92 陷阱 115: 食用病死猪肉
- 93 陷阱 116: 吃有黑斑的红薯
- 93 陷阱 117: 过量食用大蒜

- 94 陷阱 118: 吃霉变的凉粉
- 95 陷阱 119: 食用味精过量
- 95 陷阱 120: 食爆米花过多
- 96 陷阱 121: 天天以油条作早餐
- 97 陷阱 122: 炒菜放油过量
- 98 陷阱 123: 食用变质食油
- 98 陷阱 124: 生吃酱油
- 99 陷阱 125: 出汗后大量饮水
- 100 陷阱 126: 用饮料取代白开水
- 101 陷阱 127: 一边吸烟一边饮酒
- 101 陷阱 128: 睡前饮酒
- 102 陷阱 129: 喝啤酒过量
- 103 陷阱 130: 喝浓茶
- 104 陷阱 131: 饮用霉变的茶叶
- 105 陷阱 132: 喝隔夜茶
- 105 陷阱 133: 混吃牛奶和巧克力
- 106 陷阱 134: 牛奶中加糖过多
- 106 陷阱 135: 饮未煮开的豆浆
- 107 陷阱 136: 吃臭鸡蛋
- 107 陷阱 137: 生吃鸡蛋
- 108 陷阱 138: 生炒动物内脏
- 108 陷阱 139: 吃烧焦的鱼肉
- 109 陷阱 140: 吃长芽的花生
- 109 陷阱 141: 食发霉的花生、玉米
- 110 陷阱 142: 吃带皮的土豆
- 110 陷阱 143: 吃烂白菜

- 111 陷阱 144: 空腹吃柿子
111 陷阱 145: 红薯与柿子同吃
112 陷阱 146: 用铝锅长时间烧煮食物
113 陷阱 147: 在煤气炉上烤食物

七、居室陷阱

- 117 陷阱 148: 房间密不通风
118 陷阱 149: 冬季室温过高
118 陷阱 150: 居室种花过多
119 陷阱 151: 趴坐睡觉
119 陷阱 152: 开灯睡觉
120 陷阱 153: 不洗脚就睡觉
120 陷阱 154: 起床随手叠被
121 陷阱 155: 被褥久盖不晒
122 陷阱 156: “高枕无忧”
123 陷阱 157: 吹电扇的时间过长
124 陷阱 158: 彩电接地线
124 陷阱 159: 录音机长期不切断电源
125 陷阱 160: 用医用胶布包电线
125 陷阱 161: 频繁开关日光灯
126 陷阱 162: 用农药驱蚊蝇

八、穿戴陷阱

- 129 陷阱 163: 长期穿高跟鞋
130 陷阱 164: 长时间穿运动鞋
130 陷阱 165: 皮鞋过瘦
131 陷阱 166: 反穿帆布雨衣
131 陷阱 167: 衣服在洗衣桶内长时间浸泡

- 132 陷阱 168: 戴隐形眼镜
- 132 陷阱 169: 戴水晶石眼镜
- 133 陷阱 170: 戴大框架眼镜
- 134 陷阱 171: 开车戴深色墨镜

九、保健陷阱

- 137 陷阱 172: 饭后百步走
- 137 陷阱 173: 常用口呼吸
- 138 陷阱 174: 经常挖耳朵
- 139 陷阱 175: 蓄胡须
- 140 陷阱 176: 刮舌苔
- 141 陷阱 177: 洗澡时用力搓擦
- 141 陷阱 178: 在澡堂内久留
- 142 陷阱 179: 热身洗冷水澡
- 143 陷阱 180: 长期使用一种药物牙膏
- 144 陷阱 181: 卧床看书
- 144 陷阱 182: 手冻僵了马上烤火
- 145 陷阱 183: 强忍大便
- 146 陷阱 184: 憋尿
- 146 陷阱 185: 急性扭伤后立即按摩
- 147 陷阱 186: 颠簸摇晃中风病人
- 148 陷阱 187: 用茶水服药
- 149 陷阱 188: 干服药片
- 149 陷阱 189: 用牛奶送服药品
- 150 陷阱 190: 开水冲服蜂蜜
- 150 陷阱 191: 滥用安眠药
- 152 陷阱 192: 多药同服

- 152 陷阱 193: 没病乱吃药
- 153 陷阱 194: 病人过早停药
- 154 陷阱 195: 睡前服降压药
- 154 陷阱 196: 避孕药与抗生素同服
- 155 陷阱 197: 服药时饮酒
- 155 陷阱 198: 服用降压药突然停药
- 156 陷阱 199: 发烧时急用退热药
- 156 陷阱 200: 腹痛时急于服用止痛药

十、其他陷阱

- 161 陷阱 201: 用化肥袋存粮
- 161 陷阱 202: 用废旧书报包装食品
- 162 陷阱 203: 用电冰箱存放药材
- 163 陷阱 204: 用暖水瓶装酸性饮料
- 163 陷阱 205: 用塑料桶装运汽油
- 164 陷阱 206: 鸡蛋洗净存放
- 164 陷阱 207: 冷冻保存牛奶
- 165 陷阱 208: 携带危险品乘车船飞机
- 166 陷阱 209: 过度疲劳时驾车
- 166 陷阱 210: 喷酒农药后饮酒
- 167 陷阱 211: 雷雨天打电话
- 167 陷阱 212: 堵住花盆底孔

一、家庭陷阱

陷阱 1：近亲结婚

我国《婚姻法》规定，直系血亲和三代以内的旁系血亲禁止结婚。这里所说的直系血亲是指父母与子女、祖父母与孙子女、外祖父母与外孙子女。旁系血亲是指兄弟姐妹、堂兄弟姐妹、姑、叔伯、姨、舅等。三代以内的旁系血亲，包括同一父母、同一祖父母、同一外祖父母的亲属。

从优生学的角度讲，近亲结婚所生子女往往患有先天性缺陷，遗传病较多。为了提高人口素质，保障下一代人的健康成长和民族的强盛，请大家都自觉地遵守法律的规定。

陷阱 2：夫妻之间吹毛求疵

和谐的夫妻关系是建立在互敬、互爱和互谅的基础之上的，因一点点小事而吹毛求疵，吵吵嚷嚷，只能使对方产生反感，影响夫妻和睦。我们说，吹毛求疵是一种病态心理，它往往使人把自身的毛病投射到别人身上，处处挑剔别人，指责对方。这不仅容易在对方心里埋下积怨的种子，同时还会使对方将你本有的重要意见也忽略掉。避免吹毛求疵的最好办法，就是要着眼夫妻间的大事，而不去指责那些鸡毛蒜皮的小事，重要的事情就用言语和行动清楚地表达出来，不重

要的就忽略过去。合理的判断，加上善意的批评和一定程度上的容忍，便可帮助对方改正错误，也能发展两人之间的和谐关系。

陷阱 3：父母在孩子面前说谎

家长是孩子的第一任教师，家庭教育对孩子日后的成长起着不可忽视的作用。家长的一言一行，一举一动，孩子都会看在眼里，自觉不自觉地加以模仿。但是有些父母不注意这个问题，比如为了私事，明明身体无恙，却装病请假；邻居来借东西，谎称找不到等等，这类事情都极易在孩子幼小的心灵里播下说谎的种子，天长日久，孩子就以爸爸妈妈为榜样了。

陷阱 4：私拆子女信件

有些父母认为，别人的信件不能拆，但自己儿女的信件是可以拆的。实际上，父母私拆子女信件，同样是法律所不允许的。

诚然，未成年的孩子各方面还不成熟，父母作为孩子的监护人和法律代理人，有责任来了解孩子的思想，关心教育他们。但是，关心教育孩子也需要采取适当的方式，应该在

相互沟通的基础上对孩子提出意见，加以引导。每个人都有自己隐藏在心灵深处的秘密，私拆子女信件或偷看日记，很容易使孩子形成逆反心理，甚至失去对父母的信任感，在两代人之间产生一层隔膜，造成一些不愉快的后果。

陷阱 5：婆婆在小节上苛求媳妇

作为家庭中的长者，婆婆应该表现出长者的大气度、宽胸怀。对待媳妇，婆婆首先要在心理上不把媳妇当作外人，不要在细枝末节的小问题上苛求媳妇。比如媳妇的音容笑貌、言谈举止、业余爱好等等，当婆婆的就不必强求与自己一致，合自己的心意，只要不是有关道德品质、思想意识的事，婆婆可以采取“悉听尊便”的态度。在小节上苛求媳妇，有可能伤害媳妇的自尊心，影响婆媳感情，进而破坏家庭的和睦。

陷阱 6：婆媳争着当家

有些婆媳的矛盾是从“夺权斗争”开始的，本来是婆婆当家，媳妇进门后也要争着当家，于是纠纷由此而起。那么到底该谁当家呢？对于一个感情融洽的家庭，无论谁当家都是件很自然的事。一般来说，老人持家久，经验多，善于统筹安排，又有较宽裕的时间料理家务，这样能够减少小辈们

许多生活琐事，可以说是两全其美。当然，媳妇也不能袖手旁观，而要多帮婆婆做事，多关心体谅婆婆，如果婆媳感情好，而且确实表现出管家的本领，说不定婆婆还会主动“让贤”呢。

陷阱 7：妯娌之间相互攀比

家庭关系中，妯娌关系也是较难处的。常见的毛病是在生活待遇上比穿戴，干活上比多少，越比越觉得自己吃了亏，埋怨长辈偏心，不公道。这样，妯娌之间、婆媳之间就会产生成见，影响全家和睦相处。

在这种情况下，作为长嫂，应该是宽宏大量，不要为一些小事与弟媳斗气、攀比；作为弟媳也要考虑长嫂这些年来的诸多辛苦。彼此间多看别人的长处，多些谅解，这样才会建立一个团结友爱的大家庭。

陷阱 8：吃饭时训斥孩子

经常在吃饭时训斥孩子对其身心健康极为不利。因为吃饭时受训斥，会使孩子心跳加快，血压升高，消化功能因而受到影响，食欲减退。如果经常在这种气氛中进食，还可导致各种疾病的发生。所以，无论是家庭还是幼儿园，大人们