

妻子出轨让他“软弱”

张晨
调频 101.1
兆赫 江苏
交通广播网
《男女夜话》主持人
时间:每天 0:00~1:30
视频网址:www.lifenanjing.com.cn 或 www.生活南京.com

谈性正液

都说深夜的人最真实,深夜的人最感性,但又有谁知道,这样的感性和真实往往是以现实生活中惨痛的付出为代价的。辉的电话让我再次陷入一种思考:当生活和感情有了背叛的时候,什么才是重新回归的希望?

我和妻子两年前结的婚,我们是自由恋爱,婚后感情一直很好。出事的那晚上正好是我们结婚两周年的日子,因为我从事市场销售的工作,平时在家的时间比较少,这让我感到非常内疚,这次说什么也得赶回去给她一个惊喜。没有打招呼,我连夜从出差地赶回了家,万万没有想到,

想到,迎接我的是那样一个沉重的致命打击。

当我拿出钥匙轻轻地打开房门,准备走进卧室给她一个惊喜的时候,却发现卧室的房门半掩着,一阵让我颤栗和惊悚的声音从里边传出来!我冲到门口,看到了我见过的最丑恶的一幕:床上是两个缠绕在一起的裸体,而因为激动和快感发出阵阵呻吟的,正是我的老婆!我一脚踹开了房门,床上的男女大概没有想到会有这样的意外,都呆住了。我突然觉得一阵眩晕,真想上去抽那两个混蛋!可有点支撑不住的感觉,眼泪不争气地掉了下来。

顿了顿神,我故作轻松地说,坏了你们的好事了,继续吧!说完头也不回地冲出了家门。

那个晚上我也不知道是怎么过的,等她找到我的时候已经是第二天早晨,她求我原谅她,甚至当街给我跪了下来。她像往常一样温柔体贴,甚至更加殷勤,可我已经麻木,找不到从前的感觉了。

“你现在过得还好吗?”我问。“唉……”一声叹息之后,是长久的沉默。

“你可以原谅她,但你也必须找出你们之间的问题所在。”我对辉说。

“不瞒你说,其实我已

经尝试着开始慢慢原谅她,我想重新开始,但是……”辉欲言又止。

“但是什么?”我追问。“但我好像不行了!只要我一想到那天晚上,哪怕刚才多么激动,当时就会疲软下来,很痛苦。”

“看来你还是没有能够完全接受这件事,没关系,慢慢来,心病还需心药治,现在你应该找到你们之间问题的真正根源,避免以后重蹈覆辙再犯同样的错误,这样才能给自己继续下去的信心,加之对已经遭到破坏和产生裂痕的感情修补,我想,希望还是有的,等到这些问题都解决了,那么我想,性的和谐也就是水到渠成的事情了!”

辉是聪明的,他选择了一种理智的方式来处理这件事,不管结果如何,对自己来讲,肯定不是最坏的结果。那么对于和他一样有着类似经历的人来说,即便你们不能继续,也不要仇恨,因为仇恨伤人,也会伤己,如果你曾经因为伤害想为自己挽回些什么的话,请宽恕和原谅伤害你的人吧,因为,这是生活重新开始的希望。

如果你也有性困惑,性苦恼,别错过生活南京网站 周日晚 8:00~9:00 的张晨谈性视频。

被老百姓俗称为“缠腰龙”、“飞蛇”的带状疱疹,以往多发于中老年人。而南京市第一医院皮肤科主任许惠娟在近年来的门诊上发现,带状疱疹不再是中老年人的“专利”,年轻化趋势越来越明显。

劳累熬夜 “缠腰龙”缠上年轻人

25岁的小齐就是不幸“中招”者之一。前几天,他发现自己的腰部有两个红疙瘩,他以为是蚊子咬的,虽然有点疼痛,但没有在意。随后,他感到胆囊处隐隐作痛,当时也以为是饮食不当导致的。可是疼痛越来越明显,夜里疼得都睡不着觉,红疙瘩也不断扩散。到医院就诊,医生一眼就看出来,这是带状疱疹。医生分析,这和他最近比较劳累、免疫力下降有着直接关系。小齐这才想到,上个月他又是上班,又要熬夜看球,非常劳累,可能就是当时的劳累,才埋下了现在患上带状疱疹的“祸根”。

南京市第一医院皮肤科主任许惠娟说,带状疱疹是由水痘一带状疱疹病毒引起的,一年四季都会发作,但最近带状疱疹的患者比较多,这可能和夏季人们睡眠不好、饮食不好导致抵抗力下降有关系。发病人群各个年龄段都有,10年前主要是中老年人,现在年轻人越来越多,她接诊的最小的一名带状疱疹患者是一名4岁的

男孩;30岁以下的患者也越来越多,该科接诊的带状疱疹患者中,30岁以下的患者占到了一半。她分析,这是因为现在人们的生活压力普遍很大,尤其是年轻人,熬夜、饮食不规律、过度精神紧张都会引起劳累过度,导致身体免疫力下降从而发病。另外,高温天气造成情绪波动大、抵抗力下降等,都可能引发带状疱疹。

许惠娟介绍,长期失眠者,机体调节机制失衡,使免疫系统功能受损,抵抗力下降,容易患上带状疱疹,因此,预防带状疱疹,平时应注意不要过度劳累,不要熬夜;夏天要多吃水果和清淡的食物,不要整天处在空调房间内,还要加强运动增加身体抵抗力。

快报记者 张星

温情提示

凉拌菜,别用“用于烹调”的酱油

快报讯(通讯员魏坚 记者 张星)夏天很多市民在家爱吃凉拌菜,却不知道如何选购酱油。南京市卫生监督所的食品卫生专家介绍,餐桌酱油与烹调酱油是有区别的,两者的卫生标准并不完全一样。因此,专家提醒市民,不要购买“用于烹调”的酱油直接做凉拌菜或佐餐,由于未经过加热过程,可能会带来健康隐患。

据介绍,根据酱油卫生标准《GB2717-2003》中规定,餐桌酱油是既可直接食用,又可以用于烹饪加工的酱油,每毫升检出的菌落总数不能大于3万个,而对烹调酱油(不直接食用,用于烹调加工如红烧或炒菜的酱油)的菌落总数,该标准没有强制性标准要求。

同时国家还规定了酱油的产品的包装标识上必须醒目标注:是用于“直接佐餐食用”还是用于“用于烹调”。

AUS微管 | 特邀省人民医院妇产科专家王亚萍教授坐诊
超导可视无痛人流
准确定位 • 超导可视新技术
无痛苦 • 快速解除烦恼
更安全 • 随治随走 经济负担轻
时间短 (节假日不休) 咨询热线:025-83367166
高效率 83360799
恢复快
玄武中医院
地址:珠江路318号(百脑汇对面)玄武中医院六楼妇科

报网联动 全新服务
www.生活江苏.com
www.生活南京.com
24小时新闻热线:96060

西瓜切开后存放别超2小时



茅志成教授做客快报记者视频 快报记者 辛一摄

高温天气里,市民如何远离中暑防范猝死?前天晚上,全国高温中暑防治研究组组长茅志成教授走进快报视频访谈。

中暑人群低龄化明显

茅志成说,上个世纪五六十年代中暑的人群主要是产妇;上个世纪七八十年代,因为平均寿命的延长,中暑年龄老龄化,中暑者多是些老年人;最近几年,中暑的人群又发生了变化,中青年中

暑者越来越多,很多年轻人长期在空调房间生活,耐热能力下降,一旦到高温环境中,很容易中暑。

他说:“今年南京进入盛夏以后,就有不少中青年人在发生了中暑,有一些年轻人在剧烈运动后,发生了热射病,也就是中暑中最严重的症状。”他提醒,凡是在高温天气下剧烈运动者,比如长期奔跑、作业时间过长者、纺织车间工作的人,都是中暑的易发人群。

夏天穿衣服适当带点色

夏天阳光毒辣,出行的时候,穿什么颜色的衣服好?茅志成说,夏天紫外线比较强,应该适当穿一些带色的衣服,比如淡灰色。颜色也不要太深,像黑色更容易吸热;白色对紫外线的吸收很强。另外,不要穿不透气的衣服,这对散热不利。

西瓜切开后存放要小心

茅志成说,夏天应该适当吃一些清淡的食品,油腻、不容易消化的食品要尽量少吃;同时,夏天防暑时更重要的一点是要补充液体,可以多吃一些冬瓜汤、丝瓜汤、海带汤等。夏天吃西瓜时也要注意,如果一次进食量太多,会造成消化障碍,出现腹痛,如果吃了不成熟的西瓜,或者变质的西瓜,就会导致急性肠炎。

另外,西瓜切开后,在冰箱里存放的时间不要超过两小时。快报记者 张星

Health·瘦身

夏天,中老年女性瘦身忙

快报讯(记者 胡玉梅 张星)天气炎热的夏季,也成了减肥的旺季。记者在近日的采访中发现,在夏天减肥的人群中,不仅有年轻的女孩,有些50多岁的中老年女性也加入到了瘦身的行列。

医学专家介绍,在夏季,由于天气炎热,人们活动时出汗增多,能量的消耗较大,脂肪细胞代谢也较快,自然肥胖程度也会有所改善。夏天白天时间较长,天热也容易睡眠不足,体内的新陈代谢旺盛,相对散发的热量也增多,另一方面,夏季天气闷热,人们普遍食欲不振,较为喜欢摄取清淡的食物,而

清淡的食物含热量低。肥胖者夏天体重减轻,主要是身体所散发的能量多于摄取的能量,这完全符合减肥的原则。因此,在夏季减肥,可“顺势而为”,达到事半功倍的效果。

夏季减肥的方式有很多种,通过饮食、运动、针灸、手术、药物、保健品等方面,都可以达到科学减肥的效果。记者走访了南京的一些药店发现,在购买减肥产品的消费者中,除了爱美的年轻女性外,还有不少中老年女性。在新街口一家药店的姗拉娜产品销售柜台上,工作人员介绍:“最近,减肥产品比较

好卖,有时一天能卖10多盒。顾客都是女性,大部分是20岁上下的年轻女孩,不过,最近也有不少四五十岁的中年女性来买这种产品减肥。有一个20多岁的女孩用了以后觉得很有效,就特意帮她妈妈买了两盒。”

专家介绍,夏季减肥是个系统的工程,除了服用减肥产品外,还要为自己度身定做一个综合计划,注意饮食的调节,多吃一些低能量的减肥食品,如赤小豆、萝卜、竹笋、海带、山楂、大蒜、辣椒等,同时坚持一定的运动,如跑步、体操、骑车等。

一次性治疗下肢静脉曲张

张先生向笔者反映,由于常年站立工作,不知不觉的患上了静脉曲张,近十年来,小腿经常胀痛、抽筋、瘙痒,皮肤表面呈蚯蚓状,凹凸不平,近4年来小腿皮肤逐渐发黑,形成溃烂,创口面积逐渐扩大,流脓,曾到多家医院治疗,但疗效一直都不理想,他感到十分痛苦,甚至对治疗失去信心。

去年一次偶然的机会,在媒体上看到南京京华医院静脉曲张诊疗中心邵主任等专家治愈了不少静脉曲张、静脉炎、老烂腿、脉管炎的病人,于是,我拨通了该院

025-84548673的咨询电话,抱着试试看的心态,找到了位于南京市新街口淮海路146号的京华医院静脉曲张科,邵主任为他认真的检查和细心地诊断后,采用中成药结合外用药物进行一个疗程治疗后,小腿肿痛明显减轻到消失,溃疡伤口奇迹般痊愈,使我又激动又高兴。一个月后,我又来到京华医院复诊,邵主任运用静脉介入疗法快速除去了我下肢静脉曲张溃烂的根源,患肢越来越有力了,无复发无反弹。故借贵报一角,感谢南京京华医院静脉曲张



科的专家们治好了我多年的静脉曲张起的老烂腿,如有患同样疾病的朋友,应尽快到南京京华医院治疗,一定能药到病除。

南京京华医院 | 静脉曲张科
24小时
咨询:025-84548673

失眠抑郁、神经衰弱、精神分裂症

南京京华医院失眠抑郁诊疗中心特邀著名神经内科王主任来院亲诊,该院拥有一批经验丰富的专家队伍,针对目前众多患者无法摆脱失眠痛苦及安定困扰,对国内外所有有关治疗失眠症、抑郁症的验方进行全面的分析和

整理,并结合心理疗法进行了辨证施治。对各种原因引起的神经衰弱、顽固性失眠、抑郁症、躁狂症、焦虑恐惧、精神分裂症、头晕头痛、记忆力减退、疲劳综合症、更年期综合症、老年痴呆症等。 预约热线:025-84409045

地址:南京市新街口淮海路146号(国美电器向东200米)乘1路、游2、31、80路杨公井站下

南京京华医院
微创清除 腋臭
只需20分钟

南京京华医院特邀国内著名整形专家组来院亲诊

俗话说:“一身异味洗不净,自古难治腋下臭”这体现了过去人们用悲观思想表达治疗腋臭的痛苦,腋臭俗称“狐臭”。它主要由大汗腺的分泌液中具有一种不饱和脂肪酸经皮肤表面细菌分解后散发的一种特殊气味,其虽然不是病,但闻起来可是要人命,有腋臭的经常让人避之唯恐不及,在生活、工作和学习方面受到很大打击,使患者的自尊心受到严重的伤害,在恋爱婚姻中产生一定的困难,有的甚至影响到下一代子的幸福。

告别腋臭从这里开始
南京京华医院在省率先引进目前世界尖端“微创腋臭清除术”该技术只需在腋下切口米粒大小口(约0.5cm左右)结合内窥镜图像显示系统,该系统清楚可视汗腺下进行,清除异味根源,迅速清出体外,并完美保持患者腋部皮肤完整,真正达到标本兼治的目的。本院还接受治疗其他医院治疗后的复发患者。

地址:南京市新街口淮海路146号(国美电器向东200米)《节假日不休》 预约热线:025-86641220