



# 婆婆之间 婆婆更年期

□雪豹

我婆婆是个好人,也比较明事理,我和老公发生矛盾的时候,她一般不会明显偏袒她儿子,人很公道。她自己年轻的时候,被婆婆欺负得厉害,所以,她好像特别能理解做媳妇的不容易。我给她买点什么,她都很高兴。

可是最近不行了。婆婆到了更年期,脾气忽然变得很暴躁,一点小事都要唠叨半天(她本来不是个多嘴的人),还总是用那种凶巴巴的口气,几乎每天都要出花样。一会儿说她要去看病,一会儿又说,你们干脆雇个保姆看孩

子吧。一会儿又说,我还不如不要上班。我本身脾气也不是很好,这几天一直憋着,快憋不住了。

有时候想想,其实婆婆自己也很难受。她接受不了自己的转变,脾气暴躁不说,做饭也大不如前,再加上胃病又犯了,每天都要吃药,她心情简直坏到了极点。我每天下班回来就发愁,不知道婆婆又出什么花样,也不知道该怎么哄她高兴。我做的饭也不合她胃口,只能回来就闷头不吭气。但是,这样一来,家里的气氛很微妙。真愁人!



## 温馨提示

### 更年期

更年期对很多女性来说是非常痛苦的事,主要表现为月经不规律,浑身乏力,心慌,记忆力衰退,失眠多梦,爱发脾气,容易产生心理疾病,严重者甚至有自杀的苗头,临床上治疗虽然有很多种药物,但疗效都不是很明显,主要从心理上解决,作为家庭成员一定要理解她,让她树立信心,建立乐观的情绪,生活上调理好,配合药物治疗一定能够度过这个痛苦时期。

### 更年期的保健

多穿几层衣服,里面最好是棉制品。如果出现潮热,就脱掉外面的衣服。另外,在潮热开始时,喝一杯冷水或冷果汁。

穿棉制睡衣,保持睡房凉快。床上多垫几层床单。当出现潮热打湿上面的床单时,可以拿掉上面的床单。

注意饮食,不要喝酒,也不要吃辛辣食物。

坚持锻炼。有些女性发现坚持锻炼可以减轻潮热的影响,而且可以帮助睡眠。

多吃豆腐。豆子里含有一种与雌激素是同一属性的物质,也许可以帮助缓解潮热等症状。也可以在潮热开始时喝凉豆浆。

处理阴道干燥。似乎性欲下降与阴道干燥有关。因为阴道干燥可以引起性交痛。市面上有阴道润滑膏,有含雌激素和不含雌激素水溶性的两种,可以润滑阴道,解决性交时阴道干燥的问题。

## 网友意见

penny89liu: 呵呵,尽量体谅一下更年期的婆婆吧,女人都会有的。我家婆婆好像也在更年期,但没有对我怎么样,就是对我公公大吼大叫,我公公说什么她都觉得不顺耳,两个人就吵,也可能是我现在正在怀孕期间没有对我咋样,以后孩子出生了,他俩再这样吵,我真怕影响孩子,哎!

寒江42: 尽量少说话,说多了难免哪句让婆婆不高兴。这个阶段的女人都比较敏感,能理解。自己多承担点事情,忍一

忍,也不会天天都这样,说不定过几天心情又好。

爱我的小妮子: 你算好的啦,我家是老公更年期,男人更年期比女人还严重,而且老公还是个爱说爱管闲事的人,我家里因为有一只蚊子他一宿没睡,第二天让我们打蚊子,真是烦死了,因为他我和老公总吵架。

怀念喵喵: 我婆婆还好吧,有什么也不在我面前表现出来。就拉个脸,我就当看不见。等她

心情好了,再迎合她。

小早早: 个人认为一点办法都没有,就她目前的状态来说,怎么跟她沟通都没什么太大作用,自己多照顾照顾孩子吧。

柔情似水66: 哈哈,看来我比姐妹们要幸福哦,因为我还没嫁给我老公时她已经过了更年期。虽然有时婆婆脾气也有点怪,但不是说,每个人都有情绪高潮或低潮期嘛,睁只眼闭只眼就过去了,想想有时我们自己发小脾气,婆婆还不是忍了吗?

## 小编感言

婆婆更年期首先我们要理解,每个女人都会有这样的过程,脾气暴躁那是肯定的,我们要多体谅。在婆婆发脾气时,就选择回避。不发脾气时,和婆婆多说说笑笑,和她讲一些高兴的事。有针对麦芒的时候,那就得借助后援吧,后援不单单是老公,老公也是哦。婆婆还是当初的好婆婆,只是因为更年期作祟,让你感觉她变了。其实她的本质还是没有变的。好媳妇,用好方法陪好婆婆度过更年期,全家其乐融融多好啊。 点点阿姨



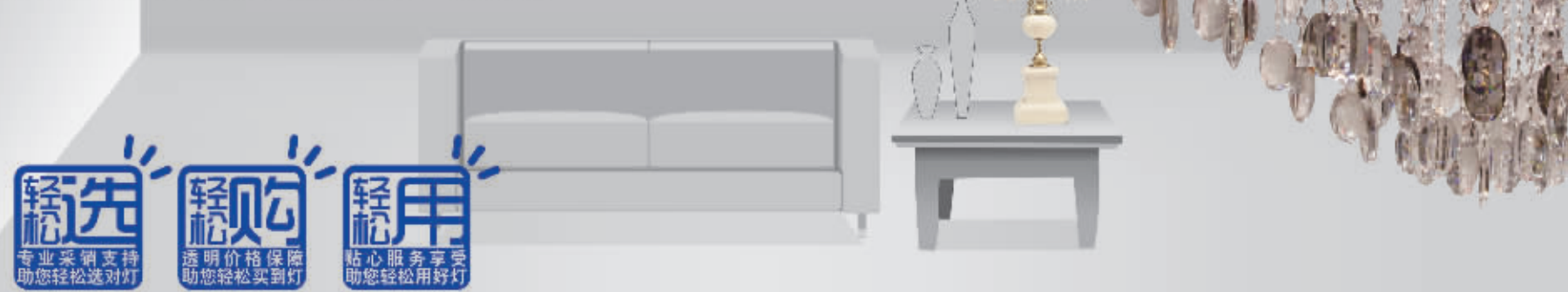
用专业,轻松点亮生活

# 苏明灯饰连锁 轻松亮家之旅II 水晶灯 繁华之旅4月30日起航

家居灯·幸福之旅; 欧式灯·经典之旅火热进行中……

## 再享贴现 10%,全城征集灯饰样板房

活动主会场: 苏明灯饰连锁桥北弘阳广场旗舰店



**轻松选** 专业采购支持 助您轻松选对灯

**轻松购** 透明价格保障 助您轻松买到灯

**轻松用** 贴心服务享受 助您轻松用好灯

### 4月30日~5月8日“水晶灯 繁华之旅”活动内容

- 1 购水晶灯,第二件半价(指定款)或满1000元,返200元(饰记磁器券)
- 2 全场送“金”再送“礼”:  
 • 购灯满1000元返100元(50元换安全+价值50元水晶、架椅餐椅套餐)  
 • 购灯满2000元返300元(150元换礼金+价值150元礼品、淘淘电水壶)  
 • 购灯满5000元返800元(400元换礼金+价值400元礼品、蚕丝被)

备注: 特价产品不参加, 二种活动不能同时享受, 只能二选一。详见店堂公告。

### 灯饰样板房征集活动

面向全城10个小区征集“苏明灯饰样板房”,入围者将在现有活动优惠基础上,享受额外贴现10%的优惠! 欢迎提前电话预约! 入围标准详见店堂公告。

活动小区:  
 星雨华府 鸿雁名居 万达西地 钟鼎山庄 宋都美域锦园 运盛美之国 金陵尚府 山水风华 凤凰和熙 依云溪谷

苏明灯饰连锁桥北弘阳广场旗舰店 桥北弘阳广场(华东MALL)A3馆4楼

苏明灯饰连锁各品牌专营店将同步开展各项优惠活动

• 江都市金盛士专营店 • 江都市金盛士专营店 • 桥北金盛士专营店 • 溧水金盛士专营店 • 溧水金盛士专营店

400-117-5858