

7岁男孩爱尿床,按摩穴位有效果

6

柴小妹 著
浙江大学出版社友情提供

【内容简介】

本书作者柴小妹是医学博士,现就职于广东省中医院。从医十余年来,柴小妹对小孩肠胃、感冒、五官、皮肤等常见疾病的诊治积累了丰富的临床经验。本书所辑,是作者多年精心收集的最古老、最齐全、最安全巧治小孩小病的经典老偏方。

【上期回顾】

生姜具有温中、止吐、止泻、解毒功效。常用于脾胃虚寒、食欲减退、恶心呕吐、胃气不和引起的呕吐。研究发现,生姜能起到某些抗生素的作用,尤其对沙门氏菌效果明显。

健康养生

巧妙按摩穴位,小孩不再尿床

症状:遗尿症

偏方:按摩肾腧、中极、三阴交、百会穴,每个穴位揉按5~10分钟,直到患儿感觉局部发热发胀为止。每日一次,一个月为一个疗程。

婴幼儿时期,宝宝的大小便不能自主,是正常现象,当父母的,只能辛苦一些。俗话说,一把屎一把尿养大一个孩子,就指的是这个时期了。但如果孩子慢慢长大后,还是把尿尿拉在裤子上、床上,那肯定是有问题了。

曾有一位母亲带着孩子来找我,小男孩已经七岁,却还有尿床的毛病,在寄宿学校里,老是被同学和老师笑话。她听说针灸能治这个毛病,就趁着暑假放假期间来看看。

小孩子随着发育,渐渐会懂得控制排便。从国际小儿排尿节制协会(ICCIS)于1998年公布的标准看,如果小孩年龄已经到了五岁或以上,仍不能从睡眠中醒来控制排尿,进而发生无意识的排尿行为,那这就是所谓的“儿童遗尿症”,需要进行医治了。目前,中医通过穴位刺激治疗小孩遗尿,是一种较为理想的治疗手段。

当我准备扎针时,小朋友突然大哭起来,是看到我手里的针害怕了。他妈妈安慰了好一会儿,小朋友还是不愿意。我就告诉这位妈妈,回家可以帮他按摩按摩,也能达到治疗效果。我教了她几个穴位,分别取肾腧、中极、三阴交、百会穴。肾腧是在腰部,位于第二腰椎棘突下旁开

1.5寸(约为两个手指的宽度);中极是在下腹部,在腹正中线上,脐以下4寸处;三阴交是在脚踝附近,位于内踝尖上3寸,胫骨内侧面的后缘;至于百会,则是在头顶,在头正中线与两耳尖连线的交点之处。用手指或掌根在这些穴位上顺时针做揉按动作,刚开始要轻一点,视孩子的反应逐渐加重。这位妈妈很聪明,很快就掌握了按摩的要领。

暑假结束时,这位妈妈又带孩子来看了我一次,当面表示了感谢。她说上次看病回家后,每天都坚持给孩子做按摩,坚持了一个月,孩子的尿床果然治好了。开学后,可以放心送孩子回寄宿学校,不怕他回去再被人笑话了。

小儿遗尿症的发病原理目前并不完全明确,研究发现,患儿体内“抗利尿激素”分泌的数量不足,是造成遗尿的原因之一。这个激素的作用顾名思义,是减少尿液产生。正因为此,西医治疗这个病通用的药物,就是人工合成的抗利尿激素。临床发现,穴位刺激法与抗利尿激素口服这个方法效果相似,两者不相上下。国外有医生做过这样的比较,用激光来照射上面所说的穴位,跟服用抗利尿激素进行疗效对比,发现两者疗效难分高低,但穴位刺激法复发率比较低,疗效更持久,有明显优势。

穴位刺激治疗小儿遗尿症的原理,从中医理论来讲很好解释,中医认为此病主要是肾虚所致,而以上几个穴位中,百会能够提升阳气,肾腧、三阴交、中极则能够补益肾气,几个穴位加起来,就能够起到通督补肾、升举收摄、通调水道的作用。

宝宝感冒流鼻涕,喂点葱白水简单有效

症状:感冒流清鼻涕

偏方:取大葱根部的一段葱白,约手指头的长度即可,加600毫升水煮约半小时,变成300毫升左右药汁,可放冰糖调味,给孩子喝1~2天可止鼻涕。

宝宝感冒后的症状,除了鼻塞,还会有流鼻涕的症状。这是大家都明白的症状,但为什么呢?简单来说,感冒的实质是一种炎症。鼻黏膜因为炎症水肿,会造成鼻塞,鼻黏膜渗出增加,就形成流鼻涕症状。如果感冒病毒或细菌在不断繁殖,释放的毒素进入血液,就会出现发热、乏力、酸痛等全身症状。婴幼儿免疫系统的发育尚未健全,比较容易感冒,而且症状会拖得很久,经常一次感冒刚好,又接着鼻水流不停。

有些小宝宝流涕不止,家长或许会紧张,怕孩子不是感冒,而是过敏或鼻炎引起的。其实一岁以下的婴幼儿很少被诊断为鼻窦炎或过敏,因为宝宝的免疫系统还在发展,还不具备完善的抵抗力,不至于出现典型的过敏反应,同时因鼻窦也没有完全发育,因此很少会患上鼻窦炎。

虽然家长不用过于担心,但对于常常感冒流清涕的小宝宝,该怎么办呢?

我小时候去亲戚家住过一段时间,亲戚家有个小孩还不满一岁,常常感冒流涕,每次刚流清涕时,小孩的爷爷就把两根葱白加大概两碗水一起煮,再加些冰糖,小孩喝上一两

天就没有再流鼻涕。后来,我学医终于明白了这个方法的原理。

葱是烹饪中常用的调料,也是传统的一味中药。葱的药用部分指的是靠近根部的白色部分,称为葱白。葱白辛温,能通阳气而散阴寒,适用于阴寒里盛、阳气不振的下利、脉微等症,主治风寒感冒。现代药理研究表明,葱的辣味物质与蒜类似,是一种含硫化物,它对痢疾杆菌、葡萄球菌及真菌都有抑制作用。我当医生后也常常介绍葱白煮水的偏方给朋友,叫他们用大葱根部的一段葱白,约手指头的长度即可,加600毫升水煮约半小时,变成300毫升左右药汁,不时给孩子喂一些,对风寒感冒初起的流涕确实有疗效。

最后,还要说一下擦鼻涕的问题,说起来像是没人不懂,其实很多家长帮孩子擦鼻涕的方法都不正确。每次看到一些家长用纸巾捏紧孩子的两个鼻孔,用力擦鼻涕的一幕,我都想上前阻止。千万别这样给孩子擦鼻涕!这样做很容易使鼻腔、鼻咽腔压力骤然升高,导致有细菌的分泌物压入中耳或鼻窦腔,引起炎症扩散或急性发作。

怎样给小孩擦鼻涕呢?正确的方法应该是按住一侧鼻孔,再让孩子轻轻吹气,使鼻腔内的分泌物随之而出,擦完一侧鼻孔的鼻涕,再擦另一侧。如果宝宝还太小,不懂得控制呼气,家长可以用吸鼻器,或将医用棉球捻成小棒状,沾出鼻子里的鼻涕。擦鼻涕后可用湿毛巾捂一捂,再轻轻涂一点油脂,防止孩子鼻子皮肤皴裂疼痛。注意不要用硬杆的成人棉签,因为很容易擦伤宝宝的鼻黏膜。

金庸在第二次婚姻中有了婚外情

10

傅国涌 著
浙江人民出版社友情提供

【内容简介】

有人说他是“文坛侠圣”,有人称他为香港“良知的灯塔”,也有人认为他一钱不值。其实,媒体和大众眼中的金庸都是神坛之上的金庸。而本书是一部以平视眼光写下的《金庸传》,作者以客观、理性的尺度,依据大量详实可信的史料,写出了一个人,一个出类拔萃的武侠小说家,一个报业巨子,一个备受争议的社会活动家。本书首次利用第一手档案,挖掘出不少鲜为人知的珍贵资料,矫正了有关金庸生平的一些讹误。

【上期回顾】

1959年5月20日,金庸和老同学沈宝新合办的《明报》正式创刊。从创刊第一天开始连载的《神雕侠侣》吸引了众多读者。

人物传记

金庸在武侠小说中写尽人间的悲欢离合、恩怨情仇。可是他自己在接受采访时曾说过:“我的婚姻不理想,我离了好多次婚。”在纸上“笑傲江湖”的背后,他的婚姻曾经两次破裂。

金庸与第一任妻子杜冶芬的爱情萌芽于1947年的杭州,那时他在《东南日报》工作。一天,金庸编的“咪咪博士答客问”栏目有这样一个问题:“买鸭子时需要什么特征才好吃?”“咪咪博士”回答:“颈部坚挺结实表示鲜活,羽毛丰盛浓厚,必定肥瘦均匀。”少年杜治秋不以为然,写了一封信去“商榷”(或说抬杠):“咪咪咪咪先生,你说鸭子的羽毛一定要浓密才好吃,那么请问,南京板鸭一根毛都没有,怎么竟那么好吃?”“咪咪博士”回信:“阁下所言甚是,想来一定是个非常有趣的童子,颇想能见一面,亲谈一番。”杜治秋回信:“天天有空,欢迎光临。”

金庸在一个星期日下午登门拜访,邂逅了杜治秋姐姐——17岁的杜家小姐杜治芬。

第二天,他再度登门,送去几张戏票,盛情邀请杜家一起到众安桥的东南日报社楼上观赏郭沫若编剧的《孔雀胆》。这个戏由上海人民艺术剧院前身“抗敌演剧九队”公演,在杭州引起很大反响,人们争相观看。后来杜治秋跟着父亲去了上海,金庸却在杭州成了杜家的常客,与情窦初开的杜小姐双双坠入爱河。

1948年10月,他们在上海举办了婚礼,许君远是证婚人。后来,杜治芬随他去了香港。他在《大公报》《新晚报》时的老同事、上司罗孚记得,他们那时住在摩理臣山道,附近就是杜老志道和杜老志舞厅,所以

有人就开玩笑给这位杜姑娘起了个外号,叫她“杜老志”。

金庸曾以“林欢”的笔名写影评、编剧本,这个笔名的来历,他本人没有做过任何说明,杜治秋说,“林”是因为他们夫妇两人的姓氏“查”和“杜”中都有一个“木”字,双“木”成“林”,而“欢”是他们当时男女欢愉、生活幸福的写照。杜治芬在香港的几年,金庸忙于工作,没时间陪她,她不懂粤语,在香港感到生活苦闷,最后独自回了内地,两人办理了离婚手续。

金庸的第二任妻子叫朱玫(又名璐茜),新闻记者出身,美丽能干,懂英语,比他年轻十一岁。两人相恋时,金庸还在《大公报》。当时的同事高学凌的小孩高洁还是个小学生,一次报馆同人郊游沙田“丽园”,目睹这位“查叔叔”带了一位文静窈窕的女朋友。“朱漆九曲桥畔,相依相偎。我们还是头一次见识什么叫热恋呢。”

1956年5月1日,他们在香港美丽华酒店举行婚礼。当时金庸还在《大公报》工作,很多新闻界、电影界的人到场祝贺,包括《大公报》社长费彝民,电影演员陈思思、张铮、乔庄等。《长城画报》刊登了他们的结婚消息。

他们在半山缆车径(现在的坚尼道)2号租房居住,房东就是后来在《明报》写专栏的简而清。他们的大儿子查传侠出生之后,金庸创办《明报》,筚路蓝缕,备尝艰辛,朱玫与他患难与共,成为《明报》当时最早也是唯一的女记者,夜半渡口留下了他们夫妻的身影,还有一杯咖啡两个人分享等故事。那确实是一段令人难忘的岁月。《明报月刊》初

创时期,金庸全力以赴,日夜忙个不停,那时他们已有二男二女,朱玫除了照顾孩子,每天还要给他送饭。

1968年的《明报》编辑会议记录表明,朱玫常以“查太太”身份出席,有时称“查社长夫人”。

1976年1月《明报月刊》十周年,金庸写下《“明月”十年共此时》,回忆“明月”初创,“我妻朱玫每天从九龙家里煮了饭,送到香港来给我吃”,笔下充满温情。此时,《明报》已稳居香港大报地位,明报王国颇具规模,他们的婚姻却出现了裂痕,最终走向离婚。朱玫很能干,对工作很认真,甚至有点固执,两人时常因为工作大吵,或许伤了查的自尊心,于是出现了婚外情。

“十元小费”结束了一段曾同患难的婚姻,缔结了另一段共富贵的姻缘。

当时《明报》的社址,是设在北角英皇道。金庸在报馆做得累了,就常去附近的一家餐厅饮杯咖啡,提提神,松弛一下筋骨。这家餐厅就在北角“丽池”附近,金庸每天都会“到此一游”,是餐厅的常客兼老主顾。

一天,金庸又去这家餐厅喝咖啡,突然有位年轻貌美的女侍应趋前,问他不是金庸,他说是,大家就闲聊了数句。结账时,金庸额外给了这位女侍应十元小费。这位女侍应当然受宠若惊,相对当时的物价来说,十元是一个不小的数目,女侍应立时截住金庸,要将十元还给他。女侍应说,金庸是文人,靠写稿维生,赚钱是相当辛苦的,所以那十元小费,她一定不会要。金庸听罢,满心欢喜,因为想不到这位女侍应年纪轻轻,却说出这番话来。之后他们就交了朋友。

据悉,金庸与这位女侍应感情发展一日千里,其后更在跑马地共筑“爱巢”。朱玫发现此事,离婚似乎是最后要走的路。有传言说是金庸主动提出离婚的,但朱玫也提出两大离婚条件,才肯答应跟金庸离婚:一是金庸付一笔钱作为补偿;二是该女侍应要去扎输卵管,才可以与金庸结婚。因为朱玫跟金庸已生了数名子女,若女侍应又有孩子,她的子女一定会被忽视,所以金庸与女侍应一定不能有孩子。据说金庸答应了这两个条件,之后便与朱玫正式离婚。这些传说或许无法得到确证,离婚的原因也很复杂,离婚则是事实。

朱玫在孤独和凄凉中度过了后半生,有时会到英国去住,据说那里有她的亲戚。1995年前后有人看见她在港岛铜锣湾的街边卖手袋。有人告诉金庸,他表示不至于。他说:“我一直想接近她,想帮助她,她拒绝,她不愿意见我,我通过儿子去照顾她,她也不愿意,她情愿独立。”

1998年11月8日,朱玫因肺病菌扩散病故于香港湾仔律敦治医院,享年63岁,身后还有相当多的财产留给了三个子女。而替她拿死亡证的,既不是她的前夫,也不是她的儿女,而是医院的员工,晚境的凄凉令人唏嘘,与金庸晚年的风光更是构成了巨大的反差。多年后,金庸说,如果可以补救的话,他希望可以对自己人好一些,对朋友好一些。

在接受记者采访时,他脸带愧色地说:“我对不起朱玫……”他对央视主持人白岩松说过:“我作为丈夫并不是很成功,因为我离过婚,跟我离婚的太太有一位,我心里感觉对不起她,她现在过世了,我很难过。”