

把爱唤醒

老公绝情让我受不了

情爱测试

Q:周老师,我和老公是大学同学,如果从谈恋爱开始算起,我们在一块快20年了。老公是我的初恋,结婚后,老公经常提及的是他当时追我追得很苦,我们恋爱的时间也很长,大概有5年之久,家里基本都是我做主,他吵架时经常说的是当时不该那么死命地追我。春节前,老公决然提出离婚,我一直接受不了,每天生活很痛苦,怎么也调整不好。

三年前,老公去外地工作,我们开始了两地分居的生活,我和婆婆在家带孩子,老公一般两三个月回来一趟。在他走之前,我们之间的感情已经不太好,但是我没有意识到已经到了悬崖边缘。走之后,我们的感情越来越淡。再有,我也曾发现他和别的女生的暧昧短信,但他都是坚决否认。这次提出离婚他也坚决说没有外遇,只是不想再凑合了。其实最近一年多来,我已经意识到了我们之间的问题,并且开始慢慢努力改善我们之间的关系,但是就在这时他提出了离婚。

离婚我一直接受不了,认为虽然我们的感情不太好了,但还没有到破裂的程度,所以自从他提出离婚后,我一直在努力,希望能够挽回我们的婚姻。其实,现在他是否有外遇的问题,我已经不再纠结了,只要他能够回头,我就满足了。老公提出离婚后,我反省自己,谈恋爱时我们俩的条件相差比较大,无论家庭条件还是相貌,我都比他高一些。我比较内向,接触的异性并不多,但他的执着感动了我。因此,在相处中,我可能都有一种优越感。我可能是比较自我的人,不太在乎他的感受,同时在一些事情上又太依赖他,所以让他感觉不能忍受我,坚决地提出了离婚。

他提出离婚后,我曾经让我们的同学去劝说他,老公说的那些给他造成伤害的事情,我都忘记了。他回到家后就浑身不舒服,情绪处于失控状态。现在看来,让他回头不是一件轻而易举的事情。我也曾向他提出我们俩一块去做心理咨询,但他感觉没有必要,断然拒绝了。现在我每天都不知道如何



熬过去,尽管有很多工作要做,但就是打不起精神来。我真的不知该怎么办了?从他提出离婚到现在已经一个月,其间我不停地在努力,但毫无效果。我真的接受不了这种情况,所以向您求教,我该怎么办呢?何青

A:感谢你的来信。如果你到商店买东西,店主告知这件物品属于非卖品,你会一直纠缠着让他卖给你吗?

如果你是店主,有顾客一直要求你卖一件你绝对不会卖的东西给她,并且她还做出很多让你非常反感的行为表现,你还会卖给她吗?

当爱情消失时,如果还能手留余香,这样的情感才会让当事人双方在多年以后回想起来也倍感温馨。但如果在最后时光不给自己留尊严、面子,让对方由不耐烦到厌恶、反感,那这样的爱情留下来了又能怎样。

假设天空突然下起大雨,但你没有带雨具,在一个公交车站避雨。突然也来了一个要避雨的人,他给你的感觉是……

A.长相清秀的学生
B.正在赶路上班族
C.有一个小孩的爸爸
D.你非常心仪的偶像

解析:
选择A:你适合跟兄弟姊妹或年龄比你小的人住在一起。你是个有点害羞、害怕独处的人,平时跟相同年龄的人在相处上比较吃亏,不善于表达是你个性上比别人吃亏的地方。也许因为这样,你就会多加照顾自己信任或者年龄比你小的人,所以你适合跟兄弟姊妹或是年龄比你小的人住在一起。

选择B:你适合独居。你的个性比较自我,而且在生活上有很多个人的想法,但是你在日常生活的表现总是很迎合大家的要求,是个很会压抑自己真实感受的人。如果跟其他人住在一起,你可能会觉得非常不自在,不如试着自己一个人住,让自己松一口气可能比较好。

选择C:你对于自己的未来有很多的梦想,尤其是在二人世界这一部分更是非常强烈,一旦恋爱了就会消失在朋友堆里。如果有机会跟恋人住在一起,你会很希望尝试看看,所以你适合跟恋人住在一起。建议你跟恋人住在一起时不要过度干涉对方的私人领域,有时候彼此都要给对方一点空间,摩擦才会少一点。

选择D:你适合跟父母住在一起。你有着爱幻想的心灵、稍微迷糊的个性,是个不太会把生活弄得很规律的人,随和的个性让你交了不少好朋友,也许你内心适合跟朋友住在一起,但是如果学不会照顾自己,最好还是跟父母住在一起吧!

你适合与谁在一个屋檐下?
小Q

谈谈情 说说爱

婚姻也要“纳谏”

刘丽华

一档有关婚姻家庭的调解节目里,先后出现两对夫妻,都是相互控诉,不是女方咄咄逼人,就是男方寸土不让。都是一方要离婚,一方不愿意离。听完他们的闹心事,嘉宾老师一个个“进谏”,都是一针见血,毫不留情。可忠言逆耳,前一对根本听不进去,最后不欢而散,婚姻亮起红灯;后一对却虚心“纳谏”,彼此检讨,结果,两人牵手言和,并发自内心地说感谢老师们的批评指正,让他们彼此看到了自己的短和对方的长,懂得了扬长避短的夫妻相处法则,使他们的婚姻起死回生。

有位律师朋友说在他受理的个案里,大多离婚人士,性格上都有些偏执,一般听不进亲友们的改进意见,认为对的是自己,错的是对方,一意孤行,走了极端。不知婚姻拒绝“谏言”,等于病人拒绝就医。

中国历史上有位勇于纳谏的开明皇帝,那就是李世民。他继位后,不做安于现状的“太平官”,为了稳住江山,为了吸取隋朝灭亡的教训,从谏如流,重用房玄龄、杜如晦、魏征、长孙无忌等诤臣,他在位时,进谏的官员多达30余人,其中大臣魏征的“兼听则明,偏听则暗”成了他处理朝政的忠告,数百次采纳诤臣和谏官的“谏言”,不断调整统治政策。所以,唐太宗执政的23年,成了我国史上最辉煌的“盛朝”。

其实,婚姻何尝不是如此?毕竟,婚姻不是太平盛世,不可能形势一直大好,婚姻总会出现这样那样的问题,当夫妻矛盾升级到两人不能调和时,就需要有人“进谏”,只是,“忠言逆耳利于行”的道理未必人人都懂,就算懂,也未必听得进去。所谓当局者迷,旁观者清。殊不知,给你“进谏”的人,是看到了你的婚姻症结所在的人。所以,要想巩固婚姻这座江山,也需要“纳谏”。



牙龈出血 牙龈肿痛 口臭松动 缺牙掉牙

牙周病:警惕牙周病烂光牙齿

很多人认为“牙病不算病”,等到“缺齿少牙”时却后悔莫及。其实,口腔健康关系着人体的全身健康,尤其有着人体健康的第三大杀手和口腔健康的“头号祸首”之称的牙周病更应引起高度重视,因为牙周病不仅会侵蚀你的牙齿,还会危害你的全身,如不及时防治,不仅会导致“满口掉牙”的严重后果,更会引发全身疾病。

4大症状是发病信号

牙周病的防治关键要早发现早治疗。生活中一旦出现4种症状就应引起高度重视。首先是刷牙或咬硬物时牙龈出血,许多人认为牙龈出血是身体“上火”,买个败火的牙膏刷牙或吃点败火的药就可以了,这是严重误区。第二是有持续性的口臭。牙周病造成组织发炎,致病的细菌产生代谢产物都会造成口臭。第三是牙齿有松动、位置改变或咀嚼无力。这是由于牙周病造成牙周组织的破坏,导致牙齿的支持力不足引起的,是牙周病到了中期或晚期的一种表现。第四是感觉牙缝越来越大。这是由于牙周病造成牙龈和下方牙槽骨的退缩,引起本应由牙龈和牙槽骨占据的空间暴露出来,使患者感觉牙缝越来越大。出现上述4种症状应及时前往医院检查治疗。

落光牙齿危害全身

牙周病主要是指牙齿周围组织的炎症萎缩性疾病。牙周病会导致牙龈红肿、口臭、出血、牙齿松动、移位、倾斜、咀嚼无力甚至疼痛难忍,全身不适,最终导致牙齿脱落,或者被迫拔牙,正所谓:“龋齿只会坏掉一颗牙,而牙周病会导致一排牙齿脱落”。据统计,35岁以上人群,80%以上的牙齿脱落是牙周病引起的。牙周病不仅会对饮食、容颜、心理等造成严重伤害,更会影响心脏、肺、肾等重要脏器功能,牙周袋里的大量细菌会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种死亡率极高的疾病。

接受系统治疗很重要

很多牙周病患者有这样的误区,以为使用中草药牙膏、洗牙、服用维生素C、甲硝唑片、使用漱口水等方式就能治愈牙周病。其实,这些只不过是牙周病防治过程中的辅助手段,并不能对牙周病起到根本性的治疗,某些药物甚至偏方则更不可靠。要想彻底地治疗牙周疾病,必须前往正规医院接受系统的牙周治疗。更应定期为牙齿做“体检”和“保健”,除掉牙结石,预防牙周疾病的发生。

文/朱根定

上海港华医院

口腔科 口腔内科 口腔预防保健专业 口腔颌面外科 正畸专业 口腔修复专业

沪卫广[2012]第12-14-C404号 有效期至2012年12月14日至2013年12月13日止

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-52300035