



斯德哥尔摩市政厅

# 瑞典印象 ◆ 陆海光 文/摄

在去瑞典的路上,当地导游(中国留学生)在车上滔滔不绝地向我们介绍:“在150年以前,瑞典是欧洲最穷的国家。经过举国上下的努力,今天的瑞典已成为政治民主、经济发达,福利全面,人民安康的国家。母亲生孩子,可以有一年的带薪(原工资的80%)假期,父亲可享有一个月的全薪产假在家抚养儿童。”

“国家哪来那么多钱呀?”有游客问。  
“来源于高税收。北欧各国的税收约占国民生产总值的40%-50%,并有法律保障,绝对用于国民公共福利,而不被官员公款吃喝和贪污。北欧各国政府的开支和官员的收入都是公开的,你甚至在网上可以查到官员宴请的报销单。”

到了瑞典,首都斯德哥尔摩美得让人简直难以置信。天蓝、地绿、水净、空气清新。老城区是欧洲最有魅力的历史中心之一,几近完美地融合了童话故事般的建筑和曲折的鹅卵石小道。高耸的南城是全市的创意动力区,充满了先锋艺术和街头巷尾的酒吧。在城北,有着顶级时尚设计的专卖店,那里的时尚潮流是穿着名牌在赫赫有名的米其林餐厅喝香槟品美食。  
在参观完颁发诺贝尔奖的市政厅后,我

借等车之际与导游(在当地工作的中国人)聊天。导游告诉我:瑞典有一系列的制度和法律严格规范和保证政府官员的廉洁行政。法律规定:除首相、议长、外交部长、国防部长,由国家配公务专车外,其他官员均不配给公车。官员在对外公务交往中接受礼品的限额也有明确规定。

导游给我插了一个故事:上世纪八十年代,中国政府的一个调研团访问瑞典,瑞方负责接待的是一位女工业部长。我调研团和部长见面时,送她一对七八英寸高的景泰蓝花瓶。女部长看了一眼后,笑着婉转地谢绝:礼物很漂亮,但我不能接受。我们的法律有明文规定,部长在公务接待中不能收受价值超过100克朗的礼品(这对花瓶估价在1500克朗)。

1988年,瑞典社民党一位中央执行委员、全国工会主席的女儿,在不符合分房条件的情况下分到了一套房,结果被媒体作为以权谋私曝光。社民党中央获悉后,立即召开记者会向媒体解释。这位全国工会主席也据实说明他事先不知道,是女儿私下办的,但自己也负有教女不严的责任,愿意尽快督促女儿将房子退出,有关部门也尽可依法按规定处理。

## 心得

# 法国人的晚间8点档

◆ 吴联庆

在法国,晚上7时是老百姓下班刚到家的时候,不少人回家后,会习惯性地打开电视机,把频道停留在法国三台或五台,此时播报的新闻,他们多半不是看的而是听的,因为这个点正是他们准备晚餐的时候。等到晚上8时,那是法国家庭晚餐的时候,法国一台和二台的新闻开播了,这才是他们认真看的。各家电视台都有一个共同特征:最好的时间段永远留给新闻。

法国的6个主要电视台,几乎都有自己的品牌电视新闻栏目,有的甚至有两档以上。不仅是电视,法国人也爱从广播和报纸等媒体中获得新闻。一般来说,法国人先从电台听到消息,然后在电视看新闻或现场,再去读报纸,了解详情。可以说,电台、报纸和电视构成了法国人获取新闻信息的三个连锁环节,各有分工。电台以快取胜,电视善于新闻现场的迅速传播,而报纸杂志则以细取胜,详尽深入地解读新闻。

谈话类节目多是法国电视的一大特色,到了晚上九、十点钟以后,各频道都有主持人在侃侃而谈。如法国电视一台的谈话类节目有《晚间的声音》《毫无疑问》等。《晚间的声音》以文化为主,内容涉及书籍、报刊、电影等文化现象。现在的法国人,也缺少人际的沟通,谈话类节目以亲切的语言,与他们讨论一些生活中遇到的问题。谈话也常常涉及哲学话题,法国人爱讨论哲学,这是自小养成的习惯,法国的高考没有作文而是哲学讨论。如法国前总统德斯坦曾说:“家庭是人的安乐窝”,但作家纪德却说:“家庭,我恨你”,孰是孰非,节目曾展开讨论;又如今年5月,巴黎的天气冷得像冬天一样,阴雨连绵半个月,甚至雪花飞扬,最冷的一天温度跌到3.7°C。当晚,电视主

持人说,这是100多年来法国最冷的一个5月,谈话节目以“我们想念阳光”为题,让大家畅谈“阳光”意味着什么。

法国电视一台是受众最多的电视台,去年获得收视率冠军的节目,是3月份播出的一台年度慈善募捐演唱会,云集欧美众多当红艺人,观众达1330万;还有7月的欧洲杯足球决赛,也吸引1000多万人在电视机前观战。电视二台也有稳定的收视率。它的节目包括连续剧、杂志类节目、战争纪录片以及政治名人访谈等。M6台以花样繁多的综艺类节目见长。它推出的相亲类节目《爱在田野间》,专为单身的农民牵线搭桥,受到农村男女喜爱。此外,制作法国各地特色美食的竞赛类节目,也如“锅碗瓢盆奏鸣曲”,一周三档,十分热闹。

在法国,纸质媒体仍处处可见。无论何时,在咖啡馆,地铁站或街头,你总能看到有人在很认真地看报纸。但读报人各有所好,从商的人,较多看《经济论坛报》,关心地区及社会新闻的人爱看《巴黎人报》,但读者数量最大的还是《解放报》《世界报》和《费加罗报》,这三张报纸尽管政治倾向有所区别,但都是比较严肃的。《费加罗报》每天的发行量为30万份,特点是篇幅大,页数多,我曾在街上买过几次,1.6欧元一份,厚厚一叠,每期60页至100页不等。每期的《费加罗报》都会附带一份橙色纸的增刊,如周一附带“费加罗商业周刊”;周二附带楼市周刊;周三附带一张巴黎地区景观的地图,即“费加罗导游图”;周四附带8页的“费加罗文学周刊”,文学是这张报纸几百年的传统,大文学家左拉等曾是主笔;而周六,是附带《费加罗杂志》《费加罗女士》和《电视杂志》等休闲类周刊。

## 履迹

# 探访英国议会大厦

◆ 王慕遥

大本钟可能是世界上最著名的钟楼,可人们未必知道,大本钟从属的议会大厦本身要更为恢宏灿烂——这座1834年大火后花费二十年重新修建的建筑,刻意使用了哥特式风格,使人错以为它的建筑年龄要早上好几个世纪。精心雕琢的层叠窗户使庞大的建筑群有着飘逸轻盈的精致美感,外墙在日光照耀下呈现出金黄色,与蔚蓝的天空与正红的巴士形成了伦敦跳跃的三色。

在限定开放日,我有幸一睹常在电视中见到的上下两院风貌。导览从巨大的威斯敏斯特厅出发,这是大厦中最古老的建筑,建成于1099年,是大火中未被殃及的两个建筑之一。偌大的空间没有一根立柱,全靠精巧的拱形木质结构支撑,1399年重置的木材因岁月更迭已变成了墨色。这里曾用作法院,见证了许多的审判;这里也是王室举行国葬前遗体陈列和重大庆典活动的地方,去年,伊丽莎白女王就是在这里举行了登基六十周年庆典午宴。

我们沿着每年女王宣布议会开会驾临的路线参观。一进女王罗宾厅,就被一房间的豪华雕琢所震撼,其金光灿烂的程度远胜温莎城堡。原来,这栋建筑正式名为“威斯敏斯特宫”,最初是皇家宫殿,1550年才正式改为议会专用集会场所。

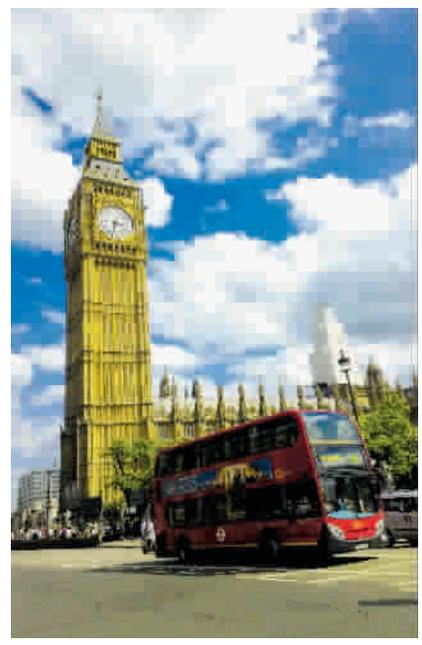
独特的历史造就了议会大厦独特的风貌:议会和皇室元素融合并举。圣斯蒂芬厅排列着历代重臣的雕像,其间陈列着反映光荣革命等重要历史事件的油画;用金色颜料作背景的都铎王朝人物像则在王子厅中俯视人群,亨利八世的六位妻子皆在其中,一段久远的八卦还是令游客莞尔一笑;而八角中央厅里则树立着劳合·乔治、丘吉尔、艾德礼和撒切尔夫四位现当代英国首相的雕像。

圣斯蒂芬堂见证了英国一段重要的历史:查理一世就是在此处试图将不愿通过新赋税的

议会成员逮捕,这正是引发英国资产阶级革命的导火索之一,查理一世最终被送上断头台。

每年女王驾临的时候,总是着白裙、披红袍,那顶常年放在伦敦塔珠宝楼内展出的皇冠会先期被运送到这里,女王戴上后,便在贵宾的注视下慢步走过极尽奢华的皇家画廊,进入上议院。议会大厦几经磨难:1834年毁灭性大火后,二战空袭又炸毁了包括下议院在内的部分建筑,因此,下议院的装潢显然要简朴得多,绿色的座椅,原木的墙壁和天花板,所有一切由英联邦国家捐助。

建筑本身是凝固的历史,而议会大厦见证的无数重要时刻又使这座建筑更富传奇。



## 牙龈出血 牙龈肿痛 口臭松动 缺牙掉牙

# 牙周病:烂光牙齿的“元凶”

时过立秋,牙周病再呈“爆发”趋势。不少人平时不注意口腔卫生,在夏季还贪食冷饮、熬夜,致使出现牙龈出血、肿痛、口臭等一系列牙周病症状,严重者甚至出现牙齿松动脱落。一旦出现这些症状,应及时就医。因为牙周病是危害口腔健康的“元凶”,不仅会导致牙齿整排掉落,让人年纪轻轻就成无“齿”之徒,而且还会引发全身疾病。

### 万亿细菌“烂”掉牙齿

多数人口腔中有2000亿个细菌,如不注意口腔卫生,大量的菌斑、牙石,可让细菌聚集与繁殖达1万亿个。这些细菌“疯狂”侵蚀人的牙龈、牙槽骨,最终让人的牙齿整排脱落。而牙周袋里的大量细菌还会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种死亡率极高的疾病。且牙周细菌还能通过唾液传染,尤其在父母与小孩、配偶之间的传染几率极大,因此牙周病的防治关系到全家人的健康。

### 四种症状引起重视

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。第二是有持续性的口臭。致病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的。

### 三类人是“高危人群”

研究表明,三类人是牙周病的“高危人群”。第一种为“烟民”,烟草燃烧的热和积聚的产物会使牙龈角化增加,促进牙菌斑和牙石量增多,诱发或加重牙周疾病。第二种是“孕妇”,怀孕后,女性体内雌、孕激素增多,免疫力改变,对细菌的抵抗力较弱,从而引发牙周疾病。牙周细菌还会导致早产。第三种为“压力人群”。这类人的工作、生活习惯往往不正常,更少从事体育锻炼,更易吸烟、酗酒而产生易怒、孤僻等负面情绪,从而产生强而持久的心理应激,超过机体的适应能力而致病。

### 系统治疗六大要素

牙周病的防治是集颌生理学、物理学、咀嚼发音功能学、医学美容学于一体的系统理论,包含六大必备要素:首先,有保留价值且经过治疗的松动牙、残冠残根、龋病牙要获得固定,且稳定性要高。第二,缺失牙要获得补充,并和其他牙齿形成牢固的关联。第三,保护牙龈和牙槽骨的正常代谢。第四,治疗用材料须有良好生物相容性及牢固度和舒适度,可伴随终身。第五,治疗后需恢复正常的咀嚼功能和发音功能。第六,由正规医院专业医师操作。这六大要素是患者得到有效治疗的重要保证。此外,定期为牙齿做“体检”和“保健”,除掉牙结石,也是防治牙周病的重要手段。文/折勤芳

# 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

沪医广[2012]第12-14-C-04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