

袁胜寒突然爱上了把他摔倒在地的之芸



都市情感



未夕 著
中国妇女出版社友情推荐

何倩茹、方宁颜与魏之芸，是三个大龄未婚女子。终于，何倩茹遇见了周苏豫，他小她六岁，却一心爱慕她。婚后，做了全职太太的何倩茹青春渐逝，年华正好的周苏豫却展露迷人风采。方宁颜嫁给了条件不如自己的李立平，原本相爱的两个人，婚后却生出隔阂。而早过而立之年的魏之芸，还在痴痴守望那份无望的爱情。

[上期回顾]

何倩茹成了老姑娘是因为曾经受过感情的创伤。方宁颜成了老姑娘，多半因为她性格过于内向，心思太重。而魏之芸之所以也成了老姑娘，则是因为她太能干，吓跑了周围的男人。后来，学校来了挂职锻炼的袁胜寒。他和之芸之间渐渐有了故事。

学校的一群年轻人去健身房玩儿，也不知是谁先提起的，魏之芸会柔道，他们就去了柔道部玩儿，人人换上白色的训练服，看到之芸居然系了一根黑带，有那不服气的男孩子便上来挑战。在男孩子们统统被之芸摔倒在地之后，胜寒坐不住了，用力扎紧了腰带，站在了之芸的面前。

突然之间，之芸觉得，周围的那些人，那些物，都不在了，只剩下眼前这个大个子，脸上带着笑容的男子，在眼前，有一点傻乎乎，但是，像一团光，或是一团火，或是一种不知明的热源。这种感觉太奇妙了。他们纠缠在一处，胜寒的胳膊真的很结实很有力，他们呼出的热气喷在彼此的脸上与耳畔，赤着的脚在垫子上踏出啪啪的节拍，如同急促的心跳。

在最后一刻，之芸觉得，胜寒忽然泄了力，他被他摔得仰面躺在垫子上。在一片乱七八糟的欢呼与口哨声中，胜寒大笑起来。他躺在那里，仰视着那个满脸是汗，精神灼灼的高挑的女孩子。

袁胜寒想，坏了！

那一次，年轻人玩得太疯，回去的时候，末班公交车已经没有了，连出租车也十分难打。袁胜寒与男孩子们分头送女孩子回家。胜寒故意绕了点路，最后送的之芸。他不知道的是，之芸带他走了回家的最远的一条路。之芸家的楼道很窄，乱堆了一些纸箱还有冬天腌菜的缸。人高马大的胜寒几次被绊，走得跌跌撞撞，之芸低笑：“你怎么了？被我摔残了？”胜寒咧开嘴笑，黑暗中牙齿特别白。到了家门口，之芸掏

出钥匙，回头对胜寒说bye-bye。胜寒却没有动，忽然俯过身来，下巴磕在之芸的头顶。之芸听见他低低地笑：“明天见。”他说：“明天见，两千分之一！”

怪的是，接下来，整整一个星期，袁胜寒好像与魏之芸稍稍远了一些。他也不再与老师们一起出去吃饭或是玩乐，一下班便匆匆地回家。之芸甚至有足够的敏感觉得他在躲着她，他的目光不再追随着她，他不再跟她说笑逗乐。魏之芸突然被包裹在一片冰冷的气息中，对她而言，袁胜寒就在她身边，可是那样远。之芸觉得怪，可是又问不出口。她想起倩茹开玩笑时说的话：世界上最难的三件事，一是与虎谋皮，二是向小鬼借钱，三是向男人要承诺。她与袁胜寒之间，莫说是承诺，连一个明确的意思也没有，她再豁达也是女孩子，她用什么立场去问袁胜寒？

一个星期之后，之芸下班走得晚，刚要出办公室门的时候，有人推门进来了。是袁胜寒。“什么事？”之芸问。胜寒的脸上是许久不见的灿烂笑容：“找你。我们约会好不好？”“什么？”之芸有点发懵。胜寒上前一步：“我是说，我们约会去。我要追你呀傻瓜，你做我的女朋友好不好？”他们就那样开始了恋爱。

有一天，和胜寒一起来挂职锻炼的许之远突然问：“小魏，你，真的在跟袁胜寒谈恋爱？”之芸点点头：“是啊。”许之远干笑了一下：“胜寒人不错。你更优秀，你们很般配。不过，当然，我也无权过问人家私事。哈哈。”之芸被他笑得无比迷惑，待要细问，许之远死活不

肯再说什么。之芸的心里扫过一点点阴影。

临近又一个周末的时候，倩茹母亲让她去舅舅的公司办点儿事，倩茹到的时候正是下班的时候，人差不多都走光了。舅舅告诉倩茹，这个月公司的业务相当好，他请了同事们一起去一家温泉会所玩儿。年轻人一下班就去，说是要好好好地游游泳。

倩茹听得脸色发白，什么也顾不得了就问：“周苏豫也去了吗？”“去了。他……”倩茹没有听完舅舅接下来的话，转头就跑，一路往温泉会所跑去，都想不起来打一辆车，就那么一路狂奔。在会所门前倩茹又被保安拦住，这里没有会员证是进不来的，好半天倩茹才想起来报上舅舅的名字，保安才指给她游泳馆的方向。倩茹不管不顾地就冲了进去。宽阔的大厅里，蒸腾着温暖的气息，年轻的声音喧闹着回荡着。倩茹觉得，自己被挡在这一片喧闹之外，闷得快不能呼吸。她对着那一池碧清的水大声叫：周苏豫！周苏豫！周苏豫！

终于有人认出她来，告诉她，周苏豫上更衣室去了。倩茹出来等了没一会儿，苏豫跑了出来。头发还是湿漉漉的，有水珠顺着额角滴落下来。倩茹只觉得自己有再世为人的无限欣喜，却又有着不能置信的瑟缩。这时苏豫走上来拉住她：“怎么啦？你的脸色好吓人。来，坐下。”倩茹一把抱住他：“你……你答应我，答应我……”了半天没有说出下半句来，可是苏豫温柔地说：“好的倩茹，我答应你，什么都答应。你来，坐下来。”

倩茹说：“你要答应我，这辈子，永远永远永远不要再游泳！”

四年前，倩茹还是只工作了两年的新老师。类思是一个游泳项目传统学校，有一个很有名的少儿游泳队。为了便于管理，这十来名少儿游泳队员全都集中在一个班上。孩子们一放学便去参加训练，体力与精力都很难兼顾学习，所以成绩相当差。倩茹教他们数学，没少为这些小运动员们操心。放学的时候不肯放他们去训练，非要他们把作业全部完成才行。

孩子们的教练等不到孩子来训练，恼火了，冲进教室就跟倩茹理论，两个人都年轻气盛，当着学生的面就大吵起来，从此像冤家一般。一个不放学生，一个非要把人带走，针尖对麦芒，鸡吵鹅斗的，久而久之，反倒斗出一段奇妙的情缘来。那是倩茹的初恋。

钟桦是省游泳队的退役队员，分在市体育馆任儿童游泳教练。身材高大，面容英俊，短而粗硬的头发，永远挺直的背。与倩茹两人走在校园里，曾是一道美好的风景。论起来，两个人的母亲居然是多年前的同事，曾在一所小学里任教，倩茹的母亲教音乐，钟桦的母亲教美术。

两个人恋爱了两年，倩茹曾以为自己的一生就与这个高大英俊没有读过多少书却爽朗温暖得如同阳光一样的男人紧紧地联系在一起，不可能分开了，他们准备结婚，倩茹的母亲特地从苏州买了最好的缎子被面，新棉花，请人缝了两床又厚又软的被子，还有无数的嫁

从每天排尿的量可以判断肾脏是否健康



关注健康

尿多尿少都不是好事

每天正常人的排尿量在2升左右。尿液由肾脏产生，属血液的滤出液。如果排尿量在一段时间里陡增，就有可能是在体内出现了问题，需要做检查弄清隐情。尿量陡增的原因可能是糖尿病，尤其是以多尿为症状的I型糖尿病。有时，心脏功能不足也会反映在排尿量增多上。肾脏如果遭到严重损坏导致血液过滤功能失效，患者的尿液就会像白开水一样，其中的盐分大大低于正常值。此外，脑内的重要腺体松果体功能失常时也会使排尿量急剧上升。

如果一个人每天平均排尿量小于100毫升，也是一个严重的疾病求救信号。对于老年人来说，这意味着摄入的液体太少了，身体已处于脱水状态。须注意，老年人不易察觉到口渴的感觉，所以排尿就少。相比之下，中年人则往往是因为排尿困难引起尿量的减少。对于男人来说，尿量少是因为前列腺肥大造成的。最糟糕的情况是肾脏出现病变，有时在发现排尿减少之前肾脏就已经染病，只是患者并没有察觉而已。

如果排尿感觉很强烈，但只排出令人失望的少量尿液的话，就必须考虑患上膀胱炎或肾炎的可能。在个别的病例中，膀胱脓肿溃瘍也有可能致上述现象的发生。

贴心话：排尿量出现异常值得大家注意。当您发觉您排尿的量明显不同于以往正常量的时候，建议您接受医生的检查。

男性排尿失禁要检查前列腺

人在大笑的时候，受腹腔

的压力升高有可能导致不自主的漏尿。类似的情况还会发生在咳嗽或者打喷嚏时。这到底是怎么回事呢？

很多女性饱受子宫下垂的痛苦，尤其是经过多次生育或过了更年期的妇女，她们当中患子宫下垂者更不少见。对这些妇女而言，腹腔内压力升高会令她们已经下垂的子宫挤压膀胱，导致尿液被意外挤出体外。另外，她们骨盆底部的肌肉业已变得失去弹性，加上结缔组织也变得松弛，最终导致出现漏尿现象。男性小便失禁可能由前列腺肥大引起，或者由前列腺手术的并发症造成。

有时，在小便失禁前，病人能感到强烈的排尿欲望，但未能坚持走到厕所就已尿了裤子，这是尿路炎症的症状。有时，则是膀胱乳头状瘤或者其他膀胱瘤造成的上述令人尴尬的境地。男性遇到这种情况要再一次检查是否与前列腺肥大有关。

贴心话：小便失禁是一种疾病信号。如遇此类症状，应向专业医生请教对策。

尿道有灼烧感的女性要看医生

统计数据显示，每两名女性中就有一人一生至少患一次细菌性尿道感染。患上尿路感染的患者在排尿时会有一种灼烧的感觉，有排尿欲时还会出现有规律的疼痛，少数病例会伴随发烧症状。为什么女性患上尿路感染的几率大于男性呢？

原因在于女性生理的特殊构造。妇女的尿道口距离肛门和生殖系统的阴道口都很近。肠道细菌，主要是大肠杆菌，可以在

生殖器附近大量繁殖，并能通过尿道感染膀胱。前列腺有毛病的男性也有可能患膀胱炎。再者，无论是男性还是女性如果身染糖尿病，他们的尿路对疾病的抵抗力都会比常人低。

通过尿路检查可以确定治疗的方案。只有专业的医生才有能力帮助患者对症治疗。如果尿路中的病原菌数量特别多，就需要给病人打抗生素治疗，否则可能导致肾盂肾炎。急性肾盂肾炎常见的疾病信号有：明显的寒战，中度或重度发热，持续腰痛（单侧或双侧）和膀胱炎的症状（尿频、尿急、尿痛），还常伴有全身不适、虚脱、恶心、呕吐，甚至腹泻。肾盂肾炎如若治疗不及时则可能使肾脏遭到严重伤害甚至肾脏衰竭，那时人需要依赖血液透析才能生存。

贴心话：人一旦在排尿时感到灼烧和疼痛就需要警觉起来，把排尿中遇到的问题看作疾病求救信号。人们首先要考虑是否发生尿路感染，如果细菌把肾脏感染了那就相当棘手了，这样可能严重损坏肾脏。

尿血须注意

即便是非医疗专业的人士也很清楚，（不是月经期间）尿中带血只能说明身体出现了疾病。一般来讲，能引起尿血的疾病都是不容忽视的急病重症。即使尿中仅仅含有一毫升的血液也能被人的肉眼察觉。为什么强调这一毫升？一毫升已经足够我们严肃对待，并警惕下列疾病在身体中作祟的可能性。

●影响到尿路的肾结石；
●肾脏或者膀胱肿瘤；
●膀胱或者肾盂发生细菌性感染；

●老毛病造成的慢性肾损伤。

医生问诊时，一般会询问病人在排尿过程中的哪一阶段产生“尿血”，是前尿、中尿，还是排尿即将结束那一刻？掌握细节，才能找到病根。由于仅有10%尿血现象无甚大碍，所以人一旦出现尿血应快速、及时就医，不能耽误病情。

尿中带血不仅指肉眼可见的血，还包括只能通过显微镜或者试纸才可测知的血。请注意，人在排尿时腰侧面疼痛，排尿期间有灼烧感，并在排尿之前就有恼人的排尿紧迫感，这些都是诊断病因的依据。再次向您提醒预防性检查对您健康的重要性！

男性要特别警惕肾结石

内脏剧烈疼痛，像有东西在拧来拧去般地绞痛——这种痛法意味着肾结石的位置在变化，它们正从肾脏向输尿管移动。绞痛逐渐呈现波浪式、痉挛式，并伴有恶心、呕吐，巨大的痛苦甚至让人绝望地在床上来回翻滚。

疼痛出现的部位和肾结石当时所处的位置有关。疼痛常位于腰部和腹部，多数呈阵发性，亦可呈持续疼痛。有的疼痛可能仅表现为腰部酸胀不适，但活动或劳动可促使疼痛发作或加重。肾结石绞痛呈严重刀割一样疼痛，常突然发作，疼痛往往放射至下腹部膀胱部位、腹股沟、股内侧或者辜丸（男性）、阴唇（女性）。尿中如果含有肉眼可以看见的尿血则能帮助大夫确诊，大部分情况下，尿中含有的血达不到人眼能察觉的量。如果患者



尼古拉·明罗赫 著
东方出版社友情推荐

疼痛是很多种疾病的强烈信号，它把我们的注意力吸引到我们肌体受到侵扰的部位去。由此痛觉就具有了某种保护功能。人们通过研究病痛持续时间的长短和剧烈的程度尽量准确地为它定性。如果您的身体发出了这样的SOS疼痛呼救，您可得好好接收疼痛信号。当疼痛的持续时间和剧烈程度都超出平常的范围时您就必须采取行动，交给医生妙手回春吧。

[上期回顾]

导致眩晕和眼花的原因是多样的，但是有一点一定要注意：一定要防止患有眩晕和眼花的老人摔倒。另外，麻痹的规模和对不同按压方式的知觉情况取决于神经受损的程度和位置。越早发现麻痹和伴随麻痹出现的其他病症，越能给治疗赢得更多的时间和机会。

在疼痛发作时头脑还能保持清醒，可以用容器盛接尿液进行观察，患者会发现排出的小块结石，同时也可以通过滤纸检查尿液中是否带血。

男性患肾结石的几率是女性的两倍。原因是，男性的生理结构使得他们更容易产生尿路狭窄的问题。需要说明的是，长期患病卧床静养的人会因为炎热季节的气候原因大量出汗，从而导致体内液体摄入量不足，因此他们更容易患上肾结石。此外，甲状腺功能亢进也容易引起肾结石。

膀胱溃疡和肾肿瘤

膀胱的恶性溃疡常发于60~70岁这个年龄段的人。最初的症状是尿中带血且感觉不到疼痛。随后产生的病症是，排尿时会感觉到灼烧感，最终疼痛在耻骨部位集中发作。越早确诊膀胱肿瘤，对日后的治疗越有利。

恶性肾肿瘤的形成和发展往往相当隐秘，所以发现肾肿瘤的时间也总是非常滞后，患者常常错过最佳治疗时机。当人发现腰部侧面疼痛和尿血的情况时，可怕的肾肿瘤很可能已经难以控制了。

贴心话：留意尿路疾病时，请注意下面一些疾病信号：

1. 人的液体摄入量相对正常，排尿量却急剧减少；
2. 排尿量少又有排尿紧迫感，造成人强烈不适；
3. 小便失禁；
4. 排尿有灼烧感，有时排尿时还会感觉疼痛；
5. 绞痛；
6. 尿中带血。

这些信号可能单独出现，更多时是两三种信号同时出现。