



为什么想打喷嚏时别忍着？

小雅是个标准的淑女，不仅说话轻言细语，在外人面前打个喷嚏都要捏着鼻子，尽量忍住，以免形象受损。两天前，小雅照例捏起鼻子，把喷嚏“憋”了回去。可没想到，她的耳朵突然疼痛难忍，到医院检查发现，竟然是鼓膜穿孔。

医生介绍，喷嚏是人体将鼻咽部具有刺激性的东西排出去的应激过程，是一种天然防御机制。一般来说，鼻腔黏膜受到刺激时，会将信号上传，接着大脑发出指令，先深吸一口气，然后胸部猛烈收缩，肺里的气体急速从气管经口鼻喷射而出，把刺鼻的气味或异物赶走，让人非常痛快。

据介绍，通过打喷嚏人体可以将大量细菌与异物排出体外，保持呼吸道畅通。忍着喷嚏不打，相当于

又把细菌“吞”了回去；更重要的是，忍住喷嚏，无法缓解的压力会向内“返回”，导致咽部压力升高，进而冲击咽鼓管，甚至损伤鼓膜，严重时可能造成鼓膜穿孔，或者引起鼻出血、鼻骨受损等。此外，细菌等也可能随着气流，由咽鼓管驱向中耳鼓室，引起化脓性中耳炎、鼻窦炎等疾病。

因此刘医生建议，有了喷嚏，最好痛快打出来。在比较正式场合，可以用手帕、纸巾等轻掩口鼻，防止随喷嚏带出的唾液微粒和病菌四处飞扬。如果鼻子受到刺激想打喷嚏，来不及准备纸巾，此时打喷嚏不要用手捂住嘴巴，而是轻掩即可，以避免手口的接触传播细菌病毒。如果患有伤风感冒，还要注意打完喷嚏及时洗手和处理所用的纸巾。



疯狂迷宫



寓言故事

药商竞富

有三个从外地来的商人都在同一个集市上卖药材。第一位药材商专门从产地购进货真质优的上等药材，根据进价定售价，差价不大，从不谋取暴利。按理说，这种诚实商人应该先富起来，可他的生意萧条，铺面冷清，只有少数知根底的人来买他的药，只能勉强维持生计。

第二位药材商对质优质劣的药材都收购进来，售价随顾客的意愿而定，出价高就给优等品，出价低就给劣等货。因为选择余地较大，利润有大有小，所以生意总的说来还比较好，综合效益还比较可观。于是，两年以后，这位药商成了一名殷实的小财主。

第三位药材商则专门

去大量收购价廉质劣的药材，然后略作加工，再换上精美的包装，俨然是一种名牌精品的派头，可售价并不比另两家高多少，有时顾客还价或者添加一点的要求往往也能得到满足。因为“一个便宜三个爱”，外观也挺有档次，经营也灵活，所以许多人都争先恐后地来买药，生意总是特别兴隆，从不愁销路。不到两年，这位商人大发起来，成了远近闻名的一个大富翁。

寓意：不同的经营之道有不同的结果。第一位药商可贵，第二位药商可叹，第三位药商则可耻。不仅在市场，而且在其他方面都应当一要诚实、二要灵活、三要不断改进。