



# 无性婚姻 能否成为有爱家庭

所谓“无性婚姻”是指一年只有一两次性生活，甚至没有性生活的婚姻。中国人民大学社会学研究所的抽样调查数据显示：我国已婚和同居的男女中，每个月没有一次性生活的人，占调查人数的28.7%；在最近一年里连一次性生活都没有的则占6.2%。那么无性的婚姻到底能不能收获真正的幸福——

唐女士 41岁 无业

唐女士说他现在和老公是两地分居，一年到头见面的机会也不多，在他们的婚姻生活中，她所拥有的更多是等候。以前，唐女士和丈夫都在开发区一个工厂里上班，日子过得虽不算富裕，但夫妻俩相守在一起倒也幸福。4年前丈夫辞职下海，去外地做生意，留她一个人在家照顾老人和孩子，两个人相聚的时间很少，丈夫只有在过年的时候才回来几天，两个人连说话的机会都不是很多，更别提性生活了。每次丈夫来去匆匆，看着温馨的卧室，唐女士只能无奈地叹气。有时，唐女士也不愿过这种死水般的生活，曾

想过跟丈夫一起走，但考虑到老人偏瘫不能自理，孩子也在读高中，正是关键的时候，她也不忍心出去。并且孩子一旦上大学花销也挺大，还要靠丈夫挣的钱来维持家庭开销。面对这种“无性婚姻”，她感到无法选择。

吴女士 36岁 农民

吴女士和丈夫都是地道的农民，祖祖辈辈土里刨食，听打工返家的同乡说，城里挣钱很容易，就在4年前，吴女士把孩子托付给父母，和丈夫一起到南方打工，她在一服装厂找到了工作，而丈夫则成为一名建筑工人。虽然二人白天的工作都很辛苦，但是晚上回到租住的小屋，夫妻俩相偎相依，小日子倒也甜蜜。天有不测风云，在一次事故中，丈夫从脚手架上跌落下来。几经抢救，丈夫虽然保住了性命，但胸部以下完全丧失知觉，他们从此告别了夫妻生活。看着正值盛年的吴女士不分日夜的精心照顾他，丈夫心里很感激，但同时觉得很愧对妻子，几次提出要离婚，还吴女士自由。但吴女士知道丈夫的顾虑，对他说，这一辈子我都不会离开你，和你在一起就是我最大的幸福。

**医生看法：**无性婚姻的出现，不管是哪一方出了问题，两个人之间都是“心照不宣”，外人只觉得夫妻的感情出了问题，只有两个人自己明白是怎么回事。有需求的一方可能会找方法宣泄自己的不

满，摔锅砸碗、发脾气……而心虚的一方则只能是听之任之，家庭关系日益恶化。夫妻双方应该加强沟通，赶紧就医。性是基础，不论是身体还是心理，只要有问题，就该去看医生。要做好充分的思想准备，日子走到这一步，并非一朝一夕而形成，解决问题也是需要时间的。没有出问题的一方，应想办法帮助另一方。如果对方是压力太大，就想办法缓解他（她）的压力；仔细回想一下过去对方有激情时是怎样的环境气氛，不妨再次营造，尽量培养对方的“性趣”。如果对方不愿去医院，也不要表现得太过着急，不妨自己先挂个号，寻求医生的帮助。

晚报记者 宋云层

周末话题：周末带上老人出去玩，你看如何  
话题请致：77235196@qq.com  
电话：2183929



## 生活小知识

### 睡前不宜吃的6类食品



- 1. 油腻食物 (如:炸鸡块、甜甜圈等)**  
油腻的食物吃了后会加重肠、胃、肝、胆和胰的工作负担，刺激神经中枢，让它一直处于工作状态，也会导致失眠。
- 2. 辛辣食物 (如:麻辣烫、香蒜、面包等)**  
晚餐吃辛辣食物也是影响睡眠的重要原因。辣椒、芥末油等会造成胃中有灼烧感和消化不良，进而影响睡眠。
- 3. 含咖啡因的食物 (如:茶、可乐、咖啡等)**  
很多人知道，含咖啡因食物会刺激神经系统，还具有一定的利尿作用，是导致失眠的常见原因。
- 4. 有饱腹作用的食物 (如:豆类食物、烤玉米)**  
有些食物在消化过程中会产生较多的气体，从而产生腹胀感，妨碍正常睡眠，如豆类、洋葱、玉米、香蕉等。
- 5. 重口味食品 (如:大蒜、洋葱等)**  
据研究显示，重口味食品也是导致失眠的罪魁祸首之一。
- 6. 酒类**  
很多人误以为睡前饮酒可以促进睡眠，但最近的研究证明，它虽然可以让人很快入睡，但是却让睡眠状况一直停留在浅睡期，很难进入深睡期。所以，饮酒的人即使睡的时间很长，醒来后仍会有疲乏的感觉。（刘楠）



# 商丘网广告招商热线：0370-2628098

地址：商丘市归德南路6号商丘日报报业集团网络中心