

你是从哪儿开始衰老的

□孙道荣



常听人感叹：老喽。难道，一个人知道自己从什么时候开始老的吗？

60岁，始被看作是老人。可是，很多六七十岁，甚至岁数更大的人，并不认为自己老了。反而是不少四五十岁，甚至年纪更小的人，偏偏认为自己老了。可见，不是到了某个年龄，就突然老了。有时候，老与年龄无关。

有人会觉得，衰老是从头发开始的吧。头发变白了，稀疏了，没有光泽了，人自然也老了。但这似乎也难以成为确凿的证据，有很多人少白头，年纪轻轻就一头白发了，有人却年已花甲，仍满头乌丝。

更多的人会认为，自己的衰老是从容貌开始的，美丽的皮肤，变粗糙了，失去了弹性；眼角，钻出了一道道的鱼尾纹；眼神，浑浊了，再也不水灵了；腮红，像害羞的心一样，倏忽就消失了……总之，曾经年轻、漂亮、好看的容颜，没有了，人也就老了。小孩子作文里写爷爷奶奶，都喜欢用皱巴巴这个词来形容。皱巴巴，可不就是老了吗。因此，很多人为了使自己显得年轻，想尽办法保护自己的脸。

有人说，衰老是从视力开始的。远的东西模糊了，近的东西更看不清了，老了。

有人说，衰老是从记忆力开始的。眼前的事情，转身就忘，时间越久的事情，反而越清晰，而且，脑袋越来越僵化了，转不动了，老了。

也有人说，衰老是从骨头开始的。腰越来越驮了，腿越来越没有力气了，步伐越来越迟缓了，身上的每一根骨头，都变得越来越脆弱了，老了。

还有人说，衰老是从牙开始的。以前，吃什么东西都香，再硬的骨头都敢啃，现在，吃什么都没胃口了，牙缝越来越大了，吃饭的时间没饭后刷牙的时间长，最可怕的是，一颗老板牙，掉了，另一颗门牙，又松动了。老掉了牙，这是真的老了。

那么，我们真的是从这儿开始老的吗？

先来看看科学家为我们揭开的一些小秘密。研究人员发现，人体的衰老，比我们想象和实际感知到的，要早得多。你的皮肤，从25岁左右开始，就逐渐老化了；你的大脑，从20岁开始，就走下了下坡路，神经细胞从巅峰期的1000亿个左右，慢慢减少，记忆力、协调性，都开始下降；你的头发，从30岁左右就开始脱落，而且会越来越稀；25岁前，你的骨密度会一直在增加，而从大约35岁开始，你的骨质就开始流失了，骨密度开始缩减，也就是说，从35岁开始，你的骨头就一日不如一日了；你的眼睛从40岁开始就变老了，眼部肌肉会变得越来越无力，眼睛的聚焦能力也开始下降，眼前的东西看不清楚了，没错，你的眼睛老花了；同样从40岁开始，你的牙齿开始衰老，牙龈萎缩，牙根松动，牙周很容易发炎，有一两颗牙齿，开始谋划着脱离你而去……

真是太糟糕了。在我们以为自己还年轻，有活力，有朝气的时候，我们的皮肤、眼睛、骨头、牙齿，一切的一切，就都开始在我们的体内，衰老了，退化了，萎缩了。

这是科学界认可的事实，但是，我们不会在40岁时因为一次牙龈发炎，而认为自己老了，也不会因为在30岁时掉落了几根头发，就认为自己老了，更不会因为25岁的皮肤比24岁时稍稍少了一点点弹性而惊慌失措，以为老之将至。没错，你的衰老，不是因为你的容貌，也不是因为你的皮肤，甚至也不是因为你的骨骼和心脏。

从你认为自己已经老了的那天开始，从你认为自己已经老了的那个地方开始，你才真的老了，否则，你就不会老，你没老。

(博客地址：<http://blog.sina.com.cn/zmjstw>)

明星同款

□李莉琴

以前，我们在电视剧或者综艺节目里，看到偶像穿的衣服和戴的配饰，只能望尘莫及。现在，万能的网上商城卖家，贴心地为粉丝生产出大批量的“明星同款”。我们只需花几百元甚至几十元，鼠标轻轻一点，便能买来和明星们款式相似的物品，商家和粉丝皆大欢喜，所以，“明星同款”一直很吸睛。

原本热衷“明星同款”也无可厚非，但问题来了，不知道从什么时候开始，“明星同款”开始有了怪味。

女友开了一家服装店，顺带经营网店。网店起步阶段举步维艰，生意一直不见起色。后来女友看到女儿超级迷恋李易峰，想方设法地收集与李易峰有关的一切物品。受到启发，她决定定制几套李易峰穿过的同款外衣。这招相当奏效，3个月网店的销量就远远超过之前一年的销量。

女友说，其实这些“明星同款”的质量压根就没她店里其他衣服的质量好，卖的价格却高出一大截，莫非人傻钱多？买家却不以为然：买的是附加值，懂不？打上明星的招牌，在小伙伴中多有面子？

买件“明星同款”的衣服，只要量入而出，穿也好，放家里珍藏也行，其实无伤大雅。那天上班聊到这个话题时，同事老李一听到“明星同款”就一肚子火，原来他儿子不知道从哪儿听说有“汪峰同款眼镜贴”，专门用来上课时掩饰打瞌睡的，吵着要他买，父子俩为此吵了一架：还能不能专心上课了？

居然还有这种新鲜玩意儿，我们在

淘宝上一搜，还真有不少这样的卖家。其中有家店主打出来的广告语是：汪峰同款，开学必备，上课睡觉专用眼贴。明目张胆地写“上课睡觉专用”，这不是坑学生吗？

同事小王插嘴道，说起这个，我那个小堂妹更离谱，前阵子不是柯震东涉毒被抓吗，她居然想从网店买件柯震东同款囚服回来，惊呆了我们全家人，幸好后来这种售卖同款囚服的行为被制止了。

唉，差点毁了三观，我们正唏嘘不已的时候，主任发话了：“你们这有什么稀奇的，我老婆居然要买明星同款鼻孔插座回来，乍一看，吓我一跳。”鼻孔也被人找到商机？明星们也够惨的。

“明星同款”已不仅停留在服装行业。因为一档美食节目火热，菜场上一袋普通的花椒，加上某明星最爱，马上就比其他花椒多卖10元；因为一档亲子节目的热播，昔日名不见经传的小村子，也被旅行社打出“明星同款旅游”的卖点……

以前流行的打折促销这种营销方式，现在OUT了，放眼望去，贴着“促销打折”标签的物品多了去了，这种情况下，“明星同款”变成一个新商机。随着竞争的加剧，单纯的“明星同款”已不足为奇，各种亮瞎眼的“明星同款”应运而生，似乎谁的更稀奇更离谱，谁就能更迅速地占领市场，道开始走偏。

“明星同款”，想说爱你不容易。
(博客地址：<http://liliqin.blsh.com/blog.php>)

最好的爱人，不如最久的伴侣

□网文

少来夫妻，老来伴。能够陪你走过一生的人，往往不是你曾经最爱的人。与其爱得深，不如伴得久。

人们总是愿意对已经失去的感情耿耿于怀。尤其是曾经让自己付出所有，不顾一切的那个人。或是初恋，或是一段刻骨铭心的旅程，或是曾经视他(她)为自己的命中注定。在怀念那份失去的爱情时，大多数人也在无意中美化了那个“最好的爱人”。

年少的时候，总以为一定要跟最爱的那个人在一起，学着琼瑶剧里的深情浪漫，轰轰烈烈。然而到最后，礼堂的音乐渐渐升起，在熟悉的伴奏中，满桌亲友的见证下，与你牵手的那个人终不是当初最爱的她(他)。虽有懊悔，有过心酸，有过埋怨，但这一刻，看着对方的眼睛，你需要明白的是，眼前的人才是伴你终生，同你生儿育女，面对衰老疾病，不



离不弃的那一个。

最深爱过的情人，不如相伴最久的身边人，因为在岁月的摩挲下，只有那个枕边人会任劳任怨，替你做饭，听你打鼾，伴你朝朝暮暮，在孤寂的人生中一次又一次地为你取暖。

(博客地址：http://blog.sina.com.cn/s/blog_7487ced0012uy52.html)

医药保健 刊登热线：15037574888

“膝关节病”遇仙草 绝处逢生

上市10周年，买7送3 买12送8

有位老先生说：“我患退行性膝关节病，骨质增生，关节间隙狭窄，半月板损伤，滑膜炎，关节腔积水，关节变形。上下楼关节疼得要命，坐久了，站起来，关节僵硬，半天迈不动步，长期治疗不见好转，专家建议换关节。弄得全家人都忧心忡忡……”

现在，这位先生的担忧没有了。他说：“是仙草骨痛贴解决了我多年的老问题，这仙草是好药啊，当初听人讲的时候，我还不信，但朋友坚持说这药真能康复，就让孩子给买了十盒，没有想到贴上去，第三天就有了变化，不到一个月，竟然能正

常走路了，大步上下楼，晚上再也没疼醒。后来又去拍片子，骨刺不见了，积水消失了，关节表面又长出了厚厚的软骨。”

“仙草骨痛贴”是协和主任医师侯廷翰根据元代《十药神书》记载的云南民间奇方，独创穴位贴敷、透皮吸收之新法，一举突破了由于关节软骨是无血管组织、口服药物无法进入病灶的医学难题，使受损软骨的每一个细胞都完全置于药物的全面滋养之中。患者只需按照疗程使用，软骨逐步修复，滑膜组织恢复正常，关节爽利！

康复热线：0375-3835828 服务地址：众康药店(矿工路中段医药公司向东50米物资宾馆对面)

平顶山市新城驾校

6周年庆典 ANNIVERSARY CELEBRATION

扶你上马 驰骋天下

C1证原价3660元 活动优惠价2860元

截止时间：11月6日

全市首届省级文明驾校
首家质量信誉AAA驾校
鹰城首届十佳驾校

豫交运管许可(豫)字
410000000565号
市内三条免费通勤车线路直达

报名电话：0375-7331111 7331011
姚孟服务部：0375-7331066
市长途汽车站(老站)对面服务部：0375-7336066
地址：新城区平郑路与平宝路交叉口西100米
网址：www.xinchengjiaxiao.cn