

## 友问必答

“友问必答”，为您解答问题，无论是法律，还是健康；无论是科普，还是教育；无论是饮食，还是政策，只要您有问题，我们就帮您找答案。

如果您有相关问题，欢迎来电(2921234)或通过邮箱(lcrb@lcrb.net)告诉我们，将有专业人士帮您答疑解惑。

### 问法律

## 菜上错了，是否需要埋单？

大强请家人吃饭，订了个包桌，免去了点菜的麻烦。

酒足饭饱，结账的时候，服务员说：“1089元。”

“不对啊，不是说好的包桌1000元吗？”

“是啊，但是有道糖醋鲤鱼，包桌里没有，给你们上了。”

“你们上错了，为什么要我掏这个钱？”

“因为你们吃了啊”。

对于服务员的说法，大强觉得很冤枉，就此事咨询了律师。

### 律师说法：

民法典中有一种制度叫不当得利制度，是指无法定或约定的原因，一方受益致使他方受损的情形。其中取得利益的一方，叫得利人，受到损失的一方，叫受损人。一旦产生不当得利，受损人有权请求得利人返还所受利益。

成立不当得利，需要同时包括四个要件：一是没有法定约定义务；二是对方受益；三是他方受损；四是受损与受益之间有因果关系。

大强及家人把这道糖醋鲤鱼吃了没付钱，饭店因此受损。这构成不当得利。既然是构成不当得利，那大强是不是应该支付这道菜钱呢？答案是否定的。

民法典把不当得利的返还范围，按照得利人主观是善意还是恶意，分别处理：

1.“善意”是指得利人取得利益时不知道没有法律根据。此种情况下，不当得利返还，原则上以受损人主张时的现存利益为限，现存利益丧失的，免除其返还义务。也就是说，原物存在，应返还原物；原物不存在且得利人没有获得对价，无需返还。如果原物被有偿转让，得利人取得了利益，此种情况下，根据受损人客观损失的大小，确定返还范围：高于损失，以损失额为限；低于损失，只需返还实际获利额。

2.“恶意”是指明知没有法律根据而取得利益。此种情况下，应该加重责任。

大强不知道菜上错了，以为是自己包桌内的菜品，属于善意得利人。服务员要求大强支付菜钱时，菜已经被吃完了，因此，大强无需支付这89元钱。

聊城市人民检察院干警 王克



### 问健康

## 奥司他韦有必要囤货吗？

奥司他韦可有效治疗流感，有没有必要囤一些？重庆市人民医院专家给出了答案。

奥司他韦不是“神药”，不要盲目囤药，更不要擅自服药。奥司他韦是一种抗病毒的处方药，通过抑制流感病毒在体内复制，从而减少流感病毒在体内传播以降低其致病性，可用于甲型、乙型流感的治疗和预防。但奥司他韦并不治疗普通感冒，所以出现感冒症状首先要区分是普通感冒还

是流感。

简单从症状上来看，一般流感患者会迅速出现高热、肌肉酸痛、头痛、乏力等全身症状。而普通感冒患者早期通常出现打喷嚏、鼻塞、流涕等局部症状。

大家出现感冒症状后不要自行盲目购买并擅自服用奥司他韦，特别是对于一部分高危人群，出现流感症状后建议及时就医，在医生的指导下用药。

据重庆日报客户端

### 问政策

## 试用期可以不缴社保吗？

《社会保险法》第五十八条规定：用人单位应当自用工之日起三十日内为其职工向社会保险经办机构申请办理社会保险登记。未办理社会保险登记的，由社会保险经办机构核定其应当缴纳的社会保险费。

用人单位和劳动者都必须依法参加社会保险、缴纳社会保险费，这是法律规定的。即使是在试用期，用人单位与劳动者协商一致，也不能不缴纳社保。

据山东人社

### 问教育

## 为何妈妈们总忍不住唠叨孩子？



很多妈妈总忍不住唠叨孩子。唠叨声像孙悟空的紧箍咒一样让孩子无法忍受，孩子会烦躁、愤怒，塞上耳朵，关闭心门。那么，妈妈们如何能避免唠叨呢？

### 办法：

1. 统一认知：孩子的感受是最重要的。经常问孩子，自己平时是不是喜欢唠叨，在哪些事情上容易唠叨，这些唠叨是不是让孩子受不了了。2. 积极沟通：把自己最容易唠叨的事项列出来，有意识地了解自我行为的过程。积极和孩子沟通，看看他有什么反馈，了解他希望妈妈怎么做。3. 邀请参与：让孩子参与一些较重要的事情，充分调动孩子的积极性。同时，让孩子承担他的言行的后果。教育孩子做一个负责任的人，比一万句预警、唠叨对他的长期成长更有利。

聊城家庭成长服务师 梁国章

### 问营养

## 长期不吃红肉，易缺乏哪些营养？

关于吃肉，有一种说法：四条腿不如两条腿，两条腿不如没有腿。其中，猪肉、牛肉、羊肉就是四条腿的代表，而鱼是没有腿的代表。这主要是从脂肪酸含量和脂肪酸组成方面考虑的。

### 吃肉优先选择鱼虾类

鱼虾脂肪含量低，且含有较多不饱和脂肪酸，所以吃肉时要优先选择鱼虾。

吃肉优先选择鱼虾，并不意味着只吃鱼虾。正确的肉类摄入量的顺序是：没有腿的>两条腿的>四条腿的。

### 完全不吃红肉会导致缺铁

完全不吃红肉，只吃鱼虾或鸡鸭肉，很容易导致身体内的铁元素不足，因为猪肉、牛肉、羊肉等红肉是铁元素的主要来源。

铁参与体内氧的运送，而且对维持正常的造血功能和免疫功能起着重要的作用，铁缺乏会导致面色苍白、疲劳乏力、头晕、心悸及缺铁性贫血。

所以，什么肉吃多了都不合适，什么肉都不吃也不合适。我们需要做的是掌握好量，各种肉类交替食用才能均衡营养。

### 合适的吃肉量是多少？

最简单的一个判断办法：手指两个关节的长度，差不多两个手指的厚度，这样大小的一块肉，大概是生重一两(50克)。做熟后重量会减轻，一两生肉变成熟肉以后大概是35克。

一般成人，在动物性食物的摄入量上，平均每天可以吃生重40—75克的禽畜肉，再加上40—75克的水产，以及一个鸡蛋。

据《北京青年报》

## 牛奶和羊奶，哪个更有营养？

我家孩子两岁多了，最近我想给她喝奶粉，但我纠结是选牛奶配方粉还是羊奶配方粉。听说羊奶配方粉更好吸收，是真的吗？另外，如果是鲜奶的话，牛奶和羊奶，哪个更有营养？

单从动物奶类的角度来看，牛奶与羊奶并无太大的区别。二者都含有较优质的蛋白质、脂肪，且矿物

质(尤其是钙质)含量丰富。但如果仔细比对，其营养成分还是有稍微差别的。例如，在蛋白质、钙、锌含量上，牛奶的优势更明显。而在维生素A、碳水化合物、烟酸和磷的含量上，羊奶则优于牛奶。

总的来说，牛奶、羊奶在营养价值上各有优势，不能简单地作出孰好孰坏的论断。

据北青网

