

青春期健康

Adolescent Health

家庭文化

10

2016年

下半月刊 (总第239期)



- ◎ 女人是天空, 男人是大地
- ◎ 暖男佟大为: 用爱做美食
- ◎ 如何应对孩子“人来疯”
- ◎ 婚姻买“保险” 生活少“风险”
- ◎ 当幸福来敲门
- ◎ 从《小别离》看青春期叛逆

定价 12元/本 每月15日出版

万方数据

目录 | Contents



封面故事 COVER STORY



清晨的阳光将我从睡梦中唤醒，梦里的我是个男子汉，保护妈妈不让别人欺负。我将梦境告诉妈妈，妈妈笑了，并与我约定要把梦境实现，要努力学习，做一棵让妈妈依靠的“大树”，也成为祖国的栋梁。我爱你，妈妈！我爱你，祖国！

22 专题策划 SPECIAL SUBJECT

1934年10月至1936年10月中国工农红军进行了史无前例的长征。红军以超乎寻常的毅力，战胜了几十万国民党反动军队的围追堵截，越过了人迹罕至的雪山、草地，经历十多个省，约二万五千里的征途。

红军长征的胜利，实现了党北上抗日的战略方针，宣传了党的主张，播撒了革命火种，锻造了革命力量，形成了以毛泽东同志为核心的中央领导集体，确立了实事求是的思想路线，实现了中国革命从挫折走向胜利的重大转折，谱写了我们党、军队和中华民族历史上的壮丽篇章。

- 22 长征赞歌——纪念长征胜利80周年 / 本期策划 王娜
- 23 井冈山上忆当年 / 谭萍
- 24 红歌代代传 / 一秋
- 25 马泽迎：未婚而背着婴儿长征的兴国将军 / 温均华
- 27 继承长征精神 复兴路上踔厉奋发 / 刘锡妍



01 卷首语 | Preface

01 女人是天空，男人是大地 / 李茂中

06 社会视点 | Social perspective

特别人物

06 暖男佟大为：用爱做美食 / 袁忠喜

焦点报道

08 网约车新政来了！ / 金金

10 家庭日志 | Family log

情感故事

10 浪漫是一种情怀 / 覃光林

11 制造浪漫 / 周礼

12 婚姻买“保险”生活少“风险” / 忆江南

13 袁国光、过云月：跨越半个世纪的美丽约定 / 范学风

父母心声

16 不要跟父母“伪沟通” / 王国梁

17 多年父女莫成客 / 马亚伟

18 有一种亲情与血脉无关 / 冯志普

20 父亲啊，请您别老去 / 郑玉超

28 教子有方 | Education methods

杏坛开讲

28 从《小别离》看青春期叛逆 / 飞翔

30 和孩子聊天也是一门功课 / 盛丽秀

31 如何应对孩子“人来疯” / 张永俊

名人专栏

34 袁咏仪：我的主业是妈妈，副业才是拍戏 / 武亿

36 健康120 | Health 120

健康行动

36 白领的颈椎保健 / 董绍军

健康手册

38 当心四种情形偷走你的健康 / 廖春梅

39 秋季谨防干燥综合症 / 张小六

40 小肠切除吸收差 善调饮食保健康 / 刘姿含

41 腰痛的常见症状及保护方法 / 张继东

42 善调饮食益养肺 / 钱伟

44 现代人该如何为“胃口”保驾护航 / 周一海



2016.10 Family culture 家庭文化 03

目录 | Contents

关爱女性

46 年轻女性应当心乳房“小地雷” / 郑金美

健康咨询

48 他为何总怀疑儿子不是亲生的 / 章睿齐

49 婚姻中的“沉没成本心理效应” / 马志国

名医专栏

52 我和王介明院长的今生缘 / 时素宁

54 男左女右 | Both sides of love

54 “爱”变了样 / 颜士州

57 当幸福来敲门 / 邓迎雪

60 文化生活 | Culture life

行者无疆

60 崆峒山秋色天下秀 / 沈安娜

九州食客

66 广东美肴糖醋咕嚕肉 / 普石

67 生拌茄子 / 彭忠富

68 酸辣蕨根粉 / 邓勤

69 菱角美，莲子鲜 / 王吴军

美容保养

70 女同胞们，要舞好化妆品这把“双刃剑” / 含笑

72 乌黑浓密三千丝 保养很重要 / 前卫



精品文苑

74 秋天的怀念 / 史铁生

75 北京秋天下午的我 / 莫言

78 西湖秋意 / 赵丽宏

80 艺术长廊 | Art gallery

80 行走的记忆 / 一木

84 人文资讯 | Humanities news

地方之声

84 各地简讯

人口资讯

88 全国婚育新风进万家活动培训班在贵阳市举办

89 卫生发展中心召开党政联席扩大会议
传达学习全国卫生与健康大会精神

90 “二孩”时代来临 预防出生缺陷需更加引起关注
——访全国妇幼卫生监测办公室主任朱军教授

92 两孩时代 | Two-child Era

92 两孩时代，哥哥就该让着妹妹吗？ / 吕雪莹

94 广告招商 | Investment promotion

94 2016年10月《家庭文化》有奖读者调查表

95 《青春期健康·家庭文化》征订单

96 致读者朋友的一封信



04 家庭文化 Family culture 2016.10