

国家卫生和计划生育委员会 主管 国家卫生计生委人口文化发展中心 中国人口宣传教育中心 主办



青春期健康

Adolescent Health

2016
上半月刊
总第222期

02

定价: 12.00元/本 每月1日出版

青春期健康
ADOLESCENT HEALTH

2016.02

总第 222 期

在看不到的地方，努力扎根

告诫“爱美”少女
——少女激素丰乳祸害多

那些年，我们写过的情书

李冰冰的青春故事

无过，不青春！

重恩首长周克玉

青春里的一场南辕北辙

ISSN 1672-6502



9 771672 650169



CONTENTS

No.222 2016 年第 2 期

本期专题

想你，是我每时每刻都在做的事；
见你，是我日日夜夜都在期盼的事；
爱你，是我一生中永恒不变的大事。

- | | |
|--------------------------|-------------------------------|
| 36 那些年，我们写过的情书 / 本期策划 赵曼 | 37 情书 / 岩井俊二 |
| 39 大师们的妙笔情书 / 一叶 | 40 迟到了 57 年的情书 / 耿艳菊 |
| 41 五线谱上的情书 / 卿闲 | 42 一个数学奇才的浪漫情书——第 13 封情书 / 化君 |

那些年，
我们写过的情书！





卷首语 | Preface

- 1 在看不到的地方，努力扎根 / 奉雯

青春视点 | View point

青春辞典

- 6 青春语录
7 青春 IN 词

特别关注

- 8 盲目追星给青少年带来的危害 / 阿龙
9 偶像人人有，追星需冷静 / 牧童

法律档案

- 12 刑法案例
13 法的故事

黄灯慢行

- 14 青少年要重读抗战家书，提高爱国情操 / 高健

环球视野

- 16 美国“衡水中学”：穷孩子如何不当考试机器 / 万维钢

封面故事 | Cover story

- 18 李冰冰的青春故事——与妹妹的姊妹情深 / 李蕊娟

心灵密码 | Heart sound

男生日记

- 22 可以有爱，可以温暖 / 陈闲珍
24 流年 / 宋殿儒



女生秘密

- 26 初恋的贺卡 / 琦焱
27 被岁月隐藏起来了 / 夏静儿
28 你是惊艳了时光的人 / 刘云燕

生活触角

- 30 心灵深处的老屋 / 梁惠娣
31 那些温暖，我一直不曾忘怀 / 杜智萍
32 云态度，月精神 / 鲁先圣

少年笔会

- 34 背上行囊去追梦 / 纪文晨

青春健康 | Prime health

青春课堂

- 44 青年人更需要普及性知识 / 高峰
46 青春期少女，盲目减肥危害大 / 董绍军
47 告诫“爱美”少女——少女激素丰乳祸害多 / 罗棋山

青春保健

- 48 合理饮食 防治近视 / 山奇乐
49 饮食不节，易致骨质疏松 / 陆基宗

咨询港湾

- 50 女孩的交往障碍怎样跨越？ / 马志国

感动青春 | Touching youth

走向崇高

- 52 重恩首长周克玉 / 贺茂之

经典回响

- 56 王安忆星光下的温暖
——读王安忆《今夜星光灿烂》 / 高茵颖
57 梭罗的三把椅子 / 云水禅心



青春论坛 Youth forum

初涉人生

58 鬼才“王大宁”：创意电影海报年入2000万 / 王新同

成长路上

60 青春里，那化妆过的祝福 / 耶雅亿

62 青春里的一场南辕北辙 / 李柏林

论义论道

64 尊重善良的心 / 马亚伟

65 美好总在前方等你 / 文馨

66 看别人飞也很快乐 / 月满西楼

67 勇敢的开始 世界会为你让路 / 刘小麦

PK 部落

68 看到老人摔倒，青少年扶还是不扶？ / 柳生飘絮

修身自律 Self discipline

身心飞扬

70 拔掉叛逆的刺，才能岁月静好、温和和从容 / 王国梁

71 无过，不青春！ / 夏凡

程门立雪

72 舒展非智力因素的翅膀去飞翔 / 杜殿台

74 教你如何成为演说家 / 张园

75 冒雪求学 / 冬萍

律动身心

76 极速美女张岩：

老板、赛车手、背包客，我的人生一分为三 / 红树 阿友

混搭特区 Fashion zone

阅读视界

80 在《光与影》中穿梭 / 张晓辉

视听工厂

82 90后迪丽热巴：“中国版千颂伊” / 王丽



时尚盘点

86 新年，就要用套装来宠爱自己！ / 曼青

创意生活

88 小小卡片，满载的爱 / 印月

青春资讯 Youth information

90 各地简讯

广告招商 Investment promotion

43 【致：青春岁月里的难忘记忆】专题征文启事

79 “少年笔会”栏目征文启事

94 《青春期健康》杂志社征稿启事

95 《青春期健康》校园小记者征集令

96 《青春期健康》读者调查表

