

青春期健康

Adolescent Health

家庭文化

03

2017年

下半月刊 (总第249期)



[春分]

春分时节春耕忙

俗话说:“春分麦起身,肥水要紧跟。”一场春雨一场暖,春雨过后忙耕田。春季大忙季节就要开始了,春管、春耕、春种即将进入繁忙阶段。春分过后,越冬作物进入生长阶段,还有“春分麦起身,一刻值千金”的俗语,也说明春分正是各种作物生长的好时机。

ISSN 1672-6502



◎ 阳春三月,万物复苏

◎ 婚姻要小火慢炖

◎ 家有儿女,辛苦并幸福着

◎ 如果爱情可以买卖

◎ 美容方法欠妥会加速衰老

◎ 教育男孩女孩应有别

Contents

目录

青春健康 · 家庭文化
2017 年 第 03 期 / 总 第 249 期



主 管：

国家卫生和计划生育委员会

主 办：

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

支持单位：

中国计划生育协会青春健康工作办公室

中国核心期刊（遴选）数据库收录期刊
《中文科技期刊数据库（全文版）》收录期刊
中国期刊网（知网）全文收录期刊
龙源期刊网全文数字化收录期刊
国家卫生计生委首届优秀期刊
二零一四年中国最美期刊

凡本刊转载之作品，如三个月内未收到稿酬，请作者与我编辑部联系。

声明：本刊文章内容只代表作者个人观点，不代表本刊立场。

01

卷首语 | Preface

01 阳春三月，万物复苏 / 奉雯

06

社会视点 | Social perspective

特别人物

06 那英“逆生”奇迹：自信 + 爱情成就歌坛“大姐大” / 张东亮

焦点报道

08 网购新规实施 退货不再难 / 金金

10

家庭日志 | Family log

情感故事

10 那些浪漫的事 / 杨晔

12 婚姻要小火慢炖 / 马亚伟

13 婚姻是一朵宽容的花 / 钟芳

14 “随你”的婚姻保鲜秘诀 / 立仁

15 他在为我唱情歌 / 程应峰

父母心声

16 张末与父亲张艺谋：影坛导演“父女兵” / 王玉琴

28

教子有方 | Education methods

杏坛开讲

28 读懂“破坏之王”，开发智慧之光 / 姚扶有

30 教育男孩女孩应有别 / 李训刚

33 给孩子一块“责任田” / 刘希

22 专题策划 SPECIAL SUBJECT



幼儿园里教育孩子：“不吃陌生人的糖果”“不给陌生人开门”；在家中叮嘱老人：“陌生的电话号码不接”“买东西不听陌生人的推荐”；银行门口摆放着提示牌：“不给陌生账户打款”；社区警务站贴着海报：“陌生人搭讪轻易别理睬”……

但是，生活中并不是所有的陌生人都是心怀恶意的，很多对困难中的人伸出援手、提供帮助的也是陌生人。善念与感恩，也许就是化解社会诚信危机最好的解药。

- 22 你好，陌生人 / 本期策划 王娜
- 23 开一朵花在陌生人心 / 章中林
- 24 夜半敲门声 / 佟雨航
- 25 那双温暖的手 / 江兴旺
- 26 我记住了你的名字 / 邓海燕
- 27 陌生的亲人 / 一文

34 健康120 | Health 120

节气养生

- 34 春分时节的起居与饮食 / 张乾

健康手册

- 36 春季的面部护理小技巧 / 高花兰
- 38 老年人该如何睡得更香 / 刘安含
- 40 春暖花开时的疾病发现及预防 / 韩沐真
- 43 关于辣椒，你吃对了吗？ / 钱伟

关爱女性

- 46 新妈妈莫滥补 忌口讲究要科学 / 钱琦

健康咨询

- 48 老人的多疑原来都是子虚乌有 / 章月娥
- 50 喜事变愁事，根源在哪里？ / 马志国

名医专栏

- 52 如何预防老年抑郁症 / 王介明

54 男左女右 | Both sides of love

- 54 如果爱情可以买卖 / 张军霞
- 56 转角遇到爱 / 邓迎雪
- 59 薰衣草之恋 / 孙灿金

Contents 目录

青春期健康 · 家庭文化

2017 年第 03 期 总第 249 期

60 文化生活 | Culture life

行者无疆

60 走进荷兰的美丽春天 / 梁凤英

九州食客

66 鲜辣喷香的麻婆豆腐 / 格格兵

68 成都“三大炮” / 刘燕

69 景颇美味“鬼鸡” / 周礼

生活揭秘

70 鸡蛋黄发红可以吃吗? / 武亿

美容保养

72 美容方法欠妥会加速衰老 / 张洪军

74 正确穿高跟鞋才能健康显高雅 / 兰花

精品文苑

77 鲁滨逊漂流记 (节选) / 丹尼尔·笛福

78 白鲸 (节选) / 赫尔曼·麦尔维尔

81 跑者 / 王祥芳

82 艺术长廊 | Art gallery

82 道在自然

——高栋书画作品欣赏 / 李深根

86 人文资讯 | Humanities news

地方之声

86 各地简讯

人口资讯

90 2017 年山东省流动人口卫生计生

关怀关爱活动启动仪式在潍坊市举办

91 国务院: 到 2020 年人口达 14.2 亿人左右

两孩时代

92 家有儿女, 辛苦并幸福着 / 罗琦

94 广告招商 | Investment promotion

94 《青春期健康·家庭文化》杂志征稿启事

95 “幸福瞬间”封面征集启事

96 2017 年 3 月《家庭文化》有奖读者调查表

