

青春期健康

Adolescent Health

国家卫生和计划生育委员会
国内统一刊号: CN 11-5125

QK1824224

家庭版



2018年6月 下半月刊 总第279期 第6期

刘少奇的一家

刘少奇是伟人，也是一名普通的共产党员；他是一家之主，是子女的慈父，更是他们的严师。他教育子女，有两个基本方法：一是要管，二是要放。管什么？不好好学习要管，品德不好要管，没有礼貌也要管。放什么？能够培养他们吃苦耐劳精神的事情，能使他们经受风雨历练的事情，都要大胆地放手让他们去做。他通过言传身教让优良家风得以传承，通过潜移默化的影响让孩子们成为了国家建设的优秀人才。

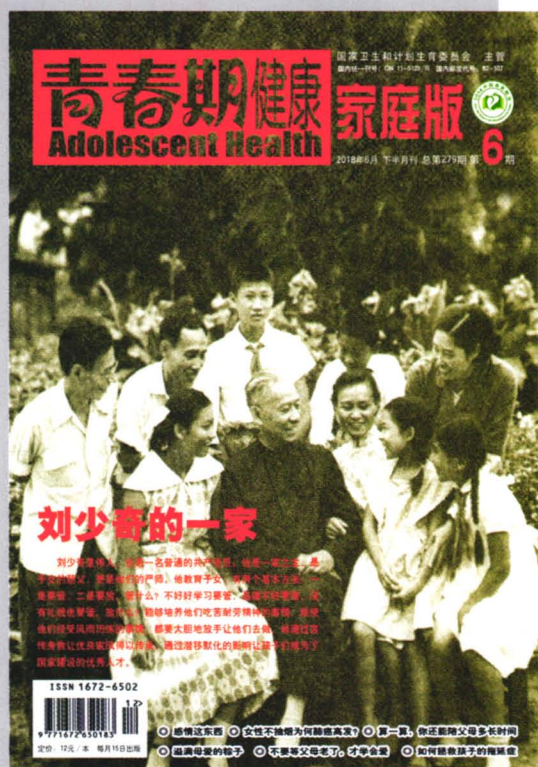
ISSN 1672-6502



9 771672 650183

定价: 12元 每月15日出版

◎ 感情这东西 ◎ 女性不抽烟为何肺癌高发? ◎ 算一算, 你还能陪父母多长时间
◎ 溢满母爱的粽子 ◎ 不要等父母老了, 才学会爱 ◎ 如何拯救孩子的拖延症



目录

CONTENTS

青春期健康 · 家庭版 2018 年第 06 期 总第 279 期

1 卷首语 | Preface

1 感情这东西 / 李茂中

6 社会视点 | Social perspective

特别人物

6 林俊德：戈壁滩上倔强的马兰 / 李木子

焦点报道

8 女性不抽烟为何肺癌高发？ / 安白

10 家庭日志 | Family log

家庭故事

10 刘少奇同志的家风 / 本刊记者整理

万家灯火

12 针线筐里溢母恩 / 寇俊杰

13 向日葵里的父爱 / 赵利勤

14 溢满母爱的粽子 / 宗如明

16 深不可测的父爱 / 吴建

26 教子有方 | Education methods

青春寄语

26 如何拯救孩子的拖延症 / 恬恬

28 家有胆小鬼 父母莫无视 / 占君武

家有儿女

30 让孩子成长为他本该成为的模样 / 高闰青

33 别怕孩子受委屈 / 杨进峰

童书童伴

34 这有一扇神奇的窗子 / 丰色

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。



18 专题策划 SPECIAL SUBJECT

如果有一天，你发现父母的行动和反应比过去慢了半拍；

如果有一天，你发现父母的思维和记忆不再像过去那样清晰；

如果有一天，你发现父母的腿脚不再像过去那样利索；

如果有一天，你发现父母的衣服好像没洗干净；

如果有一天，你发现父母不再爱吃青脆的蔬果，而是吃煮得稀烂的饭菜；

.....

那么，我要告诉你，你的父母真的已经老了。

18 不要等父母老了，才学会爱 / 本期策划 冀青艳

19 再不说爱，父母就老了 / 东东

21 父母不会一直在原地等你 / 空空

23 算一算，你还能陪父母多长时间 / 艳子



36 健康120 | Health120

中医养生

36 中医养生话“七情” / 黄惜弟

健康手册

38 消化性溃疡 善把饮食调 / 钱琦

40 养护好口腔益处多 / 钱伟

42 颈椎病让人烦，明确类型施治好 / 董绍军

44 前列腺疾患缠身 多管齐下来摆脱 / 小琦

关爱女性

46 守护好每一位母亲的健康 / 丁玉宝

健康咨询

50 让父母回自己家住，我有错吗？ / 张正修

52 丈夫为孩子找工作的困扰 / 马志国

名医专栏

54 老年人的常见病——腔隙性脑梗死 / 王介明

56 爱的乐章 | Love Stories

56 爱的最高境界 / 王世虎

59 因为深爱，所以包容 / 刘希

60 真心才是最好的浪漫 / 张军霞

61 爱要小心轻放 / 马亚伟

62 送你一份爱的承诺 / 颜士州

CONTENTS

目录

青春期健康 · 家庭版 2018 年第 06 期 总第 279 期

64 文化生活 | Culture life

行者无疆

65 中国美丽仙境在恩施 / 沈海滨

丝路人文

70 福建长汀，古色古香的中国山城 / 王丽

九州食客

74 干蒸巢湖毛草鱼 / 张帮俊

76 太湖莼菜 / 忆江南

生活有道

78 素食该不该提倡? / 周颖

80 舌尖上的养生——药膳 / 周军

精品文苑

82 假如生活欺骗了你 / 普希金

84 心田上的百合花开 / 林清玄



86 艺术长廊 | Art gallery

86 听赵凯老师讲宋画里的线 / 梅洛

90 人文资讯 | Humanities news

地方之声

90 各地简讯

92 探讨方案、凝聚共识、提升能力、共谋发展

——2018 年青少年健康与发展项目健康促进培训班在京举行

93 关爱青春 | Care youth

93 青少年健康促进典型案例选登

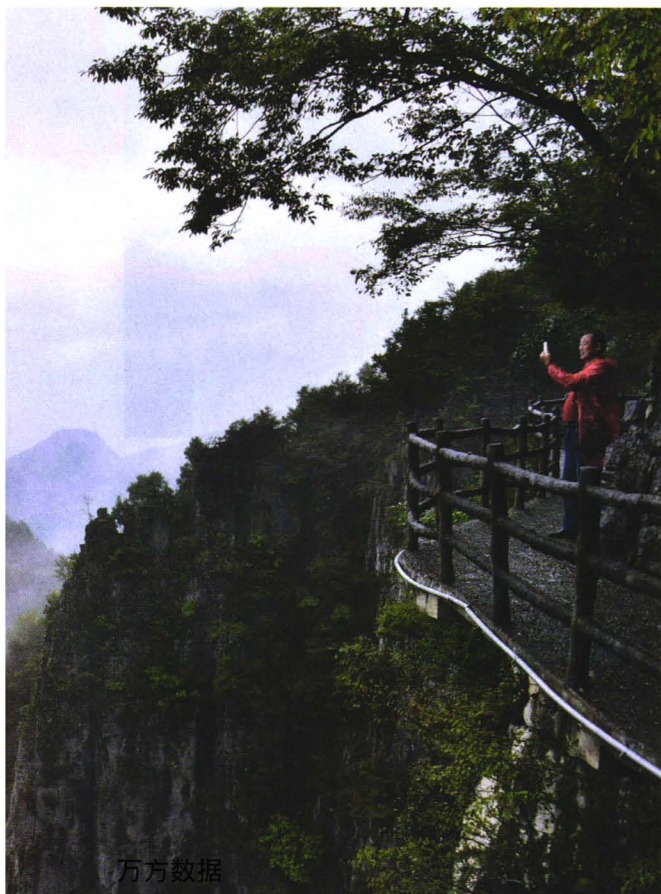
95 广告招商 | Investment promotion

25 【慢下来 去生活】专题征文启事

96 2018 年 6 月《青春期健康·家庭版》有奖读者调查表

封二：《健康中国 关爱青春》

封三：2018《青春期健康》杂志广告刊例



健康动漫，
爸妈陪我一起看！

