

青春期健康

Adolescent Health

国家卫生和计划生育委员会 主管

国内统一刊号: CN 11-5125/R 国内邮发代号: 82-107

家庭版



2018年9月 下半月刊 总第285期 第9期

9

罗荣桓的一家

罗荣桓，原名罗慎镇，字雅怀，湖南省衡山县人，中国军事家、政治家。他是十大元帅中唯一一个政工干部出身的元帅，也是唯一一个在国内上过大学的元帅。工作中的他，廉洁自律、克己奉公、从不徇私情、搞特殊。生活中的他爱读书，喜书法，不抽烟，也不喝酒，他常常告诫子女，教育他们作为干部子女“不能忘本”，要始终保持劳动人民的本色。

◎ 最美的遇见 ◎ 祖父的“工匠精神” ◎ 马路边上，母亲在等我回家
◎ 少对孩子说“下不为例” ◎ 婚姻之中不能太算计 ◎ 父亲的背影

ISSN 1672-6502



9 771672 650183

定价: 12元/本 每月15日出版
万方数据



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。

目录

CONTENTS

青春健康·家庭版 2018年第09期 总第285期

1 卷首语 | Preface

1 最美的遇见 / 李茂中

6 社会视点 | Social perspective

特别人物

6 青铜器修复师王有亮：国宝背后的“英雄” / 李木子

焦点报道

8 2018年继续上调：养老金标准实现“十四连涨” / 安白

10 家庭日志 | Family log

家庭故事

10 罗荣桓同志的家风 / 本刊记者整理

万家灯火

12 祖父的“工匠精神” / 马亚伟

14 小院子里的菜地 / 小敏

16 奶奶的火笼 / 徐光惠

26 教子有方 | Education methods

青春寄语

26 父母这样做，孩子有自信 / 刘丽

28 理性对待孩子的“倔强期” / 覃光林

家有儿女

30 孩子的教养才是父母最大的脸面 / 静静

31 少对孩子说“下不为例” / 周礼

32 蹲下来和孩子说话 / 东东

童书童伴

34 家与爱的故事——《幸福的大桌子》 / 丰色

18

背影

■ 本期策划 冀青艳

时光总是太匆匆，“洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼前过去”。在流逝的时光里，你是否因一个背影而瞬间热泪盈眶，想起父亲的关怀、母亲的温柔，想起家乡的风景、儿时的玩伴，想起那个只属于自己的温暖的曾经。

背影就像一首意味深长的诗，承载着数不尽的回忆；也像一道简单的风景，诉说着质朴的爱意；更像发光发热的骄阳，温暖着你我的心……

专题策划 SPECIAL SUBJECT

儿时读朱自清的《背影》，似懂非懂的年龄，只能朦胧地感觉到背影是一种海重如山的拳拳父爱；后来，长大后独自外出求学，渐渐感受到背影也是“慈母手中线，游子身上衣”的浓浓母爱；再后来，为了生活定居他乡，慢慢领略到背影原来也是一道简单的风景，挥别后就再难常见……

18 背影 / 本期策划 冀青艳

19 父亲的背影 / 章中林

20 马路边上，母亲在等我回家 / 丰月

23 成长路上，我有父亲的指引 / 叶子

24 温情的背影，是美丽的回忆痕迹 / 小丫

36 健康120 | Health120

中医养生

36 穴位按摩 可防痔疮 / 吕若琦

健康手册

38 白癜风多发，精神压力也惹祸 / 张继东

40 头发里的奥秘 / 骆昌芹

42 延缓老年性痴呆，早期干预最重要 / 张正修

44 无痛糖尿隐患多 溯本求源很重要 / 张乾

关爱女性

46 美容能添靓 过度伤害大 / 钱琦

健康咨询

50 躲到“病”里就是出路吗？ / 马志国

名医专栏

54 帮您了解脑血管病——蛛网膜下腔出血 / 王介明



56 爱的乐章 | Love Stories

56 夫妻吵架也是一种幸福 / 王琪

58 婚姻之中不能太算计 / 张军霞

59 婚姻幸福的粘合剂 / 刘明礼

60 拉拉妻子的手 / 路志宽

62 给妻子洗脚 / 王世虎

CONTENTS

青春期健康 · 家庭版 2018 年第 09 期 总第 285 期

64 文化生活 | Culture life

行者无疆

65 美丽的“黄金之城”——约翰内斯堡 / 牧童

丝路人文

70 巴尔干半岛东北部的一颗“黑海明珠”——罗马尼亚 / 代真

九州食客

74 贵州美味状元蹄 / 普石

76 秋腌韭菜花 / 钱国宏

生活有道

78 5 个小妙招,

帮你摆脱晚睡强迫症 / 寒山

80 假期来临, 外出旅行要注意 / 安怡

精品文苑

82 一个文官的死 / 契科夫



84 艺术长廊 | Art gallery

84 纸上裁花——吴冠南与他的写意花鸟画 / 万新华

88 人文资讯 | Humanities news

地方之声

88 各地简讯

人口资讯

90 远程医疗牵福祉 时代科技惠基层

——武汉大学基础医学院赴贵州省黔东南州远程
医疗调研实践 / 黄卓 吴霜

92 关爱青春 | Care youth

92 青少年健康促进典型案例选登

95 广告招商 | Investment promotion

25 【世界这么大, 我就想去看看你】专题征文启事

95 “青春期的故事”征集活动

96 2018 年 9 月《青春期健康·家庭版》有奖读者调查表

封二:《回家》

封三: 2018《青春期健康》杂志广告刊例

