

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



2

2018年2月 下半月刊 总第271期 第 2 期

邓小平的一家

邓小平是中国共产党第二代领导核心领导者，中国社会主义改革开放和现代化建设的总设计师，邓小平理论的创立者。他一生深情地爱着自己的祖国和人民，也深情地爱着自己的家庭和妻子。邓小平与卓琳生育有五个孩子，邓朴方、邓质方是男孩，邓林、邓楠、邓榕是女孩，他们成年之后职业各异，有画家、有作家还有公务员，都走上了各自不同的岗位。



ISSN 1672-6502



定价: 12元/本 每月15日出版
万方数据

◎ 宽容一点, 好日子就来了

◎ 别忘了回应父母的爱

◎ 风雪中的母亲

◎ 给孩子写封“压岁钱”

◎ 感冒也常会惹出大麻烦

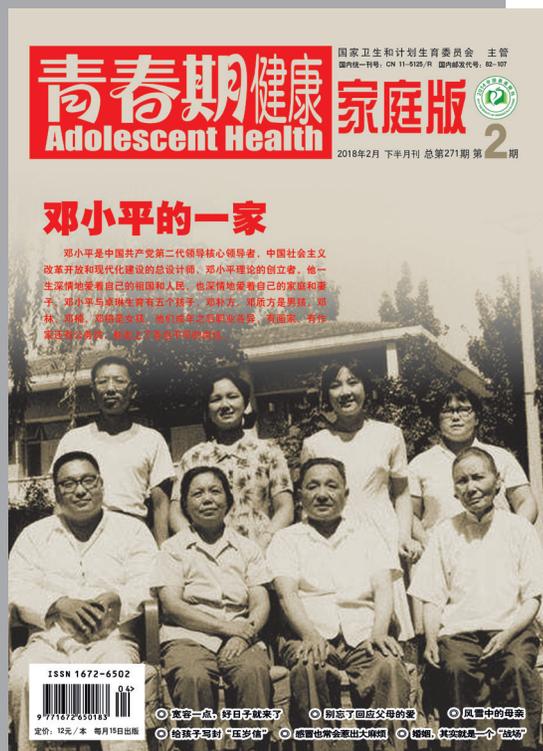
◎ 婚姻, 其实就是一个“战场”



目录

CONTENTS

青春期健康·家庭版 2018年第02期 总第271期



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 11-9125/R 国内邮发代号: 82-97

2018年2月 下半月刊 总第271期 第2期

邓小平的一家

邓小平是中国共产党第二代领导核心领导人, 中国社会主义改革开放和现代化建设的总设计师、邓小平理论的创立者。他一生深情地爱着自己的祖国和人民, 也深情地爱着自己的家庭和妻子。邓小平与邓颖超共有五个孩子, 彭科方、邓质方是男孩, 邓林、邓楠、邓榕是女孩。他的晚年生活和晚年经历, 既曲折, 又温馨, 更体现了他作为一位伟大的革命家、政治家、军事家、外交家、理论家、战略家、战术家的非凡人格魅力。

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。

1 卷首语 | Preface

1 宽容一点, 好日子就来了 / 李茂中

6 社会视点 | Social perspective

特别人物

6 故宫的守门人——单霁翔 / 李木子

焦点报道

8 控制医用耗材不要误伤患者 / 张淳艺

10 家庭日志 | Family log

家庭故事

10 邓小平同志的家风 / 卫炜

万家灯火

12 别忘了回应父母的爱 / 王国梁

14 风雪中的母亲 / 刘贤花

17 父亲的眼泪 / 钱永广

26 教子有方 | Education methods

青春寄语

26 给孩子写封“压岁信” / 赵向辉

28 孩子沉迷游戏怎么办? / 张正修

家有儿女

30 学习是孩子自己的事 / 叶露

32 接纳孩子的不完美 / 廖桂莲

33 教育孩子要张弛有度 / 倪慧娟

童书童伴

34 柳林中的友谊与温情——《柳林风声》 / 丰色





舌尖上的年

■ 本期策划 王娜

新年和美食，一为中国人最重要的节日，一为中国人最重要的非精神追求，原本存在于两个维度。然而人们在面对和享受它们时的心理过程却是如此相似。都是等着盼着，越来越近了，在手忙脚乱中欢喜甜蜜，怀抱一意的虔诚，最终换得满堂心花怒放。

过年的美食烙在每个人的味蕾上，成为我们记忆最深处的一部分。美食家陈晓卿早已尝遍天下好味道，仍会感慨，小时候家里过年才做的红薯糖最好吃。那是一种面目不清的甜，是他在异乡寒冷的冬夜里，撒心想念的味道。也许在这样的味道里，一年一度，我们可以暂时贴近某种渐行渐远的天真。

18 专题策划 SPECIAL SUBJECT

世界上，唯有美食与爱不可辜负。

我国的美食，已发扬于全世界，地有南北，人无异类，春节是中国人最重视的节日，美食是中国人过年的重头戏，虽然按照各地的传统，人们过年的饮食习俗也是大相径庭，但每一道菜都蕴含着人们对于新年的期待和祝福，例如，人们在春节吃饺子，饺子形如元宝，寓意“招财进宝”，鱼与“余”同音，意味着“年年有余”，年糕寓意着人们的工作和生活一年比一年提高……让我们去感受一下全国各地舌尖上的年吧！

18 舌尖上的年 / 本期策划 王娜

19 盘点我国各地特色年味美食 / 千语

22 名家笔下的年味 / 王娜整理

24 年的味道 / 肖复兴

36 健康120 | Health120

中医养生

36 沐足，冬季养生首选 / 张乾

健康手册

38 冬春季节多干燥，小心干眼症来扰 / 高花兰

40 感冒也常会惹出大麻烦 / 钱琦

42 过年回家囧事多 学会应对少尴尬 / 郑金美

44 过好佳节 呵护身心 / 修正

关爱女性

46 初春时节女性健康讲究多 / 董绍军

48 节日里，要防肌肤疲劳症添乱 / 小琦

健康咨询

50 不要活在抑郁的世界里 / 章月城

52 年关之际，当谨防“心理焦虑综合征” / 杨黎明

名医专栏

54 警惕预防甲型病毒流感的传播 / 王介明



56 爱的乐章 | Love Stories

56 婚姻里的“斗智斗勇” / 李雷

57 用恋爱的态度经营婚姻 / 刘希

58 婚姻，其实就是一个“战场” / 颜士州

60 “板凳妈妈”许月华：愿给孤儿做母亲 / 凤凰



CONTENTS

目录

青春期健康·家庭版 2018年第02期 总第271期

64 文化生活 | Culture life

行者无疆

64 领略冬季的阿尔卑斯之美 / 梁凤英

丝路人文

70 华丽之都——托斯卡纳 / 沈安娜

九州食客

74 韭黄豆豉虾 / 彭忠富

76 一缕蒜香伴冬暖 / 宫风华

生活有道

78 做菜时加酒提香，你做对了吗？ / 兰花

80 转角有风景，还有爱和美食

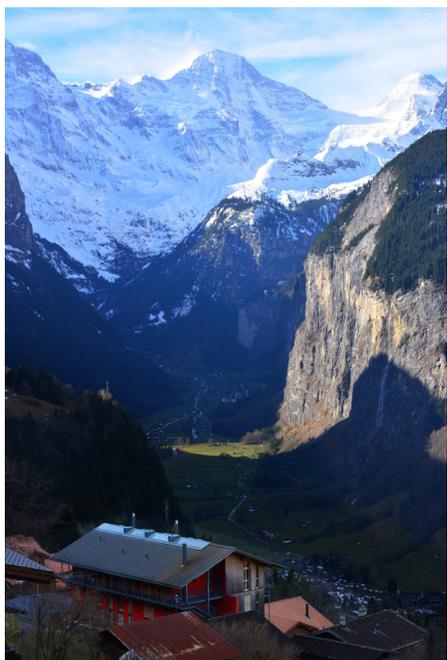
——读《巴黎蓝带学厨记》 / 赵青新

精品文苑

82 风筝 / 鲁迅

84 老海棠树 / 史铁生

86 胖子和瘦子 / 契诃夫



88 艺术长廊 | Art gallery

88 由“六法”论看当代工笔画中如何体现写意性 / 魏治明

92 人文资讯 | Humanities news

地方之声

92 各地简讯

人口资讯

94 第三届孝文化论坛暨首届弘孝公益盛典圆满举行

94 广告招商 | Investment promotion

95 【见字如面】专题征文启事

96 2018年2月《青春期健康·家庭版》有奖读者调查表

封二：《除夕》

封三：《健康中国 关爱青春》

