

# 青春期健康

## Adolescent Health

国家卫生健康委员会 主管

国内统一刊号: CN 11-5125/R 国内邮发代号: 82-66



# 12

总第315期

下半月刊

2019年12月

[P01]  
遇见自己

[P40]  
“望子成龙”的误区

[P46]  
冬季护肤美容有“诀窍”

[P48]  
儿童用药常有时 家长谨慎莫滥用

万方数据

ISSN 1672-6502



9 771672 650190 2.4>

定价: 20元/本 每月15日 出版

# 2019

# 青春期健康

## Adolescent Health 目录

下半月刊 2019 年第 12 期 总第 315 期

ADOLESCENT HEALTH CONTENTS

## P 卷首语

reface \_\_\_\_\_ 01

01 遇见自己 / 李茂中

## F 视点聚焦

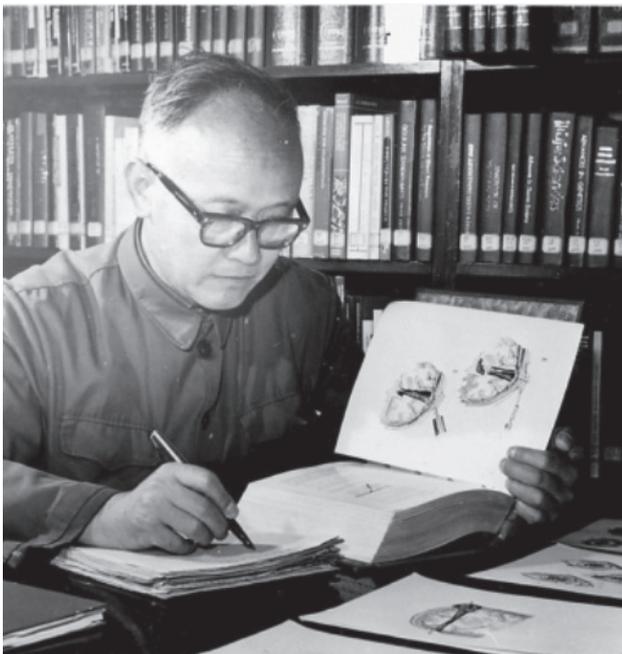
ocussing \_\_\_\_\_ 06-17

### 健康发布

06 健康中国行动, 防控重大疾病 / 本刊记者

### 特别人物

08 “无语良师” 李秉权: 生为人民服务, 逝为医学献身 / 云兮



### 守护成长

12 在“寻梦家园”中快乐成长 / 刘艳芬 柳淑霞

13 “三结合+”齐聚“守望书院” / 王晗

14 环环相扣“爱眼月” / 郝洁

### 教育观澜

16 为教育公平插上“互联网+”的翅膀 / 杨三喜

## P 风华正茂

rime of life \_\_\_\_\_ 18-25

### 走进名校

18 四川农业大学: 植根大地, 砥砺前行 / 阮清和

### 追梦路上

20 支教尼泊尔, 跋涉千里的修行成长 / 李雷



### 青春电台

22 有一种友谊纸短情长 / 占素华

24 最好的结局 / 安一朗

## Y 青春护航

outh escort \_\_\_\_\_ 26-57

### 活力青春

26 冬日滑雪——速度与激情的极致体验 / 山音

30 锻炼平衡能力, 预防老来跌倒 / 张洪军

### 健康手册

32 类风湿患者, 善调饮食多运动 / 钱琦

35 如何应对冬季的“干” / 周颖

36 泄露你身体秘密的“语言”——脚语 / 欧阳军

### 温暖心灵

38 给“我”划清界限 / 马志国

40 “望子成龙”的误区 / 安心文

### 青春有术

42 古人的养生智慧 / 周军

### 美容保养

44 药粥的“神奇”功效 / 赵晨阳

46 冬季护肤美容有“诀窍” / 孟昭群

### 医药视野

48 儿童用药常有时 家长谨慎莫滥用 / 董芳

50 老年人安全用药注意问题多 / 修正

52 家庭小药箱要随季节换 / 张正修

## 关注罕见

- 54 迷雾样的烟雾病 / 闻之
- 56 关爱罕见病从了解开始 / 平居

## C文化疆域 cultural territory 58-73

### 家风家训

- 58 把苦难放在心灵深处 / 邱素敏
- 59 恋旧的母亲 / 马亚伟
- 60 当讲解员的父亲 / 苗君甫
- 61 老爸遇事冷处理 / 王国梁

### 识礼观止

- 62 婚礼——山盟海誓的美好礼仪 / 古水

### 匠心传承

- 66 为了人民的健康——记河南省清丰县中医院副院长李西方 / 高广卓 张晓红



### 丝路人文

- 70 邂逅神秘的中东世界——沙特阿拉伯 / 寒山



## S心灵地图 spirit map 74-87

### 真情暖意

- 74 最好的礼物 / 王世虎
- 76 让孩子定“家规” / 刘希
- 77 角色互换, 珍惜属于自己的时光 / 佟雨航
- 78 别让“客气”惯坏孩子 / 乔凯凯
- 79 孩子, 你要学会对自己负责 / 张君燕

### 品质生活

- 80 健身好伴侣——家居健身器材 / 子素

### 开卷有益

- 84 绿色的涸染——读《响水在溪》有感 / 陈玉芬
- 86 书海拾贝 / 素心

## H健康扶贫 health poverty alleviation 88-89

- 88 “金色谷地”健康扶贫纪实 / 甘贝贝 闫斐

## H卫生资讯 health information 90-93

- 90 重大新药创制科技重大专项成果 GV-971 获批上市 / 国家卫生健康委
- 90 爱护眼睛, 放眼未来——广东省广州市白云区启动儿童青少年预防近视主题宣传活动 / 钟蓉
- 91 江西省九江市柴桑区狮子街道卫生院开展“四个一”主动服务群众活动 / 王家梁 李杰
- 92 内蒙古自治区呼和浩特市清水河县卫生健康委员会举办2019年第二期县、乡、村三级医务人员培训班暨专家服务基层工作培训班 / 郭凤英
- 93 宁夏回族自治区石嘴山市大武口区参加全区“互联网+医疗健康”相关政策培训班 / 刘颖

## | 广告招商 investment promotion

- 94 2019《青春期健康》下半月刊征稿启事
- 96 读者调查表

封二:《2020年度〈青春期健康〉杂志征订广告》  
封三:《世界强化免疫日》