

国家卫生健康委员会 主管

青春期健康

Adolescent Health

05 月号

总第 325 期



国内统一刊号: CN 11-5125/R 国内邮发代号: 82-66

[P1]

各美其美, 美美与共

[P08]

解读: 2020 年全国社会心理
服务体系建设试点

[P41]

天热出汗多讲究, 难言之隐少缠身

[P54]

基层医生朱建丰: 誓把他乡当故乡,
医疗扶贫敢担当

[P79]

留白之美

ISSN 1672-6502



9 771672 650206

定价: 20 元 / 本 下半月刊 每月 15 日出版

10
2020

CONTENTS

01 卷首语 / Preface

01 各美其美，美美与共 / 李茂中

02 青春视点 / Youth Viewpoint

青春辞典

02 编读往来

03 青春语录

健康视点

08 解读：2020年全国社会心理服务体系试点 / 本刊记者整理

特别关注

10 完善野生动物保护法 筑牢司法屏障 / 寒江

修身自律

14 向辱华说“不”！ / 朱好

教育观澜

16 如何在专业课教学中贯穿思想引导 / 李贞

18 谨防上网课的孩子掉进网游的“坑” / 李英锋

19 以生活为梯 助全人发展 / 张爱芳

20 青春驿站 / Youth Post

真情暖意

20 一堂雕琢心灵的手工课 / 杨晔

21 给岁月以温柔 待时光之静好 / 倪慧娟

22 父亲的三封信 / 赵自力

23 爱若玫瑰 / 周礼

24 悠悠长堤情 / 彭珍

青春风采

26 “微仪”实践支队：研核是非勤钻研，微察秋毫出真知 / 刀田一

28 北京航空航天大学航模队：矢志蓝天，从这里起飞 / 任平生



P10



P18



P20



P26

风华正茂

30 林子：为者常成，行者常至 / 袁露

32 颜料盘上的缤纷青春 / 成沐

34 健康中国 / Healthy China

34 高龄女性生育要科学应对 / 王瑞红

36 青春护航 / Youth Escort

健康手册

36 天干物燥便秘多，肛裂常扰重预防 / 董绍军

38 防治感冒学问多，对症用药是关键 / 小军

41 天热出汗多讲究，难言之隐少缠身 / 钱军

青春良方

42 遵守时辰养生法简效亦高 / 高花兰

咨询港湾

46 中年婚姻障碍多 怎样顺利走过 / 马志国

体育沙龙

48 20分钟塑造完美“蜜桃臀” / 知子



P50



P58

50 青春舞台 / Youthful Stage

功勋故事

50 “科技功臣”金亚秋——爱国是无需言说的传承 / 颜士州

走进崇高

54 基层医生朱建丰：誓把他乡当故乡，医疗扶贫敢担当 / 李杰

学习秘籍

56 中老年人手风琴入门必备 / 安歌

初涉人生

58 “动物翻译官”赵序茅：做人与动物间沟通的桥梁 / 李蕊娟

62 文化疆域 / Cultural Territory

匠人匠心

62 郝乃强：复原故宫藏扇，让缙丝有了“生活范” / 白楚下

丝路人文

66 纯粹随性的悠远情怀——阿曼苏丹国 / 骆昌芹

钟南山 × 陈凯先 作序推荐
院士 院士

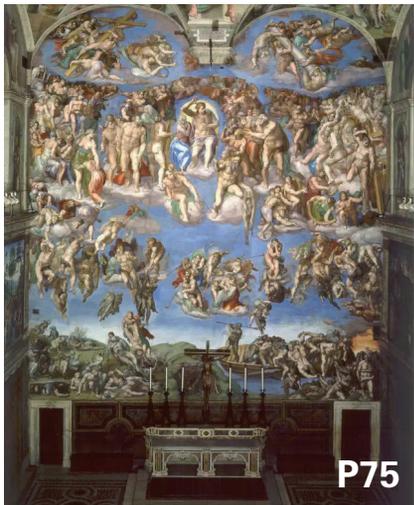
我们一生中总会与药打交道，但真的了解它吗？
药从哪里来？
安全性如何保障？
如何治愈我们？
……

了解药物诞生背后的故事，
才能读懂我们身体的健康密码。
新药研发一线的科学家，
带你重温人类挑战疾病的动人时刻。

译林出版社

新药的故事 P72

CONTENTS



开卷有益

70 女性不应为目光里的商品——读《梦珂》有感 / 李纳米

72 书海拾贝 / 素心

74 艺术长廊 / Art Appreciation

74 米开朗基罗·博那罗蒂：用一生追求艺术的完美 / 曼青

76 青春论坛 / Youth Forum

文韬理略

76 留学归国属于社会问题还是个人问题 / 阮清和

论议论道

78 小闲情，真品味 / 王南海

79 留白之美 / 耿艳菊

80 赏心只有三两枝 / 王纯

81 心中有风景 / 马亚伟

品质生活

82 这些“云展览”，值得静心品 / 平居

84 护眼太阳镜，挑选有技巧 / 刘姿含

时尚盘点

86 中国风服饰，让东方文化照进现实 / 观珩

科技前沿

88 科技热点资讯 / 朱叶

90 “云”生活全面来袭，今天你“云”了吗？ / 子素

92 青春资讯 / Youth Information

92 内蒙古自治区鄂尔多斯市杭锦旗卫生健康委对各基层卫生院健康扶贫工作进行排查和走访

/ 内蒙古自治区鄂尔多斯市杭锦旗健康扶贫办公室

92 广东省清远市连南瑶族自治县卫生健康局多措并举保障学校复学安全 / 李绮雯 唐东玲 房宇丹

93 新冠肺炎疫情防控海外华人华侨互联网咨询平台启动 / 国家卫生健康委规划发展与信息化司

94 广告招商 / Investment Promotion

94 征稿启事

95 “那些年，我们遇见过的奇葩社团”专题征稿

96 2020年5月下半月刊读者调查表

封二 《中国学生营养日》

封三 《世界无烟日》