

国家卫生健康委员会 主管

青春期健康

Adolescent Health

01

月号

总第 317 期



国内统一刊号: CN 11-5125/R 国内邮发代号: 82-66



[P1]

凡是过往，皆为序章

[P23]

让孩子在和风细雨中成长

[P30]

爱不会一直等你

[P52]

侯祎：妙手仁心点燃希望之火

ISSN 1672-6502



9 771672 650206 02

定价: 万方数据 刊 每月 15 日出版

02
2020

CONTENTS



01 卷首语/Preface

01 凡是过往，皆为序章 / 编辑部

06 青春视点/Youth viewpoint

- 06 三年绿色通道 数千患者“重生” / 本刊记者
- 08 关注心源性猝死，与生命赛跑刻不容缓 / 寒山
- 12 反对暴力，坚定爱国之心 / 朱好
- 14 当学习不再围着考试转，将会变怎样 / 张志勇
- 17 “唤妈妈回家”，家校合力育英才 / 郭林

18 青春驿站/Youth post

- 18 冬天里的“栀子花” / 张文婧
- 19 水滴般的小幸福 / 王国梁
- 20 “传家宝”榆木桌 / 朱彩娟
- 22 友情的韧性 / 马亚伟
- 23 让孩子在和风细雨中成长 / 周礼
- 24 冉诗睿：用实践寻找答案 / 谢晓草
- 26 筑梦青春，用科创追求卓越 / 本刊记者整理
- 28 我的芦荟姐姐 / 美蕉
- 30 爱不会一直等你 / 罗光太

32 健康中国/Healthy China

32 过年管好嘴，饱口福不伤身 / 钱伟

34 青春护航/Youth escort

- 34 吃对了，降低中风风险 / 张正修
- 36 强健心脏，从科学跑步开始 / 张洪军
- 39 眼皮频跳，谨防面肌痉挛来扰 / 张乾
- 40 科学染发，添靓亦健康 / 董芳
- 42 良好的睡眠是养生之本 / 周军
- 44 “口吃”的应聘者（上） / 马志国
- 46 春节，你摄入的是优质卡路里吗？ / 平居



48 青春舞台/Youthful stage

- 48 “最美奋斗者”樊锦诗：我心归处是敦煌 / 云兮
- 52 侯祎：妙手仁心点燃希望之火 / 任天能 李洁
- 54 如何在假期高效学习 / 姑苏
- 56 申怡飞：壮志报国的中国 5G 核心技术科学家 / 王玉琴
- 58 用玻璃讲故事的人 / 琴心

60 文化疆域/Cultural territory

- 60 中国传统工艺新生代传承人——“年画女侠”刘钟萍 / 零归
- 64 风情万种的火热“小迪拜”——阿塞拜疆 / 白蓝
- 68 人工智能与就业之争背后的理性思考——读《就业大崩溃》 / 刘英团
- 70 书海拾贝 / 素心

72 艺术长廊/Art appreciation

- 72 艺术大师文森特·梵高——流转的色彩之梦 / 星辰

74 青春论坛/Youth forum

- 74 宽松式管理对大学生发展利大于弊 VS 弊大于利 / 阮清和
- 76 活好自己 / 李静
- 77 旧岁归零，未来可期 / 王纯
- 78 人生如筷，“筷”意人生 / 王世虎
- 80 守护家人健康的“神器”——空气净化器 / 子素
- 84 “养生星人”的保暖指南 / 冬词
- 86 科技热点资讯 / 朱叶
- 88 人造肉——科技与食物的“逆天”混搭 / 白楚下

90 青春资讯/Youth information

- 90 山东省滨州市滨城区市东街道急救培训进入“寻常百姓家” / 张建芳
- 90 北京市为 370 多万名新生儿开展疾病筛查 / 北京头条
- 91 《空气污染（霾）人群健康防护指南》解读 / 国家卫生健康委疾病预防控制中心
- 92 湖北省宜昌市桃花岭幼儿园：家园合力保护幼儿牙齿健康 / 李玉红
- 93 广西壮族自治区柳州市三江县多举措破解慢性病卡办理难题 / 俞晚霞

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 1 月下半月刊读者调查表
- 封二 《孝老爱亲 循环不止》
- 封三 《2019 年度 < 青春期健康 > 杂志优秀作者与幸运读者》