

主管：国家卫生健康委员会 主办：国家卫生健康委人口文化发展中心 中国人口宣传教育中心

ISSN 1672-6502

CN 11-5125/R

2022年
08月

第20卷
第8期

总第378期



青春期健康

Adolescent Health



Q K 2 2 3 2 5 2 8

刊首语

八月是一首歌 P01

一切为了人民健康——我们这十年
青春护航专栏

三手烟对青少年健康的危害 P16

青春风采

那个藏在日记里的男孩 P54

文化疆域

寸间千里，蛋画世界 P70



ISSN 1672-6502



定价：20元/本 上半月刊 每月1日出版

万方数据



15
2022

青春期健康

QINGCHUNQI JIANKANG

目次

总第 378 期

08

刊首语 / Preface

01 八月是一首歌 / 李群杰

青春辞典 / Youth Dictionary

02 编读往来

03 青春 IN 词

青春视点 / Youth Viewpoint

· 特别关注 ·

04 关闭未成年人直播打赏功能
利于保护他们健康成长 / 远见

· 教育观澜 ·

08 “特岗计划”聚力推进新时代乡村教育发展
/ 爻德明

· 家教沙龙 ·

12 好的家庭教育是消除孩子心理问题的良方
/ 琬琰（整理）

一切为了人民健康——我们这十年

青春护航专栏

- 16 三手烟对青少年健康的危害 / 支修益 邹小农
- 19 常贪睡没精神，当心发作性睡病作怪 / 钱琦
- 22 荷叶包饭胜花香 / 张泽峰
- 24 矮子馅饼 / 向翌平
- 26 为儿童青少年的心理健康撑起一片晴空 / 王黎明



P16~17

个案聚焦 / The Focused Case

· 以案说法 ·

28 自媒体时代，不可为了“涨粉”罔顾
法律红线 / 马百奇

· 普法课堂 ·

30 噪声污染防治法施行，扰民有“法”管
/ 蓝草

健康中国 / Healthy China

32 健康细节之冰箱存储食物有讲究 / 王和亿

33 《不明原因儿童严重急性肝炎诊疗指南
（试行）》印发，守护儿童青少年健康

/ 晋一

运动与健康 / Exercise And Health

· 律动营地 ·

34 羽毛球接发球技术（2） / 其淼

· 运动有道 ·

36 早上运动更好还是晚上运动更好 / 柏博

CONTENTS

青春风采 / Youth Charm

· 少年笔会 ·

- 38 给边防叔叔的一封信 / 李修泽
39 父亲老杨 / 杨光叶子
40 品中华符号，看古韵中国 / 胡绪静
41 留恋那棵枇杷树 / 徐梓菡

· 真情暖意 ·

- 42 难忘那双眼睛 / 王念平
44 站牌前的父爱 / 马俊
45 我用青春陪您变老 / 贺智婷

· 韶华有梦 ·

- 46 闪闪发光的未来 / 余宪文
48 她和阳光都在我身旁 / 丁朝欢

· 男生女生 ·

- 50 事情远没有结束 / 陈欣然
52 江小屋“治污”记 / 艾科

· 风华正茂 ·

- 54 那个藏在日记里的男孩 / 李柏林
56 谈澍东：用音乐传递正能量
说唱少年在路上 / 李文文

· 初涉人生 ·

- 58 林果儿：变废为宝，大山深处的“机修西施”
/ 青山

· 学习秘籍 ·

- 62 初中地理地图阅读的锦囊妙计 / 张旭
65 初中英语阅读攻克秘籍 / 范启航

咨询港湾 / Consulting Harbor

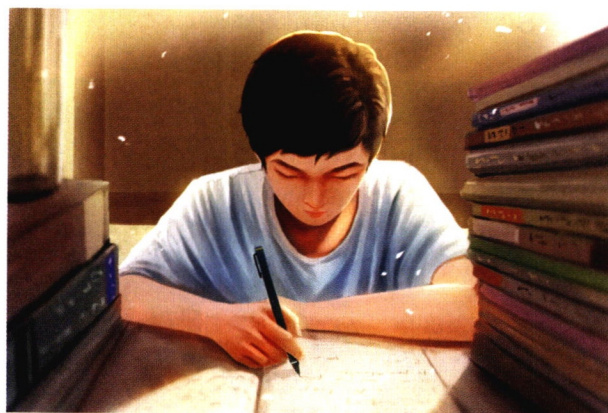
- 66 令人担忧的“好学生” / 马志国



P38



P61



P66

青春期健康

QINGCHUNQI JIANKANG

目次

总第 378 期

08

文化疆域 / Cultural Territory

· 匠人匠心 ·

70 寸间千里，蛋画世界 / 白英

· 见微知著 ·

74 藏在琐碎生活中的使命与荣誉
——观看剧集《警察荣誉》/Archer

75 蜀犬吠日 / 江亭

· 开卷有益 ·

76 晒然一笑，凝目沉思
——读《神奇圣人王阳明》/施崇伟

78 舌尖上的知识
——读《中国的蔬菜》/于嗣立

· 论议论道 ·

80 “礼”多人也怪 / 邱俊霖

· 人文地理 ·

82 游西安碑林博物馆 / 王森

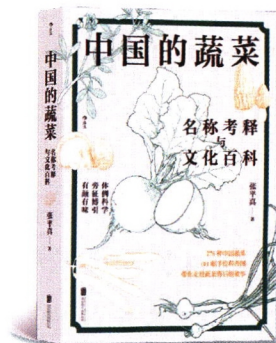
84 层叠风物育滑州 / 康明



P70



P76



P78



P82

青春资讯 / Youth Information

86 教育部发布预警：高校招生录取期间
谨防诈骗 / 教育部

88 临沂大学建设新时代人才队伍赋能学校
高质量发展 / 山东省教育厅

广告招商 / Investment Promotion

90 《青春期健康》杂志（上半月刊）征稿启事

92 “家教沙龙”专栏征稿

封二 “一切为了人民健康——我们这十年
青春护航”专栏征稿

封三 《立秋》

全民健身日

2022年8月8日

新时代全民健身动起来

爱运动
爱健康



原创公益广告