

Nü Sheng Jian Kang Ri Ji

# 女生健康日记



艾登·麦克法兰  
安·麦克朴尔森 / 著  
吴冰 / 译

英国销量超过 **50** 万册  
一本充满智慧的书  
一本绝好读物



# 女生健康日记

艾登·麦克法兰 安·麦克朴尔森 / 著

约翰·阿斯托普 / 图

吴 冰 / 译



**21** 二十一世纪出版社  
21st Century Publishing House

## 图书在版编目(CIP)数据

女生健康日记/(英)麦克法兰 (英)麦克朴尔森/著; 吴冰译.

-南昌:二十一世纪出版社,2006.1

ISBN 7-5391-3191-8

I.男... II.①麦...②麦...③吴... III.女性-青春期-健康教育

IV.G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第156052号

The Diary of the Other Health Freak—"Text © Aidan Macfarlane & Ann

McPherson 1989,1996,2002 Illustrations©John Astrop 1989"

This translation of The Diary of the Other Health Freak originally published in English in 2002 is published by arrangement with Oxford University Press.

《女生健康日记》英文版2002年出版,中文翻译版由牛津大学出版社授权出版。

版权合同登记号 14-2003-055

女生健康日记 / (英)艾登·麦克法兰 安·麦克朴尔森 / 著; 吴冰 / 译

责任编辑 邓 滨

特约编辑 刘 映

封面设计 李 峻

出版发行 二十一世纪出版社

(江西省南昌市子安路75号 330009)

www.21cccc.com cc21@163.net

出 版 人 张秋林

经 销 新华书店

印 刷 南昌市光华印刷有限责任公司

版 次 2006年1月第1版 2006年1月第1次印刷

开 本 787×1092 1/32

印 张 5.625

字 数 130千

书 号 ISBN 7-5391-3191-8/N·22

定 价 12.00元

(如发现印装质量问题,请寄本社发行部调换)



## 前言

当彼特·佩恩——《男生健康日记》的主人公向世人倾诉他对粉刺以及他身体某些部位长度的忧虑时，他压根儿没想到他的小妹妹苏西几年后写出了一本比他那本更为出色的日记来。

初涉人世，变幻莫测，16岁的少女苏西在她的日记中写到了许多事情，有关于身体的、心理的，也有关于考试、动物权益、家庭离婚、学习压力以及性骚扰等等。她在日记中加入了剪报、传单、电子邮件、短信等各种形式的材料，用以反映她所关注的那些问题。她日记中还有关于她哥哥彼特持续发展的浪漫关系以及健康问题的独家报道。遵循精心调研的医学事实，她的日记提供了最新信息，一定能让不同时

期的青少年得到娱乐的同时获取许多知识。

苏西的日记刚出现时,家里的气氛着实紧张了好几天:彼特一直嫉妒妹妹的能力,对日记的评价粗鲁无礼(尽管他私下里觉得不错);父母的反应冷若冰霜;有一个前男友更换姓名旅居国外了。小猫波伏利尔只是神秘地微笑,静静地想着:如果她从猫的视角来写家里所发生的真实故事,又会怎样呢?

但是苏西的日记一经出版(开始还只是一个不完整的删节本),苏西家的电话就不断,信件也大量涌入,彼特也开始乐得沾光了,父母喜出望外地向朋友们推荐这本书,苏西新的男友也出现了。全世界的青少年都在问:“太棒了!还有吗?”于是苏西最终同意出版一个完整的、不经任何删节的版本。

# 日记作者简介

我的姓名 苏西·简。

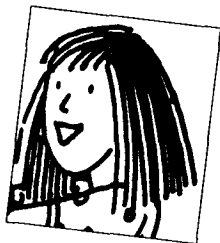
生 日 1月16日。

年 龄 16岁。

头发颜色 暗褐色。

眼睛颜色 灰褐色。

识别标志 没有。



性 格 喜欢发电子邮件给每一个人和每一件动的东西,喜欢购物,咯咯笑。爱与彼特打斗,每次与彼特斗嘴时总喜欢故意作出夸张的反应,尤其是妈咪在旁边时。

## 我的妈咪

姓 名 简·艾思佩斯·马嘉蕾。

生 日 6月的某个日子,但不记得准确的日子,妈咪说她没过过任何生日。

年 龄 这最后的6年都是35岁。



**职业** 在当地诊所做兼职,厨师、清洁工、洗衣工、社区义工,我们大家的妈妈,包括老爸的。

**体重** 圆胖(但我从不说)。

**头发颜色** 褐色。

**眼睛颜色** 绿色带有斑点。

**识别标记** 她的笑声——像土狼的声音。

**性格** 她很专横,爱管闲事。她也很滑稽,总令我们开心,她食量很大,特别爱吃巧克力。她总想知道我在干嘛,去哪儿了,跟谁在一起。

## 我的老爸

**姓名** 托尼·托白尔斯。

**生日** 不知道。

**年龄** 没人知道。

**职业** 去别人家里杀死小虫,也叫“害虫控制”,他是个“杀虫师”。

**体重** 中等偏胖。

**头发** 秃顶。

**眼睛颜色** 不记得。

**识别标志** 可怕的小胡子。



性 格 有趣,擅长修理损坏的东西,不愿意戒烟总是偷偷地抽,总是谈论政治,知道许多事情。



## 我的姐姐

姓 名 莎莉(和比尔翠丝——顶级秘密)。

生 日 还是不记得。

年 龄 22岁。

体 重 礼节性的秘密。

头发颜色 总是变化。

眼睛颜色 蓝色。

识别标记 两个大耳环。

性 格 她桀骜不驯,不好相处。她和她的男朋友住在一起,我们都不太喜欢她。她非常漂亮,我真希望自己长得像她。



## 我的哥哥

姓 名 彼特·H·佩恩(不敢告诉你们其余的情况)。



别 号 “无所不知的彼特”。

生 日 12月17日。

年 龄 18岁。

头发颜色 褐色。

眼睛颜色 褐色到棕色。

识别标志 屁股上的褐色胎记，他总想展示给他的女朋友希尔斯看。

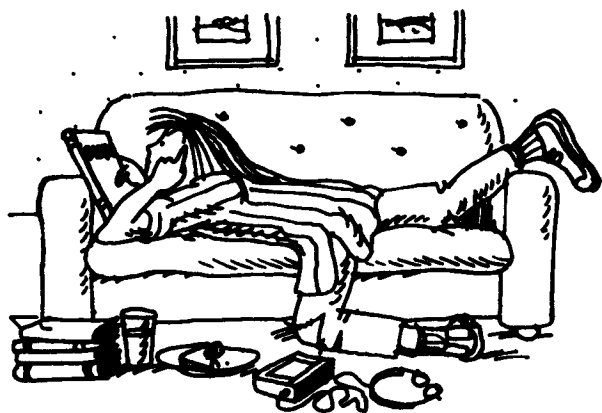
性 格 他是个“养生迷”，总是迷恋探索自己的身体，我觉得他是个忧郁症患者。他总是试图与女孩子亲热，却总不讨好。

# 目 录

## 前 言

### 日记作者简介

1. 学会安排功课和课外活动 / 001
2. 关于我的一切 / 015
3. 甜蜜的 16 岁,从未经历过…… / 019
4. 我的写作和动物权益 / 029
5. 破碎的心,破裂的家庭 / 038
6. 醉醺醺的法国佬 / 050
7. 腺热和发烧 / 063
8. 消除考试恐慌、性骚扰以及怀孕恐惧症 / 074
9. 胖不胖,看你怎么看 / 085



- 10. 到底是谁的工作 / 093
- 11. 夏日恋情 / 101
- 12. 浪漫和结果 / 110
- 13. 心烦意乱 / 115
- 14. 强身健体, 迈向沉稳 / 124
- 15. 死亡、恐怖、戏剧 / 134
- 16. 我一定要得到 / 143
- 17. 帮助预防艾滋病和巴黎 / 148
- 18. 需要资助 / 158
- 19. 让人坐立不安、捉摸不定的圣诞 / 164



## 学会安排功课和课外活动

1月1日

给凯特发信息：“掉了手机真伤心。现在好了。又开始写日记了。NRN。”圣诞节彼特送给我一本《文本信息手册》，所以我现在热衷于用那上面的词。但接着又给凯特发了个信息，说明“NRN”的意思是“不必回复”。

彼特认为我什么都学他，说我在他日记出名时也写上了。但我将原原本本地按照事情的本来面目，写下我能记得的所有事情。如果我写了什么错话假话，那就等于是在对我



自己撒谎。所以我希望这本日记在我决定公开之前一直保密——而不像彼特正忙于偷看并公诸于世的我的另一本日记。彼特做这样的事,真该被关起来。

## 1月2日

离我的生日还有十四天。我简直等不及了,因为到16岁我就能够做以下事情了:

- \* 在妈妈或爸爸同意之下结婚(彼特会很高兴摆脱我);
- \* 离开学校并找一份全职工作;
- \* 在妈妈或爸爸同意之下离开家,波伏利尔也得跟着我;
- \* 选择自己的医生并决定自己的治疗;
- \* 拥有自己的助力车或摩托车驾照 (不是妈妈给我租的那种);
- \* 买彩票;
- \* 买香烟(至少如今合法了);
- \* 有性生活;
- \* 不经爸妈同意就进行流产(希望我永远不要);
- \* 购买政府有奖债券(已经从乔姨妈那儿得到一些);
- \* 在饭店或旅馆饮酒,但只限于就餐时(还不能与莎莉一起在酒馆饮酒)。可我如果受到警察接见,还必须得有爸妈在场(我不会的! )。

我还必须等到17岁才能行使如下权利:

\* 赌博或进入赌博商店，但要到 18 岁以后才能下赌注；

\* 参军，虽然仍得经过爸妈批准；

\* 取得正式的小汽车驾驶执照，但还不能取得载重汽车的；

\* 去监狱。

但是我很嫉妒彼特，因为今年，当他满 18 岁的时候，他就可以：

\* 看成人电影；

\* 拥有支票簿和信用卡；

\* 投票选举(也许当我能投票时，我会帮助改变政府)；

\* 申请抵押贷款；

\* 在酒馆买酒并在那儿喝；

\* 离开家，和他愿意的任何人一起住，并未经同意就结婚(当然不是茜尔斯，因为她已经跟大卫好上了)；

\* 不经爸妈同意就更改他的名字；

\* 看他的出生证明，即便他是领养的；

\* 成为陪审团的一员；

\* 无须爸妈的签名就拥有他自己的护照。

1 月 3 日

彼特对“性知识”特别着迷。好像已经想试着将他的“医



学知识”付诸实践了。他从图书馆借了一本有关人类行为的书,里面谈了一些有关人们为什么会互相吸引的知识,彼特说了解人们如何选择伴侣是“非常有用的东西”。我想那是对他有用吧,因为他有那样的毛病。

他说这都是按照人类两性规律发生的。当你在晚会或什么场合碰上某些人的时候,或许仅凭外貌或打扮就能决定你是否一下子就被他们吸引。在这之后一场恋爱就开始了,直到其中一方不想再继续下去。彼特说问题在于当一方想继续下去时而另一方并不愿意——就像他和茜尔斯。

他的书里说这种“求爱游戏”(听起来像古代历史中的什么事情)从观看对方的身体开始(“观看阶段”),然后是注视对方的眼睛。接着到了“谈话阶段”,你们试图相互了解。然后是一点儿接触,不是那种正儿八经的接触,而是那种躲躲闪闪的——帮你脱件外套啦,或牵着你的手带你过马路什么的。再下一步,更多一点接触,比如你们的身体更近距离的接触,似乎不经意地相互轻轻碰撞。当你们真正手牵手的时候,事情就发展到一个更亲密的阶段了。然后跳跃似的发展到亲吻,接着是更为认真的接触和抚摸。彼特说我太小,不适合听下面的阶段,因为它们属于成人话题。所有这些我听起来都有点太复杂了。

1月4日

简直无法继续。彼特失去了希尔斯,现在又喜欢上了桑

迪。但是桑迪喜欢山姆(我猜山姆原先喜欢我),所以彼特这段时间试着和布伦达约会,而布伦达愿意和任何人出去玩。然而,山姆正和吉蒂约会。

我迷恋山姆,而彼特说山姆也喜欢我,但他对此从未有任何举动。我渴望与他交往,时时刻刻都惦念着他。我希望能向他表白,可是我不能。也许我永远也没人约会,到死的时候都没人理我。

### 1月5日

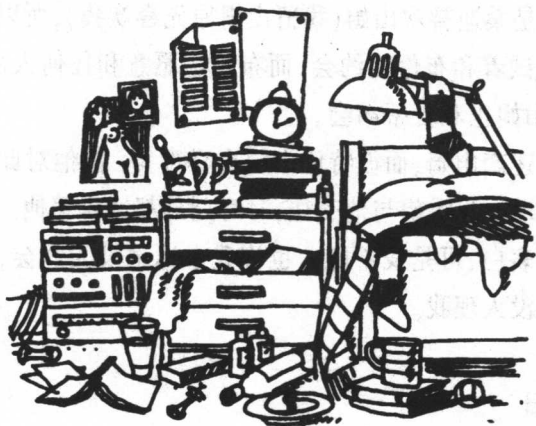
新年的第一个周末这样开始可不好——一直坐在这儿,心里烦着功课。

彼特向我承认他曾尝试着抽过那种可怕的大麻(我把这事记在我的勒索簿上,以防他发脾气时用)。他说这事发生在去年——和希尔斯一起。当时他认为那无害,但是后来他发现抽大麻和抽普通香烟一样都对肺部有害。他估计有许多十几岁的少年刚开始是抽大麻和烟草的混合物,而当他们戒掉大麻的时候,对烟草还是有瘾,所以继续抽烟,一辈子都摆脱不了烟瘾。然而,他跟爸爸打过赌不抽烟的,他是不是输给爸爸钱了呢?

### 1月6日

每当我坐下来复习准备高中毕业模拟考试的时候,总是有这种可怕的肚子痛,非得往卫生间跑。然后我就给自己





泡好一杯咖啡。彼特过得怎样呢？他的房间看起来、闻起来都像一个垃圾堆，他的爱情生活一团糟，他的粉刺就像月球表面的环形山，比我的严重十倍，但他的功课有条不紊。我只是从一本本书上掠过——从数学到生物，从法语到历史，从物理到英语语言文学——什么事也没做成。不过我至少设法完成了一些课程作业。两周以后就模拟考了——就像烦人的妈妈一直跟我说的那样，圣诞节期间还得学习。她总是对的，这让我莫名恼火。

但是不管怎样，有谁在圣诞节工作学习呢？我真不愿错过那些晚会，况且还没给大家选好“最适合”他们的礼物呢。从拳击用品店给某某人（山某人）买了彩色拳击短裤。爸妈最坏了。他们说“你做的任何东西都是可爱的”。为什么他们不能和别人一样喜欢我给他们买的东西呢？给爸爸也买