1. 用户输入邮箱，请验证其合法性。
2. 用户输入手机号码，请验证其合法性。
3. 从“来自13145698125的高中同学说今晚他和另一位同学来我家吃晚餐。同事+8613879541685说她孩子生病了请我帮忙完成她的工作，还说请我打13549643259这个电话跟她领导说一声”该段话中提取电话号码。匹配规则参考：（\+86）?1\d{10}
4. 使用Regex实现“123abc456ABC789”中每一个数字替换成“X”。