



中年危机 何以化解

PCSK9，后他汀时代的新星
一文读懂拖延症
应考季 考生食谱配
治疗早泄，还真的有药

低剂量CT筛查适合哪些人
出游，别忘了带上一个小药箱
母乳喂养：经历风雨 终见彩虹
经常爬山爬楼梯，小心髌骨软化

扫一扫↓





P12 中年危机 何以化解

14 他的生命为何戛然而止
18 人到中年 免疫功能进入多事之秋
20 如果你的中年像一团乱麻
24 男性更年期，来得更早更隐匿

26 你的婚姻账户，余额有多少
28 中年，从发现自己的优势开始
30 遭遇中年危机，你并不孤独

大众健康 WELL-BEING



p36 苗毅 他的手术是艺术



p46 低剂量CT筛查肺癌，有效果也有争议

7 封面速览

8 天下资讯

32 国际前沿

PCSK9，后他汀时代的新星

36 医界高手

苗毅 他的手术是艺术

40 求医向导

“多管齐下”防治糖尿病肾病
做了支架手术，还会再狭窄吗
只咳不喘，也可能是哮喘
低剂量CT筛查肺癌，有效果也有争议
低剂量CT筛查适合哪些人
低剂量CT筛查肺癌，有必要推广吗
为何女性肛裂多



p54 说说FDA批准的那些减肥药

52 百姓药房

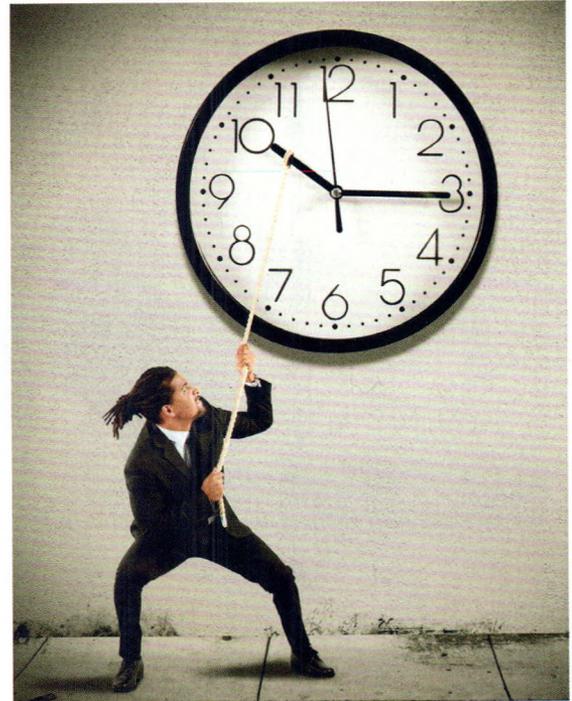
雾霾天“伤心”，维生素B来拯救
说说FDA批准的那些减肥药
血压正常了，可以减药或停药吗
出游，别忘了带上一个小药箱

目录CONTENTS

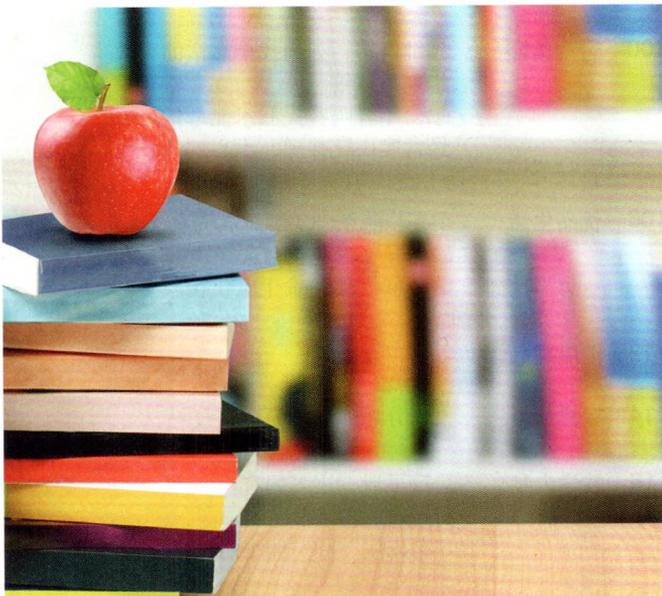
2017年第05期 总第383期



p62 头发早白 有办法治吗



p72 一文读懂拖延症



p80 应考季 考生食谱配

60 中医养生

湿气重 能游泳和蒸桑拿吗
喝凉水降火气，有可能火上浇油
头发早白 有办法治吗
菜蔬养生最有益 按季选食效更佳

【名药名方】

脱疽名方 四妙勇安汤

【杏林名医】

用中国式方法解决记忆难题
春季护肝三部曲

72 心理月刊

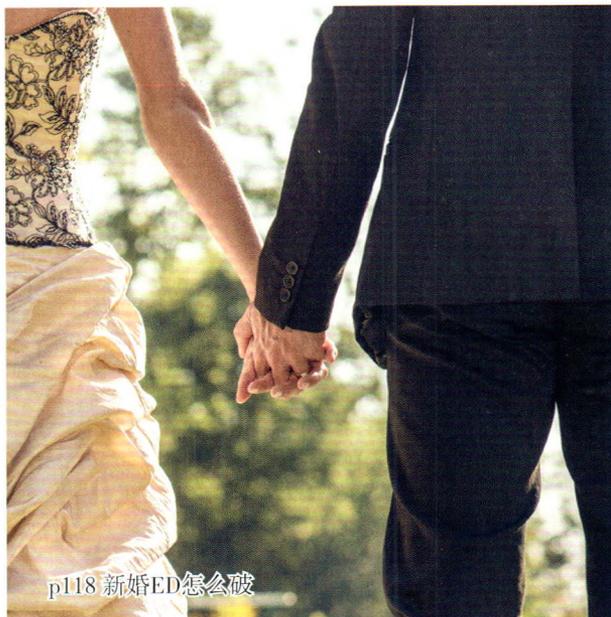
一文读懂拖延症
滚蛋吧！围产期抑郁君
你身边有没有“巨婴”男

80 吃出健美

应考季 考生食谱配
对反式脂肪没必要过度恐慌
咸鸭蛋该怎么吃
益生菌虽好，也不要乱补



p89 母乳喂养：经历风雨 终见彩虹



p118 新婚ED怎么破



p94 春天 准妈妈小心风疹

87 妈咪宝贝

坚持母乳喂养会饿死婴儿？
母乳喂养：经历风雨 终见彩虹
那些关于母乳喂养的金玉良言
产后，如何让盆底肌恢复如初
春天 准妈妈小心风疹
要防诺如病毒杀个回马枪
带孩子踏青，有些植物不能太亲近
当孕期遇上痔疮

100 运动美容

到健身房，如何找个靠谱的私教
告别鱼尾纹
想变年轻吗？提眉术能帮忙
经常爬山爬楼梯，小心髌骨软化

106 优品生活

小心！陈茶“美容”冒充新茶
远离肝癌，要避开这些“雷区”
学会急救 为生命上一份保险

112 健康潮品

114 专栏

大部分癌症是因为坏运气吗

116 性学内参

治疗早泄，还真的有效
新婚ED怎么破
“精先生”和“卵小姐”的爱情故事

版权声明

凡在《大众健康》杂志上刊登，并由《大众健康》杂志社支付稿酬之作品，均视为该作者已将该作品之全部权利转让给《大众健康》杂志社，且允许《大众健康》杂志社以任何形式（包括但不限于平面传媒、网络传媒、移动应用、光盘等介质）使用、编辑、修改；《大众健康》杂志社有权对该作品再次使用，并可授权给第三方而无需另行支付稿酬。

未经《大众健康》杂志社书面许可，任何单位和个人都不得以任何形式使用（包括但不限于通过纸媒体、网络、光盘等介质转载、张贴、结集、出版）该作品。特此声明。

承印 Printed by : 北京盛通印刷股份有限公司

在这里，认识不一样的健康报



健康报 jkb1931



《健康报》是国家卫生和计划生育委员会主管的全国性行业报，1931年创刊于江西瑞金。1956年1月周恩来总理亲题报头。在专业报中她的历史最悠久。专注为各级卫生工作者及人民大众提供专业、权威、科学的卫生、健康知识。

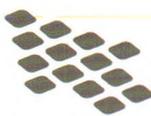
如果你是医生，一定要关注这个账号。健康报医生频道致力于反映医生诉求呼声，报道前沿医学资讯和适宜技术，为各医院展示学科特色提供平台。医生频道如同医生之家，当您有喜悦、有成就，亦或苦水、困惑时请加入我们。



健康报
医生频道
jiankangbaoyoung



中国卫生杂志 zgwszz



聚焦卫生发展热点，融入卫生改革潮流，行业管理者决策者必读。

和护士没有最贴心，只有更贴心，为300万护士打造的微信平台。欢迎护士姐妹兄弟关注，我们会给您惊喜。



健康报
护士频道
jkb_tianshi



大众健康
dazhongjiankangzazhi



大牌专家向您介绍最热门的健康科普知识，是一家老少必读的健康科普杂志。

文化与健康希望用艺术的视角感知生命的温度，力求为朋友们营造一个创意分享的文化空间，开启一扇色彩斑斓的健康视窗。用艺术的视角感知生命的温度。



健康报
文化与健康
jkb_whyjk



健康文摘报
jkwzb1991



国内第一份以传播健康知识为主要内容的文摘类报纸。荟萃了国内外最新医学科研信息和医学科普知识，内容丰富、通俗易懂、科学权威。

关注移动健康研究院服务号，第一时间获悉互联网医疗发展前沿动态。



健康报
移动健康研究院

