

大众健康 WELL-BEING

国家卫生健康委员会主管

健康报社主办

邮发代号2-234 定价20元

2020年第05期 总第419期



QK2017076

9"771002"574004" "****"



人与动物，共病共存

侦破第一隐形杀手的踪迹
娃怎么得了一种日本人的病
常按几个穴位 预防老年痴呆
崴脚后，最好休息多久

包皮过长，当断则断
防癌传说，信不得
经典名方 力克瘟疫
我们为什么要生病

扫一扫↓



7 环球封面速览

8 天下资讯

12 共同关注 | 人与动物，共病共存

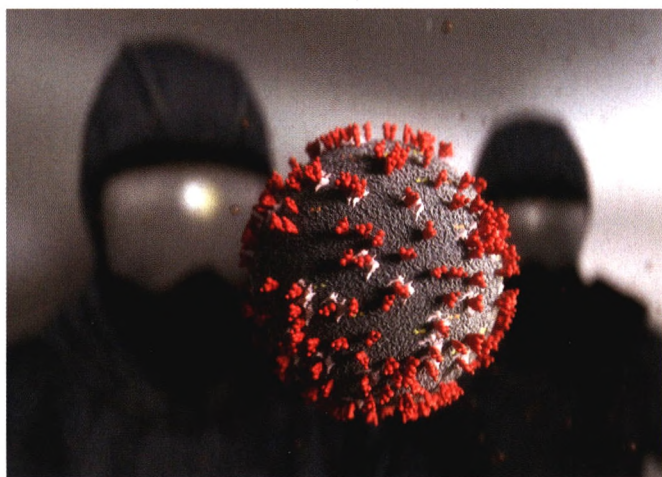
- 14 噩梦重温：动物带来的瘟疫
- 16 病毒是如何从动物“跳”到我们身上的
- 18 “共病时代”，一人殃及万千
- 20 人病畜防 切断传入人群的路
- 22 较量之后，选择共存
- 24 人与动物，共生之下的利用与保护
- 26 “在它们找到我们之前，找到它们”
- 29 同一世界，同一健康

32 遇·见

- 32 81岁的我举起了47.6斤的哑铃



p34 超级传播者“伤寒玛丽”的悲剧



p36 从血浆疗法到单克隆抗体，再到新冠疫苗

34 健康纵横

- 34 超级传播者“伤寒玛丽”的悲剧

36 国际前沿

- 36 从血浆疗法到单克隆抗体，再到新冠疫苗

40 医界高手

- 40 杜斌 情牵重症，初心不改



p24 人与动物，共生之下的利用与保护

44 求真证伪

44 包皮过长，当断则断

46 求医向导

46 警惕新冠肺炎的不典型症状

48 冠心病患者居家做好5件事

50 侦破第一隐形杀手的踪迹

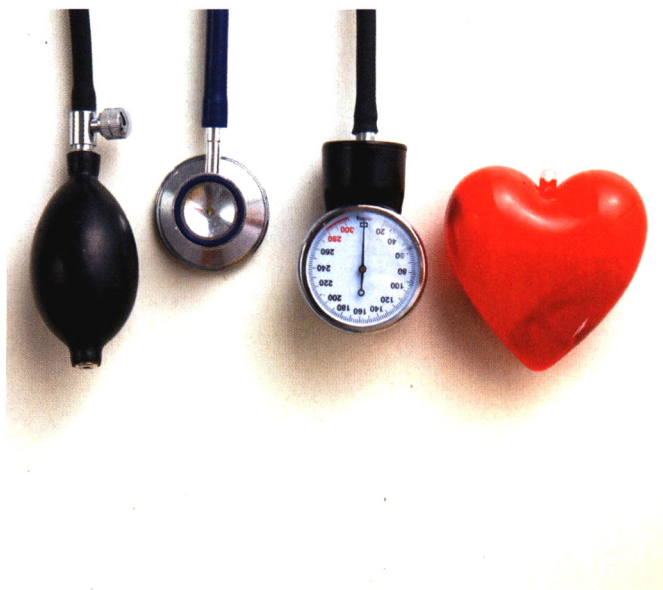
53 是什么让你“肾如刀绞”

54 过敏？哮喘？还是过敏性哮喘？

56 肿瘤真是“吃出来”的吗

58 防癌传说，信不得

60 你的体重“要你管”



p50 侦破第一隐形杀手的踪迹



p62 同情用药：治病救人的特殊形式



p70 经典名方 力克瘟疫

62 百姓药房

62 同情用药：治病救人的特殊形式

64 “长处方”用药，风险控制很重要

66 曲马多，并非骨关节炎止痛药的理想选择

68 儿童哮喘，最忌擅自停药

70 中医养生

70 经典名方 力克瘟疫

71 慢郎中也能妙招治哮喘

72 食物有四气 选对看体质

74 常按几个穴位 预防老年痴呆

76 小儿通便 家长必知“三板斧”

78 心理月刊

- 78 扎堆离婚？懂得婚姻真相才幸福
- 80 别让母子关系僵硬又极端
- 82 噩梦连连怎么办？试试自然疗法

84 吃出健美

- 84 碘盐吃久了想换无碘盐？不行！
- 86 “干吃不胖”老得快？别信！
- 88 悠着点！奶茶可不是快乐水



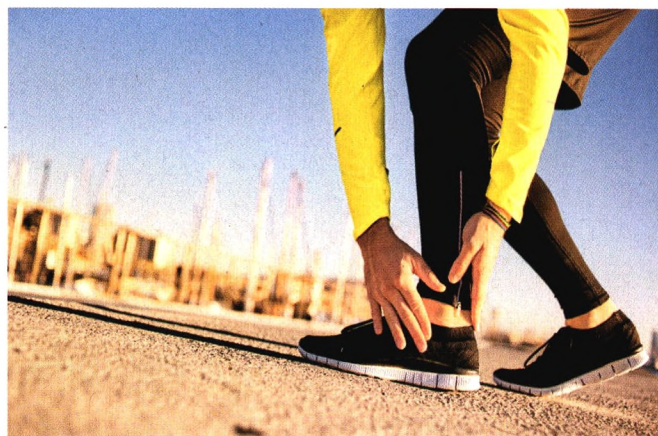
p78 扎堆离婚？懂得婚姻真相才幸福



p84 碘盐吃久了想换无碘盐？不行！



p92 关注宝宝免疫力，妈妈这样做功课



p103 崴脚后，最好休息多久

90 妈咪宝贝

- 90 娃怎么得了一种日本人的病
- 92 关注宝宝免疫力，妈妈这样做功课
- 94 七大秘诀，助力母乳喂养
- 96 孩子耳朵不灵光，小心鼻炎作祟
- 97 孩子真哭或假哭，你心里有数吗
- 98 防重金属超标，孕期请吃好

100 运动美容

- 100 老年人和女性，更需要肌肉力量锻炼
- 103 崴脚后，最好休息多久
- 104 皮肤屏障是道什么墙

大众健康 WELL-BEING

106 优品生活

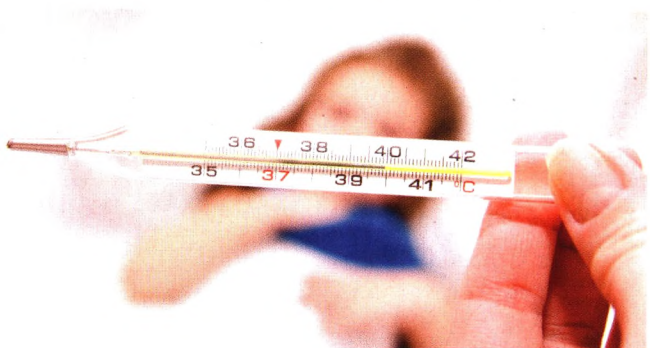
106 选个颈托护颈椎

108 你家养的植物，有没有讲究

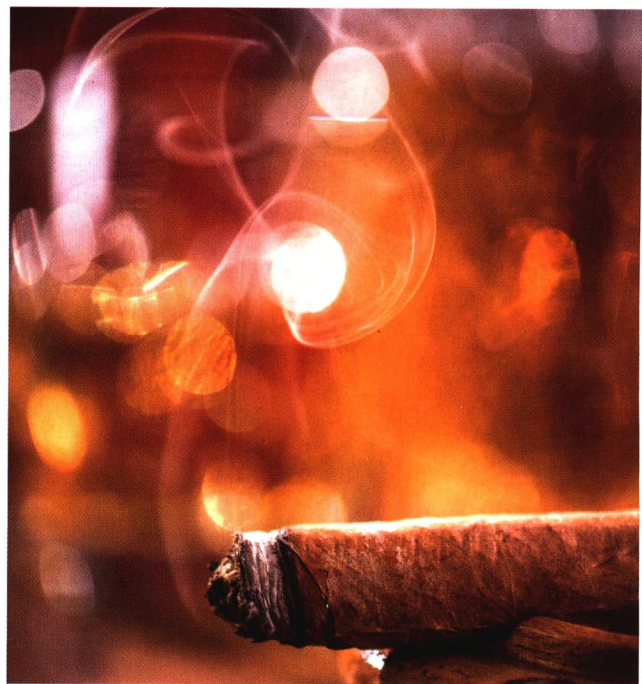
110 健康潮品



p108 你家养的植物，有没有讲究



p112 我们为什么要生病



p118 听说吸烟杀精，是真的吗

112 每月杂谈

112 我们为什么要生病

114 新冠病毒感染人的共性和差异

116 性学内参

116 疫情期间，备孕计划要不要暂停

118 听说吸烟杀精，是真的吗

120 前列腺健康“水到渠成”

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

传播健康，始于1931……

政策分析，行业解读，热点追踪，交流服务



健康报



扫码订阅

国家卫生健康委员会主管的全国性行业报
党和人民军队创办的第一份卫生专业报
最具影响力和权威性的健康领域第一大报

邮发代码1-20 每周一至周五对开八版、周六对开四版
全年价格456元（赠送手机数字版）