

家庭用药

Family Medicines

封面人物
刘建华

上海交通大学医学院附属第九人民医院妇产科主任、教授
上海交通大学医学院附属第九人民医院临床医学院妇产科教研室主任

16

2012/8

定价：6.5元

低调淡泊的“东方神刀” 14

一起做操控血糖 24

乳腺癌，莫敏感莫轻视 28

肩周炎自我康复操 31

补充维生素C，勿被广告“忽悠” 43

羧甲淀粉钠溶液可增强免疫力吗 50

慎用大黄类泻药治便秘 56

睾丸扭转，把握黄金6小时 64

警惕大肠癌，从息肉开始 67

关注 子宫疾病

全国发行，邮发代号

4-682

咨询电话

4008-110-700



上海市食品药品监督管理局指定合作媒体



ISSN 1009-6620



9 771009 662124

家庭用药

Contents 目次

2012年第8期 总第134期

网址: www.familymedicines.com.cn
www.shjty.com

编辑部评论

- 1 合理用药 整合治疗 王一飞

八面来风

- 5 热点话题

环球集萃

- 6 大蒜抗菌效力高于抗菌药物
6 常发呆的人可能更聪明
6 美研制新药物可阻止前列腺癌细胞扩散
6 介入放射法治疗肥胖
7 刷牙不彻底可能增加癌症早逝风险
7 嚼口香糖会令大脑混乱
7 中药甘草根中发现降糖物质

本期策划——关注子宫疾病

- 8 子宫疾病检查方法面面观 陈行
9 从痛经看宫寒 黄素英
10 宫颈糜烂要不要治 李萍
11 早期发现“宫外孕”的蛛丝马迹 黄亚娟
12 “不安分”的子宫内膜 卢媛芳
13 子宫肌瘤能否“一刀切” 方芳

健康视野

- 14 低调淡泊的“东方神刀”——对话周良辅院士 许丹丹

名家专访

- 16 他为万女性重铸生活
——访上海第九人民医院妇科主任刘建华教授 林坤雯
18 王亚农：外科医生也是“建造者” 许丹丹

心脑血管之友

- 20 轻松降压，把握9大用药技巧 陆志刚 陈歆
21 如何有效控制“肺动脉高压” 徐济民
22 冠心病介入治疗后，“保心”更重要 罗心平

糖尿病俱乐部

- 24 一起做操控血糖 张敏
26 游泳控糖好处多 郭郁郁 陆颖理
27 失眠症，糖尿病的“难兄难弟” 陆伟珍

抗癌知识

- 28 乳腺癌，莫敏感莫轻视 邵志敏
29 肿瘤转移未必“山穷水尽” 孟志强
30 中医抗癌的“十二方针” 何裕民

骨关节炎病

- 31 肩周炎自我康复操 吴毅

人体奥秘

- 32 精子、卵子相亲记 纪小龙

法医说案

- 34 骨语——人类“传记”的特殊语言 柏依

产房里的故事

- 36 验血验出来的“乌龙” 小仙

急救医学

- 37 命悬一线 龙山

养生有道

- 38 藕——冷比霜雪甘比蜜 傅维康
39 肾移植术后的吃和动 张明 陆福明

运动与健康

- 40 运动处方，因体质而异 王健
41 馬拉松，大家一起跑起来 易峰

药品安全百事通

- 42 你还在吃腌制食品么 蒋家驷
43 补充维生素C，勿被广告“忽悠” 马双双 蔡东联
44 维生素盈亏与畸胎 李定国
45 上海市食药监局召开第三季度工作会议
46 确保食品药品安全，我们的责任
48 警惕！喜炎平注射液和脉络宁注射液可引起严重过敏
48 查处“夜来香利眼胶囊”等假冒保健食品

药博士信箱

- 50 儿子的尿液为什么呈红色 姚德鸿
50 羧甲基淀粉钠溶液可增强免疫力吗 方凤
50 善存银片解惑 蔡东联
51 夏天可以减少降压药用量吗 钱岳晟
51 前列腺特异抗原对鉴别前列腺癌有什么意义 尹嵘
52 打呵欠是脑缺氧吗 胡怀强

用药良言

- 53 治小儿咳嗽，正确选药是关键 鲍一笑
54 “伴侣”不同效有别——黄良配伍有讲究 孟景春
55 湿疹痒难耐，中药有良效 张燕
56 慎用大黄类泻药治便秘 王忠壮

神奇本草

- 57 甘美芳香话花茶 达美君
58 中药中的“广谱抗生素”——蒲公英 章茂森
59 清热止咳排脓血——鱼腥草 葛德宏

60 妇科要药有新用 曾晓玲 王兴娟

■ 心灵驿站

61 卡西莫多情结——“爱无能”的根源 王裕如

■ 防病治病

- 62 巧用腹内压，疝气“打补丁” 校宏兵
- 63 急性肠胃炎，莫以“病小”而不防 陈尼维
- 64 零丸扭转，把握黄金6小时 陈海 柳辉艳
- 65 小儿疝子惹人恼 时毓民
- 66 精索静脉曲张怎么办 戚广崇
- 67 警惕大肠癌，从息肉开始 李剑 姚礼庆
- 68 从“洗鼻指数”谈鼻腔冲洗 江德胜
- 69 主观性耳鸣早做听力检测 程容荃
- 70 胆脂瘤不是“瘤” 陈斌
- 71 “长寿斑”并非长寿标志 伍佩英
- 72 观便便，晓健康 张桂楠
- 73 年纪大≠记忆差 苗玲
- 74 科学治疗呼吸系统疾病 李晓锋
- 75 生活方式干预，防治代谢综合征 梁超群
- 76 青春走了，不做“剩痘士” 许文娟

■ 我快乐我健康

79 漫画 王晓东

■ 读来综述

80 读者的话 冯伟民 吴鸣岐 曹蓓珍

■ 信息快递

- 26 开设特色门诊，传承蔡氏妇科流派验证经验 伊然
- 38 “第七届上海新生儿科呼吸论坛”在上海举办 彭建
- 77 庆祝中国科学院上海药物研究所建所八十年



家庭用药
JIATING YONGYAO
(2001年创刊, 月刊)

刊名题写: 路甬祥
(全国人大副委员长, 中国科学院院士、中国工程院院士)

主管单位: 中国科学院
主办单位: 中国科学院上海药物研究所
上海市药学会

总顾问: 丁光生 王一飞 张文康
名誉总编辑: 陈凯先 苏定冯
总编辑: 冯林音
(家庭用药)编辑部

执行副总编辑: 黄慧飞
副总编辑: 侍茹
编辑部主任: 魏芳
本期审读专家: 徐济民 张家庆
本期责任编辑: 魏芳

编辑: 林梓雯 许丹丹 黄慧 胡映映 毛小园
编辑部电话: 021-54922861
美术总监: 王翔
美术编辑: 王怡亮 陈翔
法律顾问: 程联华律师 广东慧华律师事务所
E-mail: jyy@mail.shcn.ac.cn
发行范围: 公开
国内发行: 上海市报刊发行局
国外发行: 中国国际图书贸易总公司 (北京399信箱)

国外发行代号: M3422
国际标准连续出版物号: ISSN 1009-6620
国内统一连续出版物号: CN 31-1845/R
国内邮发代号: 4-882
国内订阅: 全国各地邮局
国内零售: 全国各地邮局报刊门市部和其他书报亭
国内邮购: 中国(上海)编辑部
通讯地址: 中国上海市太原路234号
邮编: 200031
发行日期: 每月8号
国内单价: 人民币6.50元
项目总监: 宋国平
项目经理: 林玲
项目副经理: 胡思萍
发行总监: 彭建
发行经理: 张蕴健
广告总监: 刘金锋
广告经理: 卢晓芸
市场部发行电话: 021-54922862、54922851
传真: 021-54922852
广告经营许可证: 3100420050053
印刷: 上海铁路印刷有限公司
封面摄影: 蝶兰摄影
(若有缺页, 可与本刊编辑部调换)

声明

1.《家庭用药》编辑部对所有投稿之文章字句作技术性删改, 但本刊刊登文章并不必然代表编辑部的观点, 文责由作者自负。
2.稿件从发表之日起, 其专有出版权和网络传播权即授予本刊。同时许可本刊转载第三方使用。
3.稿件一经刊登, 即视同一次性支付稿酬。该稿酬包括该文今后收录在本刊合订本、增刊、精华本、本刊网站以及入编数据库的稿酬。如刊登三个月后未收到稿酬, 请与编辑组联系。
4.《家庭用药》杂志和《家庭用药》网站刊登的所有文章, 在事先未经本刊编辑部和本刊作者的书面同意前, 任何单位和个人不得在各种传媒上(包括但不限于互联网、报纸、杂志、图书、音像制品、广播、电视等)进行任何形式的使用或传播(包括但不限于转载、摘录、翻译或摘录出版等)。

《家庭用药》——上海市食品药品监督管理局 (SHFDA) 指定合作媒体



药物能治病, 也能“致病”。全世界死亡人数中, 约三成死于用药不当——世界卫生组织 (WHO) 公布的统计数据带给我们震撼的同时, 也敲响了警钟。提高民众的安全用药意识, 丰富安全用药知识, 迫在眉睫。上海市食品药品监督管理局 (SHFDA) 与《家庭用药》杂志联合推出的“药品安全百事通”栏目, 冀望在政府职能部门与公众、专家学者与患者之间架起沟通的桥梁, 大力宣传普及合理用药的科学知识, 为保证公众用药安全做出应有的贡献!

杂志部分图片提供: 全景