

# 家庭用药

Family Medicines

封面人物 **刘中民**  
同济大学附属东方医院院长

2015/5  
定价：8元

- 6 出生缺陷：早发现，早干预
- 25 前列腺穿刺活检要穿多少点
- 28 倦体如何调理
- 37 别让助消化药“帮倒忙”
- 40 服用维生素，不可“太任性”
- 42 解读食品药品“黑名单”制度
- 48 尿液像牛奶是什么病
- 53 如何看待检验单上的小箭头
- 59 肺部“磨玻璃样结节”不等于肺癌

本期策划——  
最折磨家人的  
疾病



全国发行，邮发代号  
**4-682**  
咨询电话  
**4008-110-700**

ISSN 1009-6620



9 771009 662155

# Contents 目次

weibo.com/shjtyy  
www.shjtyy.com  
shjtyy.taobao.com



## 家庭用药 2015年第5期 总第167期

### 编辑部评论

- 1 医学的目标是延长健康寿命 王一飞

### 八面来风

- 4 热点话题

### 环球集萃

- 5 “半关闭”一种特定基因或许更健康长寿  
5 日本发现治疗脑梗死新方法  
5 英国研究显示纸巾擦手最卫生

### 本期策划——最折磨家人的疾病

- 6 出生缺陷：早发现，早干预 曾溢滔  
8 小儿脑瘫要早治 时毓民  
9 面对阿尔茨海默病，患者家属共参与 董漪 董强  
10 长期瘫痪，谨防并发症 许雅芳  
12 对号入座，你有哪些癌症“心病” 成文武  
14 早做“康复”早康复 朱奕 励建安  
15 如何应对中风后遗症 张云云 吴海波  
16 战胜帕金森病：不抛弃，不放弃 郭剑军  
17 家人患抑郁症，我该怎么办 李庆

### 名家专访

- 18 健康、安全是医生最大的心愿  
——访同济大学附属东方医院院长刘中民教授 黄慧

### 心脑血管之友

- 20 八成心脏性猝死源于心律失常 任利群 钱钰玲  
21 控制冠心病患者的静息心率 王仁忠  
安内真“高血压专栏”  
22 高血压的危害 钱文琪

### 糖尿病俱乐部

- 23 二甲双胍：是金子总会发光 孙亮亮 石勇铨

### 抗癌知识

- 24 防止乳腺癌复发 饮食均衡很重要 凌轶群  
25 前列腺穿刺活检要穿多少点 何家扬

### 科室风采

- 26 量化分析步态，精准康复治疗  
——记上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院步态分析室  
毛小园 俞艳

### 养生有道

- 28 倦体如何调理 匡调元

- 30 “小满”养生5问答 陈咸川  
31 阳春三月三 荠菜当灵丹 傅维康

### 心灵驿站

- 32 管好你的暴脾气 马志国

### 神奇本草

- 33 菟丝子——续筋骨、安胎气、治精少 孟景春

### 药物故事

- 34 “人工合成牛胰岛素”50周年 侍茹

### 用药良言

- 37 别让助消化药“帮倒忙” 石浩强  
38 哪些药，老人要特别小心 张家庆

### 药品安全百事通

- 40 服用维生素，不可“太任性” 李定国  
42 解读食品药品“黑名单”制度  
44 黑名单案例详解  
46 曝光5个严重违法广告  
47 注意！11家网站发布虚假信息

### 药博士信箱

- 48 尿液像牛奶是什么病 姚德鸿  
48 服用哪些药物必须补充维生素 王仁忠  
49 氨基葡萄糖会在消化道分解吗 药博士  
50 带状疱疹后疼痛有药物之外的治疗方法吗 药博士  
50 脂肪肝能靠运动康复吗 张丹

### 我的用药经验

- 52 控量有技巧 油盐有分寸 林祎雯

### 家庭医生园地

- 53 如何看待检验单上的小箭头 潘柏申

### 防病治病

- 54 久病须防“慢性病贫血” 李雯妮 刘建平  
55 白领一族减肥良法——埋线减肥 岑珏  
56 帕金森病手术治疗不是“越晚越好” 胡小吾  
58 消化不良须慎辨 李增烈  
59 肺部“磨玻璃样结节”不等于肺癌 叶剑定  
60 藏在耳朵里的“眩晕” 单希征 张静  
61 类风湿性关节炎为何伤及“无辜”眼 武静  
62 治疗不规范，丙肝“路漫漫” 尹有宽  
64 围绝经期综合征，从肝脾论治 陈英群

- 66 配眼镜别忘看瞳距 王一心
- 67 茶道养生有新招 郑璇
- 68 春夏之交, 谨防病毒性心肌炎 寿健
- 69 血管性痴呆, 早发现、重预防 周红 沈珺
- 70 高血压病, 要辨证论治 颜乾麟
- 71 人老, 关节老 唐小蓉
- 72 反复尿路感染, 烦心焦虑不休 孙瑞涛
- 73 小孩近视别忽视 吴彦青
- 74 春季流感“三部曲” 胡怀强
- 75 懒人减肥有新招 许惠娟
- 76 排便, 老年生活的“必修课” 李晓锋
- 78 红酒泡洋葱 食疗大妙招 梁超

**我快乐我健康**

- 79 漫画 王晓东

**读来编往**

- 80 读者的话 吴鸣岐 吴晓辛

**信息快递**

- 21 上海市岳阳医院采用介入微创治疗“老烂脚” 沈莉
- 32 医学泰斗揭幕“微医集团”, 旨在破解百姓“看病难” 毛小园
- 36 “顺铂联姻化疗”, 可延长三阴性乳腺癌患者生存期 倪洪珍
- 39 武汉协和医院成功完成湖北省首台达芬奇机器人手术 聂文闻

**编辑部消息**

- 67 下期要目

**声明**

1.《家庭用药》编辑部有权对所有投稿之文章字句作技术性删改, 但本刊刊载文章并不必然代表编辑部的观点, 文责由作者自负。

2.稿件自本刊确定发表之日起, 其复制权、发行权、信息网络传播权和汇编权即独家授予本刊。同时许可本刊转授第三方行使上述权利。

3.来稿一经刊载, 即按规定一次性支付稿酬。该稿酬作为本刊行使上述权利之许可费, 已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, 请与编辑部联系。

4.《家庭用药》杂志和《家庭用药》网站上刊载的所有文章, 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、声像制品、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、摘登、翻译或结集出版等)。

**《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!

**《家庭用药》——上海市卫生局(SMHB)合作媒体**



上海市卫生局与中国科学院上海药物研究所《家庭用药》杂志联合推出了“家庭医生园地”栏目, 将坚持为人民健康服务的方向, 整合各种科研与临床医学专家资源, 为基层医务人员提供科学、权威的知识, 经验交流与共享的平台, 致力于培养一大批受社区居民欢迎和依赖的全科医学人才, 有效解决群众关心的“看病贵、看病难”问题!

**《家庭用药》——上海市爱国卫生运动委员会合作媒体**



**《家庭用药》——上海市浦东新区科学技术协会指定合作媒体**

《家庭用药》网络电子版:



www.qikan.com.cn

《家庭用药》手机电子版:



蜘蛛书报亭

扫码即可免费阅读



扫描订阅 免费阅读

杂志部分图片提供: 全景、123RF



**家庭用药**  
JIATING YONGYAO  
(2001年创刊, 月刊)

刊名题写: 路甬祥  
(前全国人大副委员长, 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  
上海市药理学学会

出版单位: 《家庭用药》编辑部  
出品单位: 上海海科家庭用药科技咨询有限公司

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  
执行副总编辑: 黄慧飞  
副总编辑: 侍茹

**编辑部**

编辑部主任: 黄慧  
编辑: 林祎雯 毛小园  
本期责任编辑: 姚映秋  
本期审读专家: 邓伟吾  
本期审校专家: 王忠壮  
编辑部电话: 021-54922861

**设计部**

美术总监: 王翔  
美术编辑: 王怡亮 陈翔

**市场部**

市场总监: 彭建  
发行部电话: 021-54920751

**发行部**

发行总监: 张世杰  
发行经理: 周向明  
发行部电话: 021-54922864、54920752

**广告部**

广告总监: 刘金锋  
项目策划: 朱倩倩  
广告部电话: 021-54922851、54920750

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: 4-682  
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: 《家庭用药》编辑部  
出版日期: 每月8号  
国内单价: 人民币8.00元

通讯地址: 中国上海市太原路294号  
邮编: 200031  
传真: 021-54922852  
E-mail: jtyy@mail.shcnac.ac.cn  
网址: www.shjtyy.com  
新浪微博: weibo.com/shjtyy

法律顾问: 程跃华律师 广东慧华律师事务所  
广告经营许可证: 3100420050053  
印刷: 上海铁路印刷有限公司

双歧杆菌三联活菌胶囊/散

培菲康<sup>®</sup>

OTC

肠用常健康

标本兼顾腹泻、便秘、腹胀、消化不良



补充原籍菌 化解肠内毒素  
保护肠道健康



SPH 上海医药  
SHANGHAI PHARMA

信 SINE 谊

上海信谊医药有限公司

批准文号：国药准字S10950032 沪药广审(文)第2015040145号 请仔细阅读说明书并按说明使用或在药师指导下购买和使用。