

家庭用药



ISSN 1009-6620
CN 31-1845/R

2017/12

定价：8元

封面人物 朱惠莉

复旦大学附属华东医院副院长、主任医师、教授
上海市医学会呼吸分会慢阻肺学组组长

- 6 “老慢支”能不能治愈
- 10 冬季养肺正当时
- 16 装支架就是“上保险”吗
- 24 盐与糖尿病
- 27 腰突症的日常保健
- 33 骨质疏松的药食调治
- 53 宝宝吃奶为何拉肚子
- 56 判断预后：医生给患者“算命”
- 62 不要小看低血糖

本期策划——
减轻咳嗽困扰

全国发行，邮发代号
4-682
咨询电话
021-54922864

ISSN 1009-6620

9 771009 662179

扫描二维码
加官方微信

万方数据



家庭用药 2017年第12期 总第198期

健康箴言

- 1 您了解“预期寿命”吗 张家庆

八面来风

- 4 热点话题

环球集萃

- 5 电子屏幕影响睡眠, 少儿表现更明显
5 强迫症相关的人类基因变异被找到
5 机器学习模型可识别乳房病变风险
5 母乳喂养可降低孩子湿疹风险

本期策划——减轻咳嗽困扰

- 6 “老慢支”能不能治愈 夏敬文
7 慢性支气管炎 需要“消炎”吗 张静
8 激素, 该出手时就出手 王健
9 吸烟, 肺的“大杀手” 周剑平
10 冬季养肺正当时 汤杰
11 “吃”出好呼吸 沈红艺
12 邵氏“保肺功” 鹿振辉

名家专访

- 14 阻断慢阻肺, 畅享呼吸
——访复旦大学附属华东医院副院长朱惠莉教授 黄慧

心脑血管之友

- 16 装支架就是“上保险”吗 沈成兴 张洁
17 房颤6误区 智宏
18 出生的不公——小儿先天性心脏病 储晨
19 稳定斑块, 改善症状 黄红漫

糖尿病俱乐部

- 20 肥胖伴2型糖尿病, 早手术早得益 张频
22 精准控制糖尿病, “五驾马车”再升级 李雯妮 刘建平
24 盐与糖尿病 叶林 陆颖理

抗癌知识

- 25 肿瘤也是一种慢性病 郭跃武
26 中药可除放疗之“难” 朱伟康

骨关节疾病

- 27 腰突症的日常保健 王怡茹
28 您患膝骨关节炎了吗 龚利

科室风采

- 30 “超级医生”, 为肿瘤规范化治疗“代言”
——记上海市第十人民医院沃森肿瘤国际联合会会诊中心 金恒

养生有道

- 32 暖胃和中说草鱼 徐传宏
33 骨质疏松的药食调治 钱静庄

心灵驿站

- 34 思念是一种病 陈兆善
35 反复“逛医”可能是心身障碍 袁勇贵
36 如何避免做“卡奴” 马志国

用药良言

- 37 化痰止咳款冬花 傅维康
38 感冒, 如何合理用药 石浩强

药品安全百事通

- 40 含马兜铃酸的中药导致肝癌高发? 王忠壮
42 老年人健康饮食消费提示
43 疫苗的效价与安全
44 使用这些问题中药饮片, 当心
45 通告5批次食品不合格
47 警惕! 15批次药品不合格

药博士信箱

- 48 患慢性前列腺炎能否参加体育锻炼 姚德鸿
48 甲亢能治吗 药博士
50 我的心功能可以改善吗 药博士

我的健康经验

- 51 相约健康 快乐共享 沈志德
52 有害微生物的“克星”——紫外杀菌灯 卓敦水

家庭医生园地

- 53 宝宝吃奶为何拉肚子 黄志恒

防病治病

- 54 全科医生的本事 杨秉辉
56 判断预后: 医生给患者“算命” 李定国
58 麻醉八问 陈谦 秦春辉
59 不容忽视的原发性胆汁性肝硬化 李增烈
61 鼻出血, 莫慌 孙希才 余洪猛

- | | |
|-------------------|---------|
| 62 不要小看低血糖 | 刘琦 |
| 63 膏方误区知多少 | 霍清萍 汪天湛 |
| 64 膏方助女性“滋养祛病” | 殷岫琦 |
| 66 子宫肌瘤可以“留”吗 | 陶敏芳 邵红芳 |
| 67 围绝经期综合征的中医保健 | 陈英群 |
| 68 以假乱真种植牙 | 曹春花 邹德荣 |
| 69 矫正牙套的选择 | 谭宇 房兵 |
| 70 这些智齿要不得 | 傅宗云 |
| 71 妙招保护颈前“蝴蝶结” | 王小平 贡翊斐 |
| 72 帕金森患者多伴睡眠障碍 | 袁宝玉 崔玉艳 |
| 73 身处险境的“肾斗士” | 周蓉 |
| 74 白内障竟会影响睡眠质量 | 陈燕 吴强 |
| 76 冬季的肠胃“保护战” | 李晓锋 |
| 77 中风后痴呆，难以名状的“痛” | 朱鑫璞 |
| 78 冬季话“冻疮” | 边风华 |

■ 药膳厨房

- | | |
|------------|-----|
| 79 开胃健脾山楂酱 | 吴承起 |
|------------|-----|

■ 信息快递

- | | |
|-----------------------------------|----|
| 57 从微创走向微创，
上海一妇婴成功开展经自然腔道内镜手术 | 高艳 |
| 60 点亮蓝光，“照亮”女性糖尿病患者健康 | 黄慧 |

■ 编辑部消息

- | |
|-------------|
| 80 下期要目 |
| 81 2017年总目次 |



封面专家 朱惠莉
封面摄影 蝶兰摄影

家庭用药
JIATINGYONGYAO
(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 丁健 苏定冯 肖宏
总编辑：冯林音
执行副总编辑：李学敏
副总编辑：侍茹
副总经理：刘金锋

编辑部

编辑部主任：黄慧
文字编辑：孙青 姚佳黛
本期责任编辑：林祎雯
唐蓉 孙瑞凯
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

市场部

广告总监：刘金锋 021-54922851
市场总监：彭建 021-54920751
发行经理：周向明 021-54922864
客户经理：赵静 021-54922864

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：ISSN1009-6620
国内统一连续出版物号：CN31-1845/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.shcnc.ac.cn
网址：www.shjtty.com
新浪微博：weibo.com/shjtty

广告经营许可证：3100420050053
印刷：上海铁路印刷有限公司

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、入编数据库、本刊网络终端及合作平台的稿酬。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、《家庭用药》网络终端上刊载的所有文章，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、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、摘登、翻译或结集出版等)。
法律顾问：上海汉盛律师事务所

《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”。在临床用药过程中，不乏出现用药不当而致疾病甚至死亡的案例，如药物性肝损、药源性心脏病等。这给我们敲响了“合理安全用药”的警钟。

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，大力宣传推广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、权威的资讯，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：

期刊网
www.qikan.com.cn

杂志部分图片提供：全景、123RF

补肾健脑。养心安神。

乌灵胶囊



- 【功能主治】** 补肾健脑，养心安神。用于心肾不交所致的失眠、健忘、心悸心烦、神疲乏力、腰膝酸软、头晕耳鸣、少气懒言、脉细或沉无力；神经衰弱见上述症候者。
- 【不良反应】** 2004年6月至2015年3月期间收集到576例不良反应。有恶心、腹泻、呕吐、腹痛、胃不适、口干、肠胃气胀、皮疹、瘙痒、嗜睡、乏力、头晕等。
- 【禁忌】** 尚不明确

