

# 家庭用药

Family Medicines

封面人物 黄品同  
浙江大学医学院附属第二医院  
超声医学科主任  
中国医师协会超声医师分会  
介入超声专业委员会主任委员

ISSN 1009-6620  
CN 31-1845/R

2017/ 2

定价：8元

- 6 降脂药不能保您“吃无顾忌”
- 10 春节狂欢，甲亢患者如何享口福
- 12 与肿瘤患者谈合理饮食
- 20 植入支架后就万事大吉了吗
- 32 精准医学是什么
- 55 疝气手术为何涉及前列腺
- 59 儿童肺炎必须输液吗
- 64 从走姿找“病菌”
- 66 您的卵巢“年龄”多大

本期策划——  
**乐享健康过春节**

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



ISSN 1009-6620

扫描二码 加官方微信

9 771009 662179

# Contents 目次

weibo.com/shjtyy  
网址: www.shjtyy.com  
shjtyy.taobao.com



微信二维码

## 家庭用药

2017年第02期 总第188期

### 健康箴言

- 1 癌症, 防控结合是良策 沈镇宙

### 八面来风

- 4 热点话题

### 环球集萃

- 5 怀孕会改变女性大脑  
5 帕金森病或是肠道菌群惹的祸  
5 住在繁忙主路旁或会增加患痴呆症风险

### 本期策划——乐享健康过春节

- 6 降脂药不能保您“吃无顾忌” 史凯蕾  
7 高血压患者春节的吃喝玩乐 钱岳晟  
8 假日更需控血糖 周健  
9 节日期间, 远离呼吸道疾病 戴然然  
10 春节狂欢, 甲亢患者如何享口福 李梁 曲伸  
12 与肿瘤患者谈合理饮食 郑坚  
14 春节, 更要养胃 林江  
16 新春欢宴, 痛风勿忘忌口 柴媛媛 王一飞  
17 当更年期遇上春节假期 申远

### 名家专访

- 18 超声医学: 从影像诊断到微创治疗  
——访浙江大学医学院附属第二医院超声医学科黄品同主任 黄慧

### 心脑血管之友

- 20 植入支架后就万事大吉了吗 陆志刚 董志峰  
22 肥厚型梗阻性心肌病新治法 张奇  
23 冠脉血流慢, 胸痛冒冷汗 赵卫

### 抗癌知识

- 24 中医多途径助抗癌 周奕阳  
26 维生素 B<sub>12</sub> 与抗肿瘤 施欣好 蔡骏

### 糖尿病俱乐部

- 27 糖尿病患者要警惕营养不良 曾珊 吴倪娜

### 骨关节疾病

- 29 手部骨折一定要打石膏吗 雷伟  
30 腰背痛, 谁的错 田洪涛

### 专家论坛

- 32 精准医学是什么 张家庆

### 科室风采

- 34 承上启下, 人之脊梁  
——记上海市瑞金医院脊柱外科 林祎雯

### 心灵驿站

- 36 您会自我设障吗 马志国  
37 一朝被蛇咬, 十年怕井绳 李妍 席居哲

### 用药良言

- 38 玄明粉·代赭石·礞石 朱抗美 朱新革  
40 利福昔明也可治疗非感染性肠道疾病 李增烈

### 养生有道

- 42 失眠和“讲话” 匡调元  
43 “中国纳豆”——豆豉 蒋家骥  
44 体虚多汗, 药膳调治 钱静庄  
45 补肾益气用板栗 徐传宏

### 药品安全百事通

- 46 酒精的“内用”疗法 李定国  
47 治疗哮喘的7类药物 石浩强  
48 关注生蚝微生物污染的风险  
49 关注睾酮药品引起的心血管风险  
50 12岁以下儿童禁用含可待因药品  
51 谨防亚硝酸盐中毒  
52 通告10起虚假宣传广告  
53 通告7批次食品不合格

### 药博士信箱

- 54 睡觉时双腿热痒难受是什么病 吴云成  
54 如何判断要不要用他汀类降脂药 梁春  
55 疝气手术为何涉及前列腺 姚德鸿  
55 哪些药品会引起尿酸升高 王仁忠  
56 心功能不好有什么好办法 药博士

### 我的健康经验

- 57 阳光心态, 健康到老 何诗缘

### 家庭医生园地

- 58 儿童流脑危害大 时毓民  
59 儿童肺炎必须输液吗 黄志恒

### 防病治病

- 60 龚经理回缩鼻涕带血 杨秉辉

- 62 解读小细胞低色素性贫血
- 64 从走姿找“病苗”
- 65 痛风患者该如何运动
- 66 您的卵巢“年龄”多大
- 67 “甲减”患者能正常生育吗
- 68 烦人的“风疹块”
- 69 中医外敷法助力肿瘤治疗
- 70 什么情况需要进行牙齿矫正
- 71 40岁，还能怀孕吗
- 72 放缓记忆“走失”的脚步
- 73 “治”+“养”击退胃溃疡
- 74 温肾固涩止遗精
- 75 宝宝拉肚子，需要好搭档
- 76 严工出好药，药材道地很重要
- 77 新年，也让肠道放个假

- 李雯妮 刘建平
- 罗 懿 刘振国
- 陈海冰
- 白金灵 张爱军
- 殷 峻
- 董正邦
- 殷晓聆
- 刘海霞
- 周 围 陶敏芳
- 奚 巍
- 杨 涛
- 刘 斌
- 梁 超
- 胡怀强
- 李晓锋



封面专家 黄品同  
封面摄影 蝶兰摄影

### 药膳厨房

- 79 “参鸡”春饼，生机勃勃 吴承起

### 读来编往

- 80 读者的话 吴鸣岐 莫富男

### 信息快递

- 25 浦东新区中医药文化发展专业委员会成立 黄 慧
- 41 全国首例“镜面人”机器人全胃切除术完成 聂文闻
- 63 营养专家呼吁：健康从吃好早餐开始 袁 琦
- 67 “三度房室传导阻滞”百岁老人重获新生 沈 莉

### 编辑部消息

- 63 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、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)。

#### 《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导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：  
www.qikan.com.cn

《家庭用药》手机电子版：  
蜘蛛书报亭  
www.qikan.com.cn



杂志部分图片提供：全景、123RF

万方数据

## 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  
上海市药学会

出版单位：《家庭用药》编辑部  
出品单位：上海海科家庭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  
副总编辑：侍 茹  
副总编辑：刘金锋

#### 编辑部

编辑部主任：黄 慧  
编 辑：袁 琦 何诗缘 孙 青(新媒体)

本期责任编辑：林伟雯  
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 叶婕玲  
设计部电话：021-54922860

#### 市场部

市场总监：彭 建  
市场部电话：021-54920751、54922864

#### 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  
广告部电话：021-54922851

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.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



专利益生菌  
养肠好帮手



BIFICO  
**培菲康**® 活的益生菌

# 双歧杆菌三联活菌胶囊/散 平衡菌群 远离腹泻、便秘



上海上药信谊药厂有限公司  
SPH Sine Pharmaceutical Laboratories Co., Ltd.