

家庭用药

封面人物 吴焕淦
中国针灸学会副会长
上海中医药大学首席教授
上海市针灸经络研究所所长

ISSN 1009-6620
CN 31-1845/R

2018/5

定价：10元

- 12 生了这些病，还能继续哺乳吗
- 16 “开奶师”是标配吗
- 32 “四句话”送糖友，教您怎么吃
- 34 “抗癌食物”不是多多益善
- 42 “一日三餐”您会吃吗
- 50 “紧急避孕药”不能常规吃
- 60 染发类化妆品使用提示
- 63 前列腺增生可用蹲式排便缓解吗
- 66 “类雌激素”影响男宝宝性发育
- 75 手足口病十问十答

本期策划——

“母乳喂养”那些事



全国发行，邮发代号
4-682
咨询电话
021-54922864

ISSN 1009-6620

扫描二维码
加官方微信



万方数据



家庭用药 2018年第5期 总第203期

- 健康箴言**
 - 3 古老而独特的针灸 吴焕淦

- 八面来风**
 - 6 热点话题

- 环球集萃**
 - 7 新研究称全球有近3亿乙肝病毒携带者
 - 7 吸烟显著增加患2型糖尿病风险
 - 7 新发现,细菌会像“粘扣”一样黏附宿主细胞

- 本期策划——“母乳喂养”那些事**
 - 8 母乳——一直被模仿,从未被超越 盛晓阳
 - 10 如何正确进行母乳喂养 吴文燕
 - 12 生了这些病,还能继续哺乳吗 侯燕文
 - 14 关于乳汁量的迷思 周菲菲
 - 15 催乳,该吃点啥 朱亦清
 - 16 “开奶师”是标配吗 周菲菲
 - 18 奶粉选择大揭秘 李臻
 - 19 哺乳期用药注意事项 金剑
 - 20 断奶,也要讲科学 杨晓敏
 - 21 母乳喂养,让宝宝心灵完善 李臻

- 名家专访**
 - 22 杏林春暖 橘井泉香 郑思思
——访上海市针灸经络研究所所长吴焕淦教授
 - 24 做有思想的手术 侍茹
——访复旦大学附属中山医院神经外科余勇教授

- 心脑血管之友**
 - 26 血压要达标,症状要改善 傅晓东
 - 27 胸闷气喘,“舒张性心力衰竭”作祟 韩蓓蓓

- 骨关节疾病**
 - 28 腰痛大不同,分清才对症 戴生明

- 抗癌知识**
 - 29 肿瘤患者该怎么“补” 朱为康
 - 30 前列腺癌5问 韩邦旻

- 糖尿病俱乐部**
 - 31 糖尿病足护理五注意 白姣姣

- 32 “四句话”送糖友,教您怎么吃 李虹 林紫薇

- 专家论坛**
 - 32 要长寿,请坚持走出家门活动 张家庆
 - 34 “抗癌食物”不是多多益善 孙建琴

- 专家会客厅**
 - 36 糖尿病治疗亟待科学创新和管理
——第十一届东方内分泌会-糖尿病会议圆满落幕 黄慧

- 科室风采**
 - 38 针灸的“十八般武艺” 姚佳黛
——记上海中医药大学附属龙华医院针灸科

- 养生有道**
 - 42 “一日三餐”您会吃吗 孙文广
 - 44 牛奶,低脂好还是全脂好 余周伟
 - 45 前列腺肥大的食疗方 钱静庄
 - 46 剔透晶莹品草莓 徐传宏

- 心灵驿站**
 - 47 为什么我总是想讨好别人 马志国

- 用药良言**
 - 48 探索:沙利度胺用于抗肿瘤 孙若易 刘建平
 - 50 “紧急避孕药”不能常规吃 石浩强
 - 51 孕期,叶酸怎么补 张丽娜 纪亚忠
 - 52 “褪黑素”的秘密 李清伟
 - 53 增强药效,食物来帮忙 李增烈

- 药品安全百事通**
 - 54 正确认识和处置过期药品 王忠壮
 - 56 4类配方食品的适用人群
 - 57 鸿茅药酒有关情况问答
 - 58 88批次染发类化妆品不合格
 - 60 染发类化妆品使用提示
 - 61 无证网络食品经营,上海食药监局再出治理新招

- 药博士信箱**
 - 62 顽固性尿结石患者为何要查甲状旁腺 姚德鸿
 - 62 我的瓣膜病可以介入治疗吗 毛建强
 - 63 前列腺增生可用蹲式排便缓解吗 何家扬

64 用过胰岛素还能改为口服降糖药吗 王仁忠

我的健康经验

65 从“病秧子”到指导员 林祎雯

家庭医生园地

66 “类雌激素”影响男宝宝性发育 时毓民

67 您的孩子有视疲劳吗 林郁之

防病治病

68 乔工程师的“慢阻肺” 杨秉辉

70 老年人“方便”缘何不方便 李定国

71 三步完成种植牙 谢晶

72 针灸也可“助孕” 程玲

73 “戊肝”是什么 胡玲玲 王跃荣 郑海音

74 我的“哮喘男友” 周剑平

75 手足口病十问十答 黄志恒

76 “大姨妈”，女人气血状况的风向标 陆毅瑾

77 精神病，早期识别很重要 奚巍

78 保“胃”战怎么打 李晓锋

药膳厨房

79 养心——“黄芪大枣饮” 吴承起

读来编往

80 读者的话 莫富男

编辑部消息

17 下期要目

家庭用药



封面专家 吴焕途

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
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: 冯林晋
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: 林祎雯 姚佳黛 郑思思
本期责任编辑: 黄慧
美术编辑: 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
客户经理: 赵静 021-54922864
市场部电话: 021-54922851、54920751

发行部

发行总监: 李民
发行经理: 李春贵
发行部电话: 021-54920750

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: 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10.00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

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》——上海市卫生和计划生育委员会合作媒体

上海市卫生和计划生育委员会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

杂志部分图片提供: 123RF

邮发代号：4-682

一个家庭，什么最重要？

是舒适的房子？还是稳定的事业？
是孝顺的子女？还是丰厚的存款？

.....

如果没有健康，又会怎样？

家



扫一扫 网上邮局订阅



扫一扫 关注杂志微信



中国科学院权威机构主管和主办
汇集了全国医药专家的原创科普文章
是一本中国家庭求医问药的参考指南

每月10元订一份《家庭用药》
把几十位三甲医院专家请回家！