

# 家庭用药

Family Medicines

封面人物 潘曙明  
中华医学会急诊医学分会秘书长  
上海交通大学医学院附属新华医院副院长

ISSN 1009-6620  
CN 31-1845/R

2018/ 7

定价：10元

- 7 如何远离夏季皮肤病
- 16 止痒方法知多少
- 26 有一种牙疼，和心脏有关
- 28 痣？瘤？五步鉴别法
- 29 骨量测定，走在骨质疏松前
- 50 根据尿线异常判断疾病
- 52 漏服药物如何补服
- 65 得了肾脏病可以怀孕吗
- 68 基因治疗——未来已来
- 71 这些药物会“造梦”

本期策划

## 科学护肤与止痒

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



9 771009 6620 07 >

中国邮政发行幅报

# Contents 目次

weibo.com/shjtty  
网址: www.shjtty.com



微信二维码

## 家庭用药 2018 年第 07 期 总第 205 期

### 健康箴言

- 1 做好“第一目击者” 潘曙明

### 八面来风

- 4 热点话题

### 环球集萃

- 5 女性多喝茶, 子宫癌风险降一半  
5 美国上市首款人造虹膜  
5 烟草成诱发心血管疾病主因  
5 高纤维食物有助抵抗流感

### 本期策划——科学护肤与止痒

- 7 如何远离夏季皮肤病 卢勇舟  
8 痱子、疖子, 防治有别 史玉玲  
9 晒伤了也会痒吗 王迪歆 潘 萌  
10 防晒, 并不只是为了“美” 袁定芬  
11 湿疹“湿”在哪 丁杨峰  
12 如何应对婴儿湿疹 王榴慧  
13 湿疹也有“干”的 庄 寅  
14 难以启齿的阴囊湿疹 姚海军  
16 止痒方法知多少 陆瑶华 张东梅  
18 “除湿祛邪”谈止痒 石红乔  
19 理智看待皮肤外用激素 连 昕

### 名家专访

- 20 与死神“抢跑”  
——访上海市新华医院急诊医学科学科带头人潘曙明教授 林祎雯  
22 多样化高膳食纤维饮食可改善 2 型糖尿病  
——访上海市第一人民医院内分泌学专家彭永德教授 侍 茹

### 糖尿病俱乐部

- 24 警惕! 这些药物可能会升高血糖 石浩强

### 心脑血管之友

- 25 病在脑部, 根在心脏 邵永丰  
26 有一种牙疼, 和心脏有关 沈 琳  
27 “冠脉慢血流”是什么病 李若谷 黄婧娟

### 抗癌知识

- 28 痣? 瘤? 三步鉴别法 徐 宇

### 骨关节疾病

- 29 骨量测定, 走在骨质疏松前 刘兴党 琚紫昭  
30 “伸个懒腰”竟致骨折 刘晓东

### 专家论坛

- 31 长期上夜班增加患癌风险 张家庆  
32 压力, 人人难躲 柏涌海

### 科室风采

- 34 中西医结合助“好孕”  
——记上海中医药大学附属曙光医院生殖医学中心 郑思思

### 心灵驿站

- 36 重视“产后抑郁” 马志国

### 养生有道

- 37 营养美味食带鱼 傅维康  
38 “清热利湿”用苜蓿 徐传宏

### 用药良言

- 39 祛病延年“扶桑丸” 达美君  
40 探索: 沙利度胺治疗免疫系统疾病 孙若易 刘建平  
41 二甲双胍: 结直肠癌防治中的“新秀” 李增烈

### 药品安全百事通

- 42 如何管理家庭小药箱  
43 名贵中药材的保存  
43 各类家用药品的储存事项  
44 18 种药品从处方药转换为非处方药  
45 四价流感病毒裂解疫苗在我国获批上市  
46 18 批次化妆品不合格  
49 9 批次药品不符合规定

### 药博士信箱

- 50 根据尿线异常判断疾病 姚德鸿  
50 高龄老人直肠癌术后需要化疗吗 宋伟祥  
51 服降压药后血压太低怎么办 钱岳晟  
52 漏服药物如何补服 王仁忠

### 我的健康经验

- 53 邻里的好医生 林祎雯

### 家庭医生园地

- 54 肿瘤也会引起性早熟 时毓民  
55 穴位按摩助眠操 张振贤

### 防病治病

- 56 凯蒂的“肿瘤” 杨秉辉  
58 尿路感染缘何屡屡“再版” 李定国

- 59 偏头痛“偏”在哪  
60 “先天性小耳畸形”是父母的错吗  
61 “肠系膜淋巴结炎”要治吗  
62 说不清道不明的“嘴巴疼”  
64 走出“帕金森病”误区  
65 得了肾脏病可以怀孕吗  
66 大脑健康检测“指南”  
67 脑卒中康复3原则  
68 基因治疗——未来已来  
70 夏日“美白必修课”  
71 这些药物会“造梦”  
72 更年期“激素治疗”需谨慎  
73 “穴位埋线”可减肥  
74 早期针灸有益带状疱疹康复  
75 长期慢性腹泻腹痛的“祸首”  
76 夏季远离失眠困扰  
77 梅雨季 巧驱“蛇”  
78 辅酶Q<sub>10</sub>——心脑血管的“守护者”

- 江德胜  
张天宇  
黄志恒  
姚辉  
王刚  
陈晓农  
徐昊  
余周伟  
王慧媛  
严淑贤  
于欢  
董莉  
傅勤慧  
周艳丽  
吴闯  
孟胜喜  
杨洲  
李晓锋

### 药膳厨房

- 79 夏季优选食疗菜——竹荪

吴承起

### 读来编往

- 80 读者的话

曹蓓珍

### 编辑部消息

- 63 下期要目



封面专家 潘曙明  
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: 姚佳黛 郑思思  
本期责任编辑: 林祎雯  
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

市场总监: 彭建  
客户经理: 赵静  
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

### 新媒体部

运营经理: 王戴琦 021-54920752  
运营专员: 张永康 021-54922852

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.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、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)。
- 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？



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！

万方数据