

家庭用药

Family Medicines



封面人物 于广军
上海交通大学附属儿童医院院长
上海交通大学中国医院发展研究院
医疗信息研究所所长

ISSN 1009-6620
CN 31-1845/R

2018/9

定价：10元

- 13 别把止血带用成了放血带
- 22 “食物互换法”控制膳食总热量
- 27 肺结节大小与癌变的关系
- 28 天天补钙为何仍骨质疏松
- 29 注意5项生活方式可增寿十余年
- 42 为什么儿童禁用“柴胡注射液”
- 52 缬沙坦会引起贫血吗
- 63 “胚胎师”是什么
- 66 点按穴位益五脏
- 68 这些情况需牙齿矫治

本期策划——

守护生命说急救



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 662186

万方数据

Contents 目次

weibo.com/shjtyy
网址: www.shjtyy.com



家庭用药 2018 年第 09 期 总第 207 期

健康箴言

- 1 让医疗更“智慧” 于广军

八面来风

- 4 热点话题

环球集萃

- 5 治疗脑部疾病有了新方法
5 母亲的生活习惯对子女有重大影响
5 苹果皮提取物可延缓衰老进程

本期策划——守护生命说急救

- 6 自救与求助，“黄金 120” 费爱华
7 脑梗死急救，与百万级神经元死亡的赛跑 程忻
8 生命的救护神器——自动体外除颤器（AED） 洪江
9 抗击“死神”的心肺复苏 徐瑞雪 黄高忠
10 车祸现场如何急救 蔡明
12 骨折急救二三事 郁诗阳
13 别把止血带用成了放血带 马可 夏志洁
14 烧烫伤后怎么办 黄晓琴 施燕
16 溺水，急救正确姿势 苏爱萍
17 毒虫、毒蛇咬伤怎么办 邢捷
18 一氧化碳中毒源于“第三者插足” 李定国

名家专访

- 20 精准管理：高危儿的早期评估与干预
——访上海市儿童医院院长于广军教授 李敏璐

糖尿病俱乐部

- 22 “食物互换法”控制膳食总热量 彭永德

心脑血管之友

- 24 “双心医学”与心脏健康 郭炜
25 天气炎热，保护好您的心 刘溯

抗癌知识

- 26 放疗并不可怕 徐昊平 段隆焱
27 肺结节大小与癌变的关系 寿伟臻

骨关节疾病

- 28 天天补钙为何仍骨质疏松 许波进 王曹锋

专家论坛

- 29 注意 5 项生活方式可增寿十余年 张家庆

- 30 你的压力是否在“报警” 柏涌海

科室风采

- 32 精准仪器助检测，热忱服务助康复
——记上海市东方医院医学影像科 黄慧 李仁峰

心灵驿站

- 34 如何预防精神分裂症复发 李广智
36 一对好夫妻，为何闹离婚 马志国

养生有道

- 37 “坚果之王”——榛子 傅维康
38 温阳补虚食韭菜 徐传宏
39 暑天，小朋友怎么吃才健康 周怡瑶
40 老年人有“进”不“出”怎么办 姚一博

用药良言

- 41 “天门冬”可治经期不适 达美君

药品安全百事通

- 42 为什么儿童禁用“柴胡注射液” 石浩强
43 通告 11 批次不合格药品
44 长春长生疫苗事件全程回顾
46 国家药监局：疫苗监管问答
47 效价指标不合格的百白破疫苗相关解答
48 一支疫苗的诞生

药博士信箱

- 50 尿结石患者如何安排饮水与饮食 姚德鸿
51 服用解热镇痛药要注意些什么 王仁忠
52 缙沙坦会引起贫血吗 药博士

我的健康经验

- 53 我的健康我做主 郑思思

家庭医生园地

- 54 女童原发性痛经的治疗 时毓民

防病治病

- 56 并非“吃药不得用” 杨秉辉
58 天气炎热，老年人当心高钠血症 孙若易 刘建平
59 乙肝疫苗 9 问 9 答 庄焱
60 人乳头瘤病毒与尖锐湿疣 赵苡 王振宜
61 湿疹类型大不同 丁杨峰

- 62 中医药治疗疮疡有“绝活”
- 63 “胚胎师”是什么
- 64 不孕的九大常见因素
- 65 疑云重重的“鼻阻塞”
- 66 点按穴位益五脏
- 68 这些情况需牙齿矫治
- 69 激光助您告别“毛手毛脚”
- 70 十二经络与情绪
- 72 认知障碍需早识别，早治疗
- 73 警惕卒中“盯”上中青年
- 74 “睡眠障碍”可预知痴呆
- 75 老年痴呆能否防治
- 76 辨证巧治泌尿系疾病
- 77 人体的春夏秋冬
- 78 告别马桶上的“挣扎”

- 王益周
- 谢晓东
- 童国庆
- 江德胜
- 沈群
- 刘海霞
- 陈小英
- 范春香
- 付剑亮
- 韩翔
- 尹又
- 黄立宏
- 龚学忠
- 张勤华
- 李晓锋

药膳厨房

- 79 椰香食疗，味美中秋

吴承起

读来编往

- 80 读者的话

沈信武

编辑部消息

- 67 下期要目

信息快递

- 19 《内分泌代谢健康宝典》出版发行
- 23 感染疥虫引起的“灰指甲”
- 77 《健康湖北 2030》“数据版”发布

- 林文
- 李东 袁勇勇
- 聂文闻

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

中国科学院上海药物研究所·上海药物学会主办

家庭用药
Family Medicines



封面专家 于广军
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：郑思思 李敏璐
本期责任编辑：林祎雯
美术编辑：唐蓉 孙端凯
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、021-54920751

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

运营总监：王戴琪 021-54920752
执行编辑：姚佳黛
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.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

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！