

家庭用药

封面人物 沈锡中

上海市肝病研究所常务副所长

复旦大学附属中山医院消化科主任

上海医学会消化专业委员会候任主任委员

ISSN 1009-6620

CN 31-1845/R

2019/ 7

定价：10元

- 14 “便当族”的安全午餐
- 27 牙龈感染与阿尔茨海默病
- 28 帕金森病治疗，早晚有别
- 39 适合夏季泡水服用的中药
- 48 牙疼上火就吃甲硝唑吗
- 50 夏日防蚊有技巧
- 59 孩子总感冒，问题出在哪
- 75 漫话排卵那些事
- 77 眼睛也会“晒伤”

本期策划——

“肠”治久安度盛夏



ISSN 1009-6620

扫描二维码
加官方微信



9 771009 662193

万方数据

Contents 目录

weibo.com/shjtyy
网址: www.shjtyy.com



家庭用药 2019 年第 7 期 总第 217 期

健康箴言

- 1 打断肝癌三部曲的“旋律” 沈锡中

八面来风

- 4 热点话题

环球集萃

- 5 幼儿每日看电子屏幕不能超过 1 小时
5 饮用过多果汁有害
5 伤感音乐可改善抑郁患者心情

本期策划——“肠”治久安度盛夏

- 6 夏季又到腹泻高发时 胥明
7 “水土不服”，您中招了吗 王腾
8 腹泻时怎么吃 凌江红
10 腹泻，当心“暑湿型”感冒 卜建宏
11 拉多拉少，可能都是肠易激综合征惹的祸 施嫣红
12 夏季饮食的那些事儿 曹海霞
14 “便当族”的安全午餐 田芳
15 为啥会“放屁带出屎” 郭颂铭

名家专访

- 16 诊治肝病，需精准更要全面
——访复旦大学附属中山医院消化科主任沈锡中教授 郑思思

心脑血管之友

- 18 为什么植入支架后还会胸闷胸痛 王肖龙
19 冠心病可有微循环障碍 孙亚武

糖尿病俱乐部

- 20 莫让糖尿病“转正” 杨洲

骨关节疾病

- 21 远离职场“白骨精”的烦恼——踮外翻 黎晓华
22 正确应对锁骨骨折 孙业青

抗癌知识

- 23 小心，“痣”不能乱点 陈勇
24 宫颈癌的中医调理 徐莲薇 刘慧聪
25 肺癌，竟会导致记忆力迅速下降 谢心怡 王刚
26 肿瘤能早发现吗 袁媛 沈赞

专家论坛

- 27 牙龈感染与阿尔茨海默病 张家庆

- 28 帕金森病治疗，早晚有别 胡小吾

科室风采

- 30 栉风沐雨，力抗风湿
——记上海中医药大学附属龙华医院风湿科 董爱萍

心灵驿站

- 32 刻骨铭心的恐惧——惊恐发作 陆咏
33 不容忽视的儿童与青少年抑郁问题 李广智
34 老年人炒股，量力而行 马志国
35 认识社交焦虑症 李雅琴

养生有道

- 36 益脑护心的开心果 傅维康
37 赏荷觅药 葛德宏
38 消暑生津话鲜桃 徐传宏

用药良言

- 39 适合夏季泡水服用的中药 孟胜喜
40 西药“洋名”选择 李定国
42 益气生津生脉散 达美君
44 三味药食两用的中药 奚燕
45 古老膏药焕新颜 王怡茹

药品安全百事通

- 46 “吃”出来的药物性肝损伤 阮巧玲 张文宏
48 牙疼上火就吃甲硝唑吗 石浩强
49 “无蔗糖”药品，糖尿病患者能否服用 黄文宇
50 夏日防蚊有技巧 胡叶帅
52 公布一批执法典型案例（二）
53 通告 19 批次药品不合格

药博士信箱

- 54 83 岁老人食管癌选择何种疗法 宋伟祥
54 马凡综合征会遗传吗 毛建强
55 小儿如何正确服用感冒药 王仁忠
56 来月经前为何会浮肿 姚德鸿

我的健康经验

- 57 边看电视边健身 陈绍谟

父母必读

- 58 小儿服中药的常见问题 时毓民
59 孩子总感冒，问题出在哪 徐昊

60 如何安然度过哺乳期
62 小儿厌食为哪般

郑丹萍 王庆
黄志恒

防病治病

64 “不倒翁”炼成记
65 易被忽视的“沉默杀手”
66 超声，给疾病治疗一个新途径
67 胸片提示“肺纹理增粗”要紧吗
68 甲状腺结节，需不需治疗
69 肠息肉都要切除
70 胃不痛了，人却瘦了——为什么
71 关于痴呆，您应该知道的
72 如何正确在夏日坐月子
73 警惕会传染的扁平疣
74 治疗过敏性鼻炎有新招
75 漫话排卵那些事
76 眼疲劳的保健
77 眼睛也会“晒伤”
78 得了阿尔茨海默病怎么办

郑思思
钱莹 陈晓农
黄岩
周剑平
沙盈盈
李心翔
李增烈
靳峥
熊钰
郑淇 谢韶琼
章如新
顾卓伟
刘新泉 江丹
张宇燕
王涛

药膳厨房

79 大暑时节膳食——鸡汤豌豆泥

马莉

读来编往

80 读者的话

邵家全

编辑部消息

63 下期要目



封面专家 沈锡中
封面摄影 猫头鹰照相馆

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: 刘金锋

编辑部

编辑部主任: 林玮雯
本期责任编辑: 林玮雯
文字编辑: 郑思思 董爱萍 李敏璐
美术编辑: 唐蓉
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
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.shcnac.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,但本刊刊登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》——上海市药品监督管理局指定合作媒体



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。

上海市药品监督管理局与《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

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！