



## 健康心语

- 1 健康是种财富 秦伟

## 特别关注

- 4 谁是“死亡之约”的幕后推手 杨昆  
5 走出职业倦怠的困境 肖宇

## 名医谈病

- 6 认识痴呆,从记忆开始 陈炜

## 人与环境

- 8 减少环境激素危害 12 措施 石碧清

## 人体奥秘

- 10 错怪奶奶“活久了” 朱志明

## 优生纵横

- 11 ● 妊娠咨询  
孕期能做磁共振检查吗 / 服甲状腺激素会影响胎儿吗 / 准妈妈骨盆痛咋办  
12 口腔保健,从孕期做起 朱本浩  
12 新妈妈缘何要自杀 新月

## 儿科医生

- 13 孩子发烧,莫急于退热 兰花  
13 换口好牙面面知 止敬  
14 新生儿游泳好处多 杨小燕  
15 谨防食品“色”相危害孩子 李刚

## 女性天地

- 16 “自摸”早诊乳腺癌,不靠谱 吕斌  
17 滴虫扰妻 丈夫有责 华平  
18 更年期,寻找健康的新天平 李琼  
19 骨质疏松好伴更年期女性 刘元山

## 家教阳台

- 20 父母的威信从何来 周礼  
20 给孩子“心理补钙” 黄治琼

## 青春年少

- 21 青春期异性交往好处多 朱玉环  
21 孩子看黄色网,家长应言传身教 姚可

## 两性世界

- 22 锻炼肌肉 寻回“性”趣 闻宏军  
23 性障碍,男性健康的警报 易正文  
26 乳房切除后,“性”还在吗 陈凤尤

## 资讯新知

- 24 尽量避免输血 / 老年痴呆患者需要尊重 / 快步行走防中风(卒中) / 台风前后如何做好防范 / 蜂毒治疗关节炎 / 半夜开灯可能诱发疾病 / 练单脚独立提高骨密度 / 妈妈的温暖让孩子远离疾病



## 关注家庭 关注大健康

### 欢迎订阅

请您到附近邮局(所)订阅 2011 年《健康人生》杂志。或  
通过传真、邮寄、电话、QQ 及 E-mail 的方式订阅。

本刊为双月刊,每期定价 4.00 元,全年订价 24 元。

联系电话:0571-88208364 88208363 邮编:310058 邮发代号:32-76

地址:杭州市余杭塘路 388 号浙江大学医学院 53 号信箱 E-mail:healthy@126.com QQ:243096387

## 用您的健康去享受美好的生活

主 管 浙江大学  
主 办 浙江大学医学院  
协 办 浙江省台州医院

顾 问(以姓氏笔画为序)

丁德云 巴德年 杨 敬 陈昭典 倪健敬 郑 树 段树民  
名誉社长、主编 罗建红

社 长、主编 黄怀德

主任编委

罗建红

编委会(以姓氏笔画为序)

王建安 水泉祥 刘克洲 刘 震 吕抗军

李 鲁 何 超 吴 展 陈海啸 杨秋火

郑树森 林树侯 赵正言 王慧明 赵国秋

施长春 施彩霞 严 静 高 炎 高炜炜

曹浩强 黄荷凤 曾广杰

常务副社长、副主编 施彩霞

编 辑 赵 宇

美术编辑 韩 峻

出 版 浙江大学医学院健康人生杂志社

编 辑 部 浙江大学紫金港校区医学院 53 号信箱

策划总监 谭 天

广告代理 杭州天杰文化传播有限公司

邮 编 310058

电 话 0571-88208364, 88208363

电子信箱 healthy@126.com

总发行处 浙江省报刊发行局

发行范围 公开发行

邮发代号 32-76

订 阅 处 全国各地邮局

国际标准刊号 ISSN1671-0061

国内统一刊号 CN33-1257/R

出版日期 9月15日

定 价 3.80元

广告许可证 3301004000079

印 刷 杭州广育多莉印刷有限公司

### 敬 启

◎欢迎踊跃投稿,来稿力求针对本刊栏目,内容新颖,具有科学性、知识性、趣味性和可读性。请用方格纸手抄或计算机打印(需标明行、页字数),要求文字规范、字迹清楚,落款注明姓名、地址、邮编。

◎本刊诚邀各类摄影、美术作品,欢迎惠赐自认为适合本刊封面及内文采用的得意佳作。

◎稿件一律不退。作者从稿件寄往本刊之日起,4个月未见采用或通知,可自行处理。

◎对于一稿多投者,本刊停发稿酬。来稿文责自负,对于侵犯他人版权或其他权利的文字、摄影、图片稿件,本刊概不承担任何连带责任。

◎错过订约机会的读者,可直接汇款至本刊。

◎本刊所登医疗信息广告,仅供参考。

◎题图照片均为美化版面之需,与内文无关。

### 疾病防治

- 27 视疲劳并非都是累出来的 曹阳文  
28 容易过敏的人如何度秋 尚以平  
29 “家庭式抗癌”迫在眉睫 梁 涅  
32 脑出血,50岁以上好发 吴 志

### 直通健康

- 30 夏秋季节,小心红眼病/甲状腺结节是否要手术/我为何总感困乏/深呼吸锻炼,并非人人适宜/上火能否吃中成药/眼皮浮肿是病吗/泳池会传染性病吗

### 家庭用药

- 33 腹泻,莫滥用抗生素 尚爱华  
34 急救保健盒使用方法 万慎曜  
34 当心药物吃掉你的美丽 吴圣利  
35 多效良药:风油精 博 恩

### 心海罗盘

- 36 大龄女孩恋爱莫困惑 师 蕊  
37 他为何对同性一见钟情 姚 诗  
37 我让男上司“退步” 刘 澜  
38 看别人升职,他很失落 章睿齐

### 婚恋之旅

- 39 悲伤时,说说情话 李丹崖  
39 给婚姻放气 王春玲  
40 她的爱输在一张稿费单 小 莫

### 不老人生

- 41 百岁老人的“绿色养生”经 唐黎标  
42 老来亦可练肌肉 胡鹏南  
42 老伴今天做手术 张 坎

### 吃的学问

- 43 饭后陋习要改改 华 伟  
44 生吃水产品危害大 李 刚

### 自我保健

- 45 按摩,并非人人适合 张洪军  
46 貌似卫生的做法,你有吗 徐美云  
46 养生,在脚底上下功夫 凌 风  
47 常提肛,寿而康 王延群