

# 健康人生 健康浙商

JIAN KANG ZHE SHANG | 为 百 万 浙 商 私 人 订 制

2015年1月

总第172期/月刊

浙江大学医学院 主办

国际标准刊号 ISSN 1671-0061 国内标准刊号 CN33-1042/R

邮发代号 32-76



## 封面人物

教授、博士生导师、主任医师、  
浙江大学医学院附属第二医院院长

### 王建安：

院长之问，  
如何做一名好医生



《浙江省促进健康服务业发展

实施意见》政策解读 << P8

羊年春节吃喝玩乐健康前攻略 << P11

用基因检测，探秘未知的自己 << P35

泌尿系结石及饮食防治 << P51

身体是心灵的镜子 << P62

万方数据



封 | 面 | 人 | 物

p  
**28**

## 院长之问：如何做一名好医生

——访浙大医学院附属浙医二院院长王建安

### 卷首

- 财富，就在心灵的空间中 .....p1  
[ 郭清专栏 ]  
维护健康，从生活的点滴做起 .....p6  
[ 产业论坛 ]  
《浙江省促进健康服务业发展实施意见》政策  
解读 .....p8

### 话题

- [ 专题 ]  
羊年春节吃喝玩乐健康前攻略 .....p11

### 人物

- [ 风云人物 ]  
王建安：院长之问：如何做一名好医生 .....p28  
[ 为商有道 ]  
樊苏芳：在颦笑中逐梦 .....p33  
[ 名医名家 ]  
罗毅：用基因检测，探秘未知的自己 .....p35  
娄国强：打造“心脑血管发达、四肢强壮”的创新  
型医院 .....p38





## 过节，“悠”着喝酒

感情深，一口闷，感情浅，舔一舔；一两二两漱漱口，三两四两不算酒，五两六两扶墙走，七两八两还在吼……国人酒文化历史悠久，劝酒词也是一套一套的。尤其是到了春节，亲朋好友齐聚一堂，饭桌上，酒自然是不能少，而且多少都得喝点。不过，过年喝酒可是门大学问，喝高了容易出事，为了健康和平安，还是酒好莫贪杯！

且不说春节未至，近段时间年终聚会，各医院急诊内科已出现不少因饮酒过度出现呕吐、昏睡不醒等症状的患者，而急诊外科则接诊了不少因为酒后走路不稳摔伤、酒后打架闹事受伤、酒后出车祸等意外事件的患者。因此，如何技巧性喝酒显得尤为重要了——既让自己有面子，又使身体少受伤，让胃快乐不受罪。

P 16

## 健商

- [未病干预] 气候疗法及其适应症 .....p42
- [未病干预] 揭秘：冬季静电危害多！ .....p45
- [未病干预] 防范牙齿的第三大敌：牙隐裂 .....p47
- [现代营养] 汤，让你告别恼人的“电脑肌肤” .....p48
- [现代营养] 泌尿系结石及饮食防治 .....p51
- [现代营养] 牡蛎：大海中的“牛奶” .....p54
- [型男靓女] 我们一起去“北欧健步走” .....p56
- [型男靓女] 运动男士，冬季着装指南 .....p58
- [型男靓女] 不是所有“白皙”都是美 .....p59

## 情商

- [心灵活水] 微信依赖症：热闹又孤独着 .....p60
- [心灵活水] 身体是心灵的镜子 .....p62
- [私密呵护] 乳房胀痛，或因心情太郁闷 .....p65
- [私密呵护] 气大伤“胸”，学会自查自疗 .....p65

## 服务

- [资讯] 业界、数字、新知 .....p66
- [应用] 戒烟新帮手：睡觉时候闻臭味 .....p70
- [前沿] 遗传导致的自闭症，可能有药了 .....p71
- [真相] 每天多用热水泡脚可以改善身体健康等 .....p72

## 文化

- [古今] 中国人为什么丧失了慢的能力 .....p74
- [古今] 做点无用的事儿 .....p76
- [心赏] 琥珀之美（下） .....p78
- [说叨] 从健康角度看要不要买 iPhone 6 .....p80

# LEADER

中国地板行业的领跑者



# 久盛地板

TREESSUN FLOORING

CHINESE FLOORING INDUSTRY LEADER



# 中国地板行业的领跑者

国际视野，放眼寰球，卓越文化，内核驱动。数年发展气势如虹，王者风范大气乃成；坦怀持业，存信赢民，饮水思源，回馈社会。演绎诚信生存之本，傲展商业领军风采。



久盛官网: [www.jiushengboard.com](http://www.jiushengboard.com) 久盛·淘宝商城: <http://jiusheng.tmall.com>

满意在久盛: 400-8875-998