

健康人生 健康浙商

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

2015年8月

总第179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CN33-1257/R

邮发代号32-76

封面人物

何健

留美博士、教授、博士生导师
北京协和洛奇功能医学中心主任
北京洛奇临床检验所总裁

何健：我是功能医学的布道者

那些健康养生的“高大上”误区

<< P10

别蛮干了，

让专家来告诉这个夏天该如何甩肉

<< P16

中医“治未病”思想与中医养生的基本原则

<< P26

以功能医学，助力抗衰老产业

<< P41

全面剖解“杀熟” 碰上了，千万别退缩

<< P48



ISSN 1671-0061

万方数据



封面人物

p

20 | 何健： 我是功能医学的布道者



万方数据

卷首

什么才是有品质的生活p5

[郭清专栏]

关爱你的健康：健康信息的管理p6

话题

[话题]

那些健康养生的“高大上”误区p10

[专题]

别蛮干了，

让专家告诉你这个夏天该如何甩肉p16

人物

[风云人物]

何健：我是功能医学的布道者p20

[名医名家]

中医“治未病”思想与中医养生的基本原则

.....p26



夏天来了，除了去海边嬉戏，不妨尝试一种新玩法——空中滑翔。搭着滑翔伞从高空一滑而下，飘浮之时能尽情俯瞰身下千山万水，的确有种一览众山小的快感。

P 50

健商

- [未病干预] 为何我全身不适却查不到原因？
 解读躯体形式障碍p30
- [未病干预] 无处不在的物理疗法p32
- [未病干预] 易被误诊为感冒的疾病p34
- [现代营养] 舌尖上的药膳（二）p36
- [现代营养] 抑郁症的饮食营养治疗p38
- [现代营养] 素食如何搭配更健康？p40
- [功能医学] 以功能医学，助力抗衰老产业p41
- [功能医学] 第三届功能医学临床实践培训在杭州举办
 p43

情商

- [心灵活水] 真正的成功，就是陪伴家人p46
- [心灵活水] 全面剖解“杀熟” 碰上了，千万别退缩
 p48
- [养生地] 御风而行p50
- [乐享两性] 女性，“饥渴” 何其多？p52
- [型男靓女] 关于染发剂，你不得不知道的事情p54
- [型男靓女] 去海边吹吹风p56
- [绅士玩法] 骑出健康p58
- [私密呵护] 更年期女性谨防“子宫中风”p60

服务

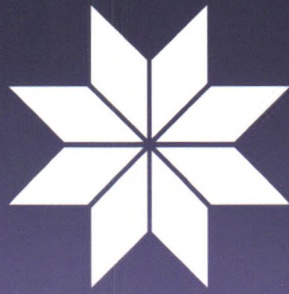
- [资讯] 业界、数字、新知p62
- [前沿] 世界首例生物肢体：实验室里“种”出的大鼠前肢
 p66
- [应用] 你能活多久？握一下就知道p67
- [真相] 三文鱼是否会感染埃博拉等p68

文化

- [古今] 6位成功女性早晨的作息时间表p72
- [说叨] 幼儿园搬进养老院后p74
- [心赏] 笔墨氤氲故纸情怀
 ——方钢军书法艺术浅识p76
- [阅读] 好书推荐p79
- [禅悟] 生命比股价更可贵p80

LEADER

中国地板行业的领跑者



久盛地板

TREESUN 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 久盛·淘宝商城: <http://jiusheng.tmall.com>

满意在久盛: 400-8875-998