

健康人生 健康浙商

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

2017年1月

总第196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

话 题

新年旧题：“酒”话 不得不说的

当旅游
遇上养生

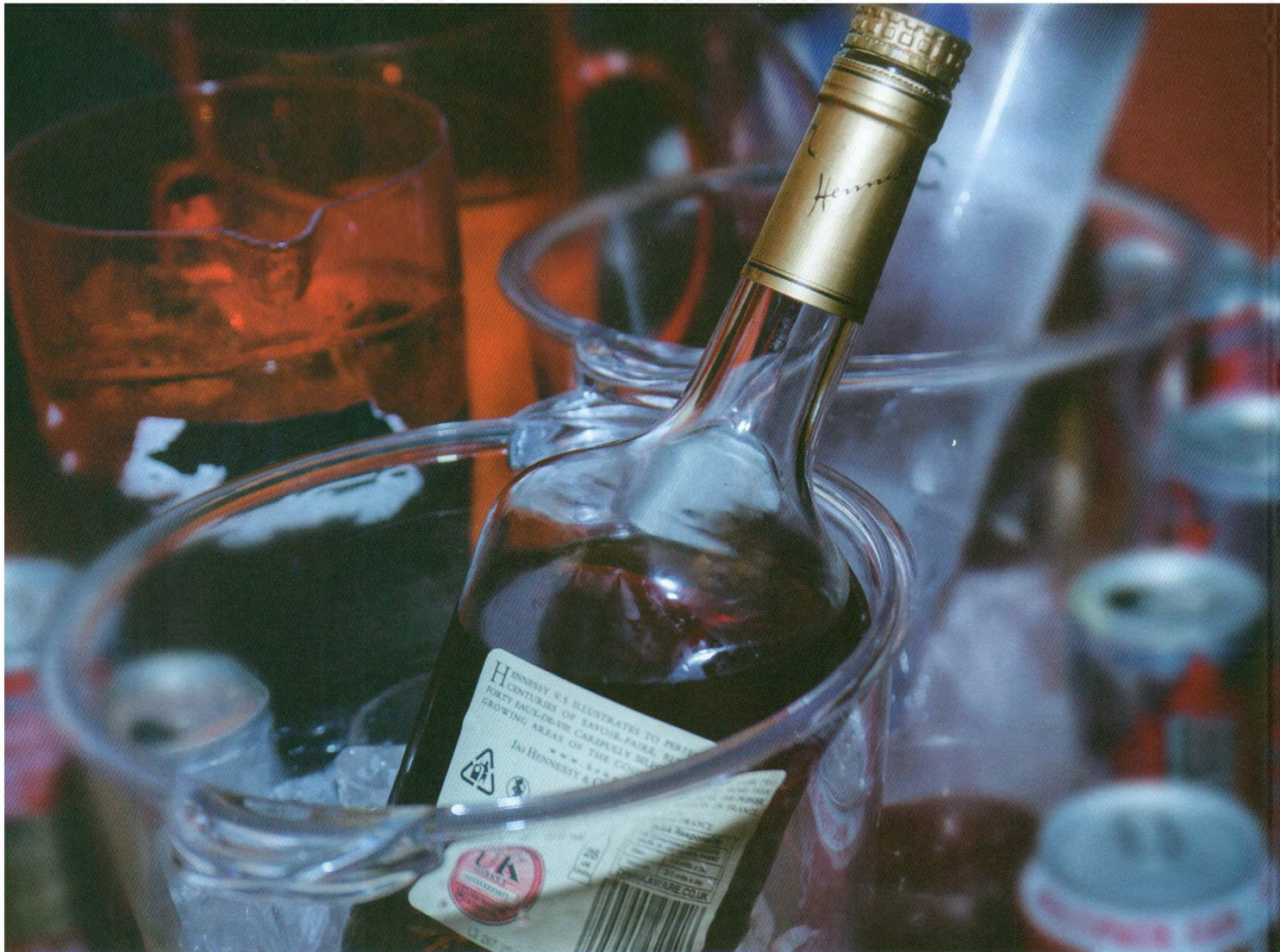
雾霾天如何
保护双眼

新年新吃法
搅拌多彩食谱

从缠足
到高跟鞋



万方数据



话 | 题

p 10 新年旧题： 不得不说的“酒”话

卷首

说说健康p5

[郭清专栏]

科学合理用药，注重用药安全p6

话题

[话题]

新年旧题：不得不说的“酒”话p10

[专题]

当旅游遇上养生p16

人物

[名医名家]

浅谈“全生命周期”健康管理

.....p23



万方数据



当旅游遇上养生

在现代城市中，每个人都面临着残酷的竞争压力，生活、工作节奏不断加快，使得人们的健康状况不容乐观。失眠、抑郁、亚健康状态的人群比例越来越高，而这种状态单纯依靠医学和治疗的手段很难取得明显的改观。生活物质水平的提高，让人们的健康意识有了进一步的提高，对各类养生保健的需求也逐渐加大，带薪休假制度的实行，使得越来越多的人爱上了旅游，总觉得出去一趟，不仅散心了，仿佛全身各机构“零件”也恢复了活力。

p 16

健商

- [未病干预] 化疗会加速肿瘤患者死亡?p27
- [未病干预] 护嗓的日常攻略p31
- [未病干预] 说不清楚的痛，是什么原因?
.....p32
- [未病干预] 雾霾天如何保护双眼p34
- [未病干预] 天冷头痛，注意青光眼的急性发作
.....p35
- [现代营养] 虾头变黑，是不新鲜还是重金属污染了?
.....p36
- [现代营养] 咖啡饮用中的健康问题p39
- [现代营养] 新年新吃法，搅拌多彩食谱p42
- [现代营养] 和健康大大相关的微量元素p44
- [现代营养] 冬季补肾——“巧”吃栗子p46

情商

- [心灵活水] 出轨似乎变得越来越容易了p48
- [心灵活水] 别总叫她们是“中国大妈”p50
- [乐享两性] 追寻激情的性爱p52
- [私密呵护] 呵护乳房，远离乳腺增生p55
- [生活玩法] 静对一炉香p56

服务

- [资讯] 业界、数字、新知p58
- [前沿] 首次发现细菌会直接影响阿尔兹海默式症的进展
.....p63
- [应用] 高端隐形眼镜问世
可测血糖，可测眼压p64

文化

- [古今] 从缠足到高跟鞋p66
- [心赏] 作品赏析p69
- [阅读] 好书推荐p70
- [禅悟] 给孤独、烦闷和压力留一点空间p71

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 久盛·淘宝商城: <http://jiusheng.tmall.com>

满意在久盛: 400-8875-998

万方数据