

# 健康人生

2018年

01

HEALTHY LIFE

让|我|们|生|活|得|更|好

总第208期



脑卒中已经成为危害我国居民生命健康的第一杀手，在我国，每12秒钟就有一人发生卒中，每21秒钟就有一人死于卒中。

## 专题 脑卒中的手术治疗

名医名家

周坚红：敬佑生命，医者荣耀

未病干预

关注女性骨骼健康

心灵活水

你被强迫症“强迫”了吗？

古今

养生活“诗药”



ISSN 1671-0061



万方数据



浙江大学医学院主办 杭州市杭商研究会协办

国际标准刊号 ISSN 1671-0061 国内标准刊号 CN33-1257R 邮发代号 32-76



专 | 题

# p 9 脑卒中的手术治疗

## 卷首

- 新年寄语 .....p5
- [郭清专栏]
- 健康生活方式倡导“三健” .....p6

## 专题

- 颈动脉狭窄怎么办? .....p11
- 脑出血, 来势凶猛的“杀手” .....p14
- 脑动脉瘤, 脑袋里的“定时炸弹” .....p18
- 探索脑中的畸形血管 .....p22
- 缺血性脑卒中的早发现和治疗 .....p26
- 警惕颅内“杀手”——烟雾病 .....p30

## 人物

- [名医名家]
- 陈斌华: 看病重要, 看人更重要 .....p34
- 周坚红: 敬佑生命, 医者荣耀 .....p36



万方数据



## 正确对待食品中的反式脂肪酸

对人体有影响的反式脂肪酸通常会藏身在这些食品中，如西式糕点、烘烤食品、油炸食品等；其它食品还有巧克力、冰淇淋、咖啡伴侣等。

总的来说，含有反式脂肪酸的食品在日常生活中较为多见，要准确地识别它，有一个非常有效的方法，那就是看清食品包装上的“配料表”。

p51

## 健商

- [未病干预] “肝功能异常”是病吗？  
发现肝功能异常又该怎么办？ .....p40
- [未病干预] 关注女性骨骼健康 .....p42
- [未病干预] 心脏病患者运动，7招保心保命 .....p44
- [未病干预] 糖尿病患者冬季保健处方 .....p46
- [现代营养] 到底哪种蛋更腥？土鸡蛋？洋鸡蛋？ ....p48
- [现代营养] 怎么吃腌菜才健康？ .....p49
- [现代营养] 正确对待食品中的反式脂肪酸 .....p51

## 情商

- [心灵活水] 你被强迫症“强迫”了吗？ .....p54
- [私密呵护] 预防宝妈产后乳房下垂有妙招 .....p56
- [生活玩法] 舒缓音乐，助你入眠 .....p58

## 服务

- [资讯] 业界、新知 .....p61
- [前沿] 浙大一院李兰娟院士团队  
获 2017 国家科学技术进步奖特等奖 .....p64
- [医学知识] Ki67 标记的意义 .....p66

## 文化

- [古今] 养生活“诗药” .....p68
- [说叨] 为什么要提倡无偿献血？ .....p70
- [阅读] 难得的藏式寓言与传奇 .....p71



# 做亿万家庭“健康守门人”

wu.gov.cn

就医不难 健康有道



微医用户版APP



微医医生版APP

## 健康平台

聚合产业链  
构建“责任医疗体系”

## 医疗平台

团队医疗和互联网医院模式  
均衡医疗资源配置

## IT平台

医院窗口外移  
就医流程优化