

“健康中国行——2013年度合理用药主题宣传教育活动” 优秀媒体

ISSN 1006-9038

CN 14-1211 / R

健康向导

Health Guide

健康讲坛:

营造健康新观念

拒绝“不良生活方式病”(下)

健康教育进万家:

小心 腰围暴露你的衰老程度

购买豆浆有诀窍

本刊特稿:

浅谈强迫症

本期关注:

增强科学就医意识

构建和谐高效医疗环境

糖尿病健康教育

大话西游说健康之防治糖尿病



ISSN 1006-9038



9 771006 903152

万方数据

定价: 6.50元 邮发代号: 22-244

2015年 **3** 期

Vol. 21 No. 3

中医药知识宣传普及项目

健康向导

JIANKANG XIANGDAO

2015年6月第21卷第3期

主管

山西省卫生和计划生育委员会

主办

山西医药卫生传媒集团有限责任公司

协办单位

山西省防治艾滋病工作委员会办公室
山西省第二人民医院肾透析中心

社长兼总编

董海原

责任编辑

张小曼

编辑出版

健康向导编辑部

出刊日期

双月 20日

通信地址及邮编

山西省太原市广场收投分局
010029 信箱 (030001)

杂志社电话

(0351) 4155095 4155062

电子邮箱

jksdnew@163.com

网址

<http://www.sxyxqk.com>
<http://www.sxyxqk.cn>
<http://www.sxyxqk.com.cn>

广告经营许可证号

1400004000023

中国标准连续出版物号

ISSN 1006-9038
CN 14-1211/R

邮发代号

22-244

订阅

全国各地邮政局

印刷

太原市元宏印业有限公司

发行

山西省邮政报刊发行局

零售价

6.50元

本刊稿件一经采用,即表明作者将该作品的专有出版权和网络传播权授予本刊。以上授权作品的稿酬在作品发表时一次性给付。若有异议,请在来稿时声明。

万方数据



目次

卷首语	1 对生活的勇气	叔本华
健康讲坛	4 营造健康新观念 拒绝“不良生活方式病”(下)	黄立坤
健康教育进万家	8 小心 腰围暴露你的衰老程度	范志红
	10 购买豆浆有诀窍	何丽
本刊特稿	12 浅谈强迫症	张克让 青格勒 李璐莎
本期关注:		
	增强科学就医意识 构建和谐高效医疗环境	本刊编辑部
专家论病	16 科学就医健康教育 核心信息及释义	国家卫生和计划生育委员会
	19 科学就医要从小教育 从制度保障	马恩祥
	21 烦人的头晕 该咋办	王建明
	23 科学认识发热门诊	郝彦琴
	25 苏木杰现象和黎明现象知多少	张绍果
	27 移动互联网时代的科学就医	
饮食保健	48 食品安全又营养 学生健康有保障	荣曼
	50 “五步”保证家庭食品安全	冀俊虎



医疗资讯

42 “医”外功夫——癌症患者的家庭心理护理

欧阳军

44 老年健康核心信息

国家卫生和计划生育委员会

46 药物新剂型 您知晓多少

李艳鸣

日常保健

32 科学补碘 重在生命最初 1 000 天
——预防智力残疾从胎儿开始

本刊综合

34 良好的睡眠 从健康心理开始

程 序

37 早起落枕时快试试自我按摩

豆 豆

47 发热知多少

玲 珑

防病治病

30 上睑下垂手术时机的选择

张魏魏

36 早产儿视网膜病变

董京艳

38 不得不防的大众疾病 骨质疏松

高 峰

40 “痣”与人的身体健康

谭 萍

41 心情提药效

梁 曦

健康理念

31 世界献血日 献血知识须知道

本刊综合

59 北欧人给你的五点慢生活启示

刘 明

祖国医药

52 大暑天气正当时期 三伏天防病养生四原则

周 薇

控烟健康教育

43 2015 年世界无烟日
制止烟草制品非法贸易

世界卫生组织

54 笑着向烟草告别（八）

吴宜群

运动健身

33 常练下蹲 防病健身

郭旭光

心理健康

56 认识儿童自闭症 及早治疗有助改善

吕传彬

糖尿病健康教育

60 大话西游说健康之防治糖尿病 山西省健康教育中心 太原市疾病预防控制中心

健康百问

64 服用利尿剂降压药为什么会造成低钾呢

吕 斌

互动平台

64 《健康向导》诚征大众健康类稿件

本刊编辑部

万方数据



山西省第二人民医院

肾透析中心



山西省第二人民医院，山西省职业病医院系三级甲等专科医院，其肾移植透析中心自成立以来完成肾移植手术1 200余例，并成功实施肝移植手术2例。每年血液净化等治疗达24 400余人次。目前每年肾移植可达130例以上，1年肾存活率达到96%，5年肾存活率80%，10年肾存活率60%。中心除了主项肾移植、血液净化外，同时开展泌尿外科常规手术、膀胱镜、血管通路建立、腹膜透析管植入、肾穿刺活检等诊疗技术工作。

中心多次被授予山西省卫生厅“先进集体”称号，被中华全国妇女联合会授予“巾帼文明示范岗”称号，中心的技术能力与成就被列入“全国二十强”之列。

中心以观念领先、技术精湛、服务第一、患者至上的职业行为为患者提供服务！

联系电话：肾移植中心：0351-7242464
血液净化中心：0351-7325713

中国标准连续出版物号：ISSN 1006-9038 邮发代号：22-244 定价：6.50元
CN 14-1211/R