

“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



QK1812023

Health Gui

健康讲坛:

心理要健康

一生喜气扬 (十五)

健康教育进万家:

帮助控制餐后血糖的方法

门诊不完全就诊指南

本刊特稿:

她果真是血液病吗

当你老了 走不动了

五彩粪便知多少

本期关注:

关注听力健康 聆听美妙音符



ISSN 1006-9038



9 771006 903183

万方数据

定价: 6.50元 邮发代号: 22-244

2018年 1 期

Vol. 24 No. 1

中医药知识宣传普及项目

健康向导

JIANKANG XIANGDAO

2018年2月第24卷第1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

社长兼总编

董海原

责任编辑

寇林元

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

jkxdnew@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 拥有健康才能快乐生活 佚名

健康讲坛

4 心理要健康 一生喜气扬(十五) 黄立坤

健康教育进万家

9 帮助控制餐后血糖的方法 范志红

10 门诊不完全就诊指南 陈阳

本刊特稿

12 她果真是血液病吗 郭述真

14 当你老了 走不动了 韩树峰

16 五彩粪便知多少 郭云童

本期关注:

关注听力健康 聆听美妙音符

本刊编辑部

专家论病

18 慢性中耳炎认识的几个误区 田军

20 不同类型中耳炎的诊断和处理 李庆忠

22 老年性耳聋的特点是什么 龚树生

24 认识耳鸣 缓解耳鸣 孙爱华

25 告突发性耳聋患者书 李希平

26 耳鸣与心理 康厚墉

28 儿童分泌性中耳炎家长关心的几个问题 陈建勇

29 认识小儿分泌性中耳炎 罗凌惠

30 耳鸣 耳聋和眩晕三者的关系和鉴别分析 韩朝

32 人工耳蜗术后常见问题和注意事项 丁秀勇

34 耳机病 本刊编辑部



日常保健

- 36 孕期请多关注甲状腺健康
- 40 冬季如何防治慢性阻塞性肺疾病急性加重
- 46 浅谈激素在支气管哮喘治疗中的应用
- 51 日常护耳要这样做

防病治病

- 8 前列腺炎的危害有哪些
- 11 五种小毛病不能忽视
- 38 认识并防治脑卒中
- 43 慢性肾脏病的合理饮食
- 47 哪些耳病会引起耳痛
- 52 科学防癌四步走

健康理念

- 44 老人养生注意四个“四”
- 45 失眠是病 对身体危害很大
- 48 女性睡眠与健康
- 49 高血压保持情绪稳定的六大点

控烟健康教育

- 53 戒烟成功重在方法选择

祖国医药

- 50 针灸治疗失眠经验

健康素养科普专栏

- 56 中国公民健康素养（66条）
解读（五）

医学美容

- 55 错误护肤方法 让你加速衰老

运动健身

- 54 冬季健身科学指南

健康教育连环画

- 60 西游健康新传之防治食源性疾病（一）
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 “肩周炎”和“肩袖损伤”
两者有什么不同

互动平台

- 64 《健康向导》诚征大众健康类稿件

- 刘海燕
- 白学礼
- 成孟瑜
- 崔艳芝
- 张军锋
- 赵静
- 玲珑
- 杨科敏
- 行延霞
- 魏国峰
- 刘树平
- 荣曼
- 苏梅
- 王丽娜
- 郭芳
- 王鑫
- 冀俊虎

- 王炳彦 董海原 程晓光
- 张小曼
- 凌建春

- 吕斌
- 本刊编辑部





山西和济肾脏病医院

山西和济肾脏病医院于2015年11月扩建并迁址于学府街128号兰亭银座，2016年3月12日正式开业。经原山西省卫生厅《晋卫办医政〔2013〕70号》文件核准为二级专科医院，经山西省卫生和计划生育委员会《晋卫办医发〔2015〕37号》文件批准为山西省第二人民医院医疗联合体单位，并先后成为山西医科大学第二医院、山西医科大学第一医院、山西省人民医院的医疗联合体单位。是省市医保、省市区新农合定点医院。

我院是全省民营医院中唯一一所集医疗、预防、教学、健康教育、康复指导于一体的肾病专科医院，主要从事各种常见肾病、疑难肾病的中西医结合诊断和治疗，以血液净化、肾移植术后用药及药物浓度监测为服务特色。2017年下半年我院还与两家医联体单位进行了科室间的合作：一是与山西医科大学第二医院以王东为首的骨科团队合作开展了骨科诊疗项目，二是与山西省人民医院以高润芳为首的乳腺科团队开展了乳腺科诊疗项目。

我院总投资两亿三千万元人民币，占地面积为10 000 m²，拥有目前为止华北单体最大的血液透析中心（108个透析单元，占地2 400 m²），编制病床位100张，全新配置的德国贝朗血液透析机96台、在线血液滤过机12台、心电监护仪13台、瑞士罗氏诊断全自动免疫分析仪和瑞士罗氏诊断全自动生化分析仪、全自动五分类血球分析仪、尿有形成分分析仪、最新全功能彩色多普勒超声GEC100彩色多普勒超声仪2台、日本光电18导联心电图机、日本岛津500毫安DR-X光机、全自动血流变分析仪、全自动血凝分析仪等先进专科医疗设备，能开展他克莫司、环孢素、西罗莫司、吗替麦考酚酯、雷帕霉素等各类免疫抑制剂的血药浓度测定，并且保证了检验结果的准确性和及时性（2小时内）。除此以外，医院还开展细针肾穿刺、移植术前配型预约、透析加血液灌流、血浆置换、高通量血液透析、先进的日本产旭化成多功能血液滤过机，可完成多种血液疾病的治疗如高脂血症、腹膜透析技术、全自动结肠透析技术等，能满足各类肾病患者的检查和治疗需求。



地址：山西省太原市学府街128号兰亭银座3-12层
电话：15386815674

中国标准连续出版物号：ISSN 1006-9038
CN 14-1211/R

邮发代号：22-244 定价：6.50元