

“健康中国行——2013年度合理用药主题宣传教育活动” 优秀媒体



Q K 1 8 3 8 8 3 5

ISSN 1006-9038

CN 14-1211 / R

# 健康向导

Health Guide



健康讲坛:

心理要健康

一生喜气扬 (十八)

健康教育进万家:

警惕古老的传染病——疟疾

详辨视物模糊 拯救视力

浅谈口呼吸的危害与治疗

本期关注:

小小胰腺作用大

打赢胰腺“保卫战”



ISSN 1006-9038



9 771006 903183

万方数据

定价: 6.50 元 邮发代号: 22-244

2018年 4 期

Vol. 24 No. 4

中医药知识宣传普及项目

# 健康向导

JIANKANG XIANGDAO

2018年8月第24卷第4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

冀俊虎

## 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 养生先修心 佚名

### 健康讲坛

4 心理要健康 一生喜气扬(十八) 黄立坤

### 健康教育进万家

9 警惕古老的传染病——疟疾 张丽春

12 详辨视物模糊 拯救视力 郑东萍

14 浅谈口呼吸的危害与治疗 杨彤彤

### 本期关注:

小小胰腺作用大 打赢胰腺“保卫战” 本刊编辑部

### 专家论病

17 突发胃病 当心胰腺疾病的“烟雾弹” 陈汝福

21 预防急性胰腺炎——从认识胰腺开始 李卫斌

24 带你认识胰腺疾病 金慧涵

26 胰腺癌早期症状及术后饮食建议 武春涛

28 胰腺癌的麻醉镇痛分析 赵艳丽

30 意外查出胰腺肿瘤该怎么办 李昂

31 胰腺 一个让人“敬畏”的器官 本刊综合

32 胰腺炎患者各种留置管道管理 李百强

34 胰腺囊肿知多少 王新元

36 培养良好生活习惯 摆脱胰腺疾病 何志军



**防病治病**

- 38 尿酸引起痛风的罪魁祸首
- 40 儿童咳嗽就要用止咳药吗
- 42 打鼾一个被忽视的健康杀手

**特别报道**

- 44 手足口病诊疗指南

**医学美容**

- 48 面部衰老的原因 表现形式及对策

**健康理念**

- 49 熬夜之痛
- 59 用心“爱”牙

**日常保健**

- 50 夏天来了 怎么选配太阳镜

**祖国医药**

- 52 这个孩子为何久咳不愈

**饮食保健**

- 33 你知道吗 有些东西能抗癌
- 50 食疗《三字经》
- 54 科学认识复原乳

**健康素养科普专栏**

- 56 中国公民健康素养知识读本(八) 王炳彦 董海原 程晓光

**健康教育连环画**

- 60 西游健康新传之防治食源性疾病(四)

山西省健康教育中心 太原市疾病预防控制中心

**运动健身**

- 37 上班族办公室健身操

**健康百问**

- 64 妊娠时患急性胰腺炎怎么办

**互动平台**

- 64 《健康向导》诚征大众健康类稿件

李 慧

王炳彦

郝艳艳

本刊综合

马卫兵

刘树平

杜晓红

贾 丁

罗大伦

魏国峰

玲 珑

熊 妍

荣 曼

童智慧

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 m<sup>2</sup>，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 m<sup>2</sup>），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行、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