

# 健康之家 CARE THE HEALTH

关爱全家的实用健康读本 2015年08期

打倒运动的反对派!

宠物不健康，主人也遭殃

吃胎盘，真的补吗?

女性也有伟哥了?

御夫，还得靠心术

七夕“意味”浓

## 母乳喂养，也“挺”美

## “肠”健康，长健康



定价¥12 优惠价: ¥10 港币HK\$25  
国内统一刊号 CN36-1272R 邮发代号 80-111

# Contents

## 12

### 前沿 Upfront

- 10 微科技
- 11 药闻
- 12 打倒运动的反对派!
- 16 胎儿细胞, 治愈帕金森?
- 18 另辟蹊径的止痛法
- 21 吃胎盘, 真的补吗?
- 22 宝宝发烧, 是不是病?
- 24 宠物不健康, 主人也遭殃
- 26 有点儿压力是好事
- 28 女性也有伟哥了?
- 30 新发现
- 31 新进步
- 32 你知道吗?

### 每期必有

#### 卷首 Editorial

- 06 肠道, 不仅是消化道
- 08 健康月历 This Month
- 90 推荐 Recommendation
- 92 健康答人 Readers to Readers

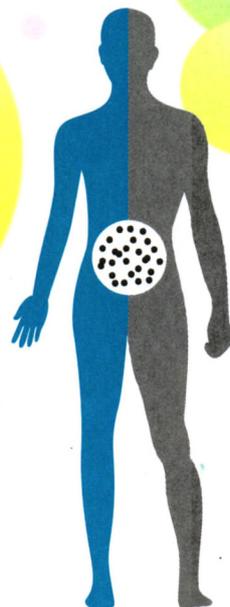
### 特别关注 Special Topic

#### 33 “肠”健康, 长健康

肠道有多长? 小肠、结肠、大肠都是干什么的? 肠道中有多少细菌? 腹泻都有哪些原因? 这些答案你都知道吗? 仅仅知道这些, 你对肠道的认识还只是及格。深入了解你会发现, 原来肠道还是我们最大的免疫器官, 影响着全身多个重要器官的健康, 肠道健康了, 整个身体才能长久保持健康。那么要如何才能够让自己的肠道保持健康呢?

封面绘图: 范薇

August 2



## 心理 Psychology

平衡 Balance

- 44 御夫，还得靠心术
- 48 问问心理医生 Ask Psychologist

## 乐活 Health Matters

当季·园艺 Gardening

- 60 果蔬搭架节节高
- 当季·食材 Healthg Food

- 62 豆角满架
- 美食 Healthy Eating&Diet

- 64 七夕“意味”浓
- 美丽 Beauty

- 68 指尖上的健康色彩

家居 House & Home

- 72 人人都有衣帽间

爱宠 Pet Health

- 76 狗狗玩具，你买对了吗？

测一测 Test

- 78 受伤了，你该怎么办？

- 80 健康问答 Health Q&A

当季·绘本 Health Illustration

- 89 你“肿么办”？



### 广告目录

益生康健 原质益生

艾康生物 中国儿童少年基金会

湖北广恩堂药业有限公司

## 专栏 Columns

- 84 云无心：一岁了，还要不要喝配方奶？
- 85 范志红：“坐月子”到底需要补什么？
- 86 薄三郎：驱蚊，哪招最好使？
- 87 吴舟桥：孕早期，促甲状腺激素偏低正常吗？
- 88 曾奇峰：审视生命



当季·话题 Health Theme

### 51 母乳喂养，也“挺”美

每到母乳喂养日，各种媒体都在宣传母乳喂养的好处。但作为新妈妈，仍会担心一些实际问题：母乳喂养将会对乳房产生什么影响？会不会让孕前傲人的一对美乳变得丑陋、干瘪、下垂、不对称？即使抛开这些因素，母乳喂养造成的疼痛会不会让刚刚分娩的新妈妈更加痛苦？而且听说母乳喂养还会让乳房感染，让妈妈疼痛和发烧，甚至需要手术……想让妈妈们在母乳喂养的道路上后顾之忧，除了宣传哺乳的好处之外，还应该特别关爱她们的乳房，让她们了解更多乳房护理的知识，建立母乳喂养的信心。

— 糖尿病关怀热线 —  
**400-666-1231**



# 科技见证品质



## 艾科®·乐易捷 血糖测试系统



- 0.4微升血样
- 3秒即可知结果
- 成人及儿童均可使用



艾科血糖仪微信



艾科血糖仪微博



艾康生物技术(杭州)有限公司  
ACON BIOTECH (HANGZHOU) CO., LTD.

请在医生指导下使用 注意事项详见产品使用说明书  
浙医械广审(文)第2015010008号  
注册证号: 浙食药监械(准)字2013第2400698号