

国际标准连续出版物号: ISSN1008-7338
国内统一连续出版物号: CN32-1540/R

江苏省疾病预防控制中心 主办

江苏

卫生保健

封面人物 顾宁

南京市中医院心血管科主任医师、教授

心脏支架术后尽早中医药干预

帮你了解阿卡波糖

慢性胃病，药食同源是关键

服用六味地黄丸有讲究

胃溃疡久治不愈，小心胃癌“报到”

维持治疗，让卵巢癌复发慢点再慢点

邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

ISSN 1008-7338



万方数据



2019

10

目次



江苏卫生保健

JIANGSUWEISHENGBAOJIAN

2019年10月(总261期)

主管

江苏省爱国卫生运动委员会

主办

江苏省疾病预防控制中心

协办

江苏省预防医学会

本刊声明

1.凡来稿一律不退,敬请作者自留底稿;稿件不得一稿两投,从稿件投到本刊之日起三个月后不采用,方可另行处理。

2.本刊作者应保证作品著作权之完整性,不得抄袭他人稿件,文责自负;对于侵犯他人版权及其他的文字、图片稿件,《江苏卫生保健》编辑部概不承担任何连带责任。

3.《江苏卫生保健》编辑部对所有稿件作技术性删改,但本刊刊载文章并不必然代表编辑部的观点,文责由作者自负。

4.稿件自本刊确定发表之日起,其复制权、发行权、信息网络传播权和汇编权等权利即独家授予本刊,同时许可本刊转授第三方行使上述权利。

5.来稿一经刊载,即按规定向作者一次性支付稿酬。该稿酬作为本刊行使上述权利之许可费,已包括该文今后收录在本刊合订、增刊、精华本、入编数据库、本刊网络终端及合作平台的稿酬。如刊登三个月后未收到稿酬,请与本刊联系。

6.本刊选用或转载的文章、图片,都将按照规定支付稿酬,如刊登三个月后未收到稿酬,请尽快与本刊编辑部联系。

7.本刊内文所配插图,纯属美化,与文章内容无直接关系。

8.凡向本刊投稿者,即表示同意上述条款。

健康随笔

1 老来有事助长寿

专家谈病

专家访谈

4 心脏支架术后尽早中医药干预

6 维持治疗,让卵巢癌复发慢点再慢点

诊疗室

8 甲减病人的治疗与保健

10 治慢性胃病,药食同源是关键

11 老人长时间便秘,当心肠梗阻

12 小儿脓胸,小感冒带来的大麻烦

13 从心理角度看慢性咽炎

慢病专题

心血管之友

14 心脏支架的几个问题

15 血压降到正常反而不舒服?

糖尿病园地

16 应对低血糖的10个实用方法

17 帮你了解阿卡波糖

防癌治癌

18 癌症之王难治,预防更重要

19 八类女性更要防乳腺癌

20 胃溃疡久治不愈,小心胃癌“报到”

21 肠息肉切除后,复查不可少

疾病防治

预防有道

22 HPV疫苗预防效果再出新证

23 睫毛有“眼屎”,竟是虱子作祟

治疗有方

24 鼻出血应对有方

25 自血穴位注射治多种顽疾

26 带状疱疹不及时治,当心遗留神经痛

Contents

就医指南

- 27 经常眼前一黑原因多
 - 28 晚上狂想吃,可能是夜食症
 - 29 面色铁青,遗传性血色病?
- ## 合理用药
- 30 服用六味地黄丸有讲究
 - 31 说说安眠药的那些事

和谐家庭

婚育之友

- 32 母乳喂养16问
- 34 孕妈管理,从孕早期开始

家有儿女

- 35 开车带儿童,安全不容忽视
- 36 没有原则的父母,教不出有规矩的孩子
- 38 孩子牙外伤咋办?

心理健康

- 39 你对手机依赖达到了几级?

生活保健

自我保健

- 40 健康体检的“三大纪律八项注意”
- 41 益生菌不是万能药
- 42 缓解眼疲劳,还靠眼药水?
- 43 避免足跟痛,从生活点滴做起

运动休闲

- 44 户外郊游,小心秋蜂蜇伤

营养美食

- 45 秋来南瓜制美食
- 46 荷莲一身宝,秋藕最补人
- 46 肺丝金针菇汤,润肺化痰
- 47 芹菜银耳拌腰果,降压养颜
- 47 扁豆籽炖猪蹄,祛湿补虚

饮食与健康

- 48 入秋五蔬菜,个个有绝活
- 49 吃水果10个常见误区

健康博览

涨知识

- 50 压力荷尔蒙——皮质醇
- 51 牙结石的前世今生

板报资料

- 52 秋冬季,带着爸妈去打疫苗等7则

健康广角

- 54 食物成瘾不是假说
- 55 手机辐射到底有没有害
- 56 焦点问题,新的《药品管理法》有回应

编辑出版:《江苏卫生保健》编辑部

主 编:汪 华

副 主 编:吴红辉 陈晓进 姜 仑
徐 燕 潘 毅

编辑部主任:潘 毅

执行编辑:李 靖

美术广告:徐建平

责任校对:戎 毅

编辑部地址:南京市江苏路172号

邮 编:210009

主任室电话:(025)83759435

编辑室电话:(025)83759439

电子邮箱:jnribaojian@jscdc.cn

照排印刷:江苏省地质测绘院

发 行:南京市报刊发行局

国内订阅:全国各地邮局

邮发代号:28-262

广告发布登记编号:32000000202

国际标准连续出版物号:ISSN1008-7338

国内统一连续出版物号:CN32-1540/R

出版日期:2019年10月15日

定 价:每期8.00元