

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

江苏办

卫生保健

封面人物 刘军

南京医科大学第二附属医院骨科主任医师、副教授、硕导

人老骨疏松，当心脊椎一碰就折

反复“逛医”，或有心身障碍

假期，别让孩子成为“沙发土豆”

“情绪性不孕”很常见

尿糖阳性，并非您想的那么简单

前列腺增生的朋友看过来

邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

ISSN 1008-7338



9 771008 733191



万方数据



2019 7

目次



江苏卫生保健

JIANGSU WEISHENG BAOJIAN

2019年7月(总258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。

万方数据

健康随笔

- 1 迈动双腿,走向健康

专家谈病

专家访谈

- 4 人老骨疏松,当心脊椎一碰就折
- 6 前列腺增生的朋友看过来

诊疗室

- 8 癫痫病:老年人不可轻视的慢性疾病
- 9 眼睛突然失明,不妨查查颈动脉
- 10 反复“逛医”,或有心身障碍
- 11 常拉肚,警惕炎症性肠病

答疑解惑

- 12 眼病防治四误区
- 13 胆囊切除术后常腹泻咋办

慢病专题

心血管之友

- 14 血压正常者也会脑出血
- 15 腔梗会导致痴呆吗
- 16 动脉粥样硬化的认知误区

糖尿病园地

- 17 警惕糖尿病神经病变的信号
- 18 尿糖阳性,并非您想的那么简单
- 19 二甲双胍会伤肝肾吗

防癌治癌

- 20 抗癌新模式:中西医结合双拳出击
- 21 哪些位置容易长“坏痣”

疾病防治

预防有道

- 22 碘缺乏病消除了,加碘盐还有必要吃吗
- 23 患了结膜炎,该注意什么
- 24 别把牙缝变大当儿戏

Contents

就医指南

- 25 腿上长“蛇皮纹”怎么办
- 26 长在胃肠道的荨麻疹
- 27 老人常呛到,可能也是病
- 27 装了起搏器能否做核磁共振

治疗有方

- 28 儿童哮喘治疗强调控制而非治愈
- 29 心脏手术,生物瓣 or 机械瓣

合理用药

- 30 漫话骨质疏松的治疗药物
- 32 服用丙肝药,您该知道这些事
- 33 FDA警告:滥用安眠药可致残致死

和谐家庭

婚育之友

- 34 “情绪性不孕”很常见
- 35 抓住胎儿七大黄金发育点
- 36 让宝宝顺利度过恼人的厌奶期

家有儿女

- 37 训练良好睡眠习惯,培养天使宝宝
- 38 假期,别让孩子成为“沙发土豆”
- 39 要不要给孩子查微量元素

心理健康

- 40 学会自我关怀,别再苛责自己
- 41 学会调节情绪,莫气“中毒”了

品质生活

养生有道

- 42 这些养生谣言,别再信了
- 43 三伏天,巧养生

运动休闲

- 44 老人出游莫跟风
- 45 运动健身后的禁忌

营养美食

- 46 蜜汁苦瓜,败火佳品
- 46 菠萝炒鸡腿菇,开胃减脂
- 47 肉末烧茄条,营养不油腻
- 47 爆炒鳝片,滋补肝肾

饮食与健康

- 48 我行我“素”易营养不良
- 49 苹果的四个营养保健真相
- 50 教你挑选好酸奶

健康博览

健康故事

- 51 假牙入肺竟不知,硬质气管镜显神威

板报资料

- 52 山泉水不能喝等7则

健康广角

- 54 美国癌症研究院发布最新版“常见的癌症谣言”
- 56 啤酒肚 VS 大象腿,哪种肥胖更危险

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7月15日

定 价:每期8.00元