

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

2020.02

封面人物 朱 峰

南京医科大学附属逸夫医院普外科主任医师、副教授、硕导

## 细说过敏性紫癜

警惕消化性溃疡“趁冷打劫”

搭桥成功，冠心病算治好了吗

反肩置换术，解除肩膀痛

皮肤病新解，从“肠”计议

治疗胆总管结石，保护Oddi括约肌很重要



邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

ISSN 1008-7338



万方数据

2020年2月(总265期) 月刊

## 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

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

责任编辑：李靖

美术广告：徐建平

责任校对：吴洵

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：jinribaojian@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：2020年2月15日

定价：每期8.00元

## 健康随笔

1 没有时间烦恼

## 专家访谈

4 治疗胆总管结石，保护Oddi括约肌很重要

## 专家谈病

6 细说过敏性紫癜

8 警惕消化性溃疡“趁冷打劫”

9 这些儿童常见病，早期都有发烧

10 骨折，着重4种康复

## 答疑解惑

11 感冒也能夺命？其实是暴发性心肌炎

12 “类风湿”与“风湿”性关节炎有何不同

13 乙肝抗病毒治疗如何避开ALT的那些误区

## 心血管之友

14 搭桥成功，冠心病算治好了吗

15 降压药吃了就不能停吗

16 老年人保持血压稳定非常重要

## 糖尿病园地

17 帮你了解列格净类降糖新药

18 糖友急腹痛，警惕酮症酸中毒

19 糖友补钙有讲究

## 防癌治癌

20 汤钊猷院士：最便宜的抗癌处方

21 注意癌症的预警信号

## 诊疗室

22 皮肤病新解，从“肠”计议

23 反肩置换术，解除肩膀痛

24 白内障过熟，当心招来青光眼

25 慢性咳嗽，没那么简单

## 就医指南

26 春困秋乏夏打盹 不妨查查甲状腺

27 心脏不适，动态心电图来帮忙



# Contents

## 合理用药

- 28 阿司匹林的副作用大,是否可用氯吡格雷替代
- 29 辩证看待有效期,保证药效是第一

## 婚育之友

- 30 吸烟影响生育能力,害人没商量
- 30 孕晚期为啥要朝左睡

## 家有儿女

- 31 喂养3岁以下孩子不要太“甜蜜”
- 32 给宝宝添加鱼类辅食的几个问题
- 33 宝宝湿巾该怎么选

## 心理健康

- 34 孩子长大了,咋就逆反了
- 35 过早竞争会削弱孩子创造力
- 36 吵架后要学会给对方找台阶下
- 37 流行语背后的心理学

## 运动与休闲

- 38 运动是预防老人摔跤的良方

## 职场健康

- 39 布鲁氏菌病,与职业相关的传染病

## 传统养生

- 40 老年养生当戒“松”
- 41 肺强体健要善养

## 生活保健

- 42 为何得什么病医生都让戒烟戒酒戒辛辣
- 43 选用床垫讲究多 适合自己睡眠香

## 营养百科

- 44 春暖进补,多吃香菇
- 45 用豆替代肉,降脂又延寿
- 46 烤红薯健康不健康
- 47 鸡蛋、鸭蛋、鹌鹑蛋,营养差别没你想的大

## 美滋美味

- 48 香菇焖土鸡 增强免疫力
- 48 菠菜猪肝炒饭 营养又补血
- 49 芹菜土豆丝 排毒降压好帮手
- 49 苹果牛肉粒 果香四溢、强筋健骨

## 涨知识

- 50 黄斑的自述
- 51 游戏障碍,新增的精神类疾病

## 健康广角

- 52 睡眠模式多,得失各有千秋
- 53 说说艾滋自检的那些小麻烦

## 板报资料

- 54 0~6岁是预防近视的关键期等7则

## 健康资讯

- 56 最新版“全球糖尿病地图”里的中国景象
- 56 心衰新药:沙库巴曲缬沙坦钠片进医保

## 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。