

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

2020.04

封面人物 鲍倡俊

江苏省疾病预防控制中心主任医师、教授

葡萄膜炎防治那些事

卵巢囊肿很常见，大多无需治疗

甲状腺癌，半切还是全切？

揭开肠促胰素类新型降糖药的面纱

人体防御病毒的五道防线

精准施策，危难之际显担当

邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

ISSN 1008-7338



万方数据



2020年4月(总267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: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:2020年4月15日

定价:每期8.00元

万方数据

## 健康随笔

1 让“公筷分餐”成为一种文明习俗

## 人物专访

4 精准施策,危难之际显担当

## 今日话题

6 后疫情期,我们如何应对

8 盘点疫情防控中的消毒误区

10 复工后,午餐怎么营养又安全

11 正视疫情中的过度应激

## 专家谈病

12 卵巢囊肿很常见,大多无需治疗

13 肛门坠胀久治不愈,新思考

14 葡萄膜炎防治那些事

15 惊恐发作,教您如何自我压惊

## 答疑解惑

16 与慢性肾脏病患者谈谈怀孕的问题

17 甲状腺癌,半切还是全切?

## 糖尿病园地

18 揭开肠促胰素类新型降糖药的面纱

## 心血管之友

20 冠心病支架会脱落、断裂、有异物感?

21 中风康复急不得,耐心坚持有则守

22 心绞痛的迅速识别和应急处理

## 畅快呼吸

23 漫话流感与普通感冒的区别

24 慢阻肺长期氧疗,阻止严重并发症



# Contents

## 防癌治癌

- 26 揭开癌症的神秘面纱——癌症认知的三次革命
- 27 鼻咽癌为何首选放射治疗
- 28 漫谈肿瘤标志物
- 29 身体有癌,脖子先知?
- 29 乳腺癌的六大诱因

## 预防有道

- 30 春夏时节防治手足口病很重要
- 31 重视小儿肺炎防治

## 诊疗室

- 32 鼻子滴清水,竟然是脑子漏水了
- 33 咽喉长期不适,慢性咽炎还是食管癌?
- 34 肾结石大小不同,治疗方式各异

## 就医指南

- 35 泌尿男科疾病遇上“新冠”就诊指南
- 36 别怕!体检查出这几种病基本不用治

## 合理用药

- 38 小儿感冒慎用复方感冒药
- 38 三类人群慎用蒲地蓝
- 39 哺乳期能用降压药吗

## 婚育之友

- 40 久久不孕,或是排卵障碍困扰你
- 41 反复流产该怎么办

## 家有儿女

- 42 孩子吃饭差、头发黄就是缺锌?
- 43 对付孩子不爱吃蔬菜有妙招

## 心理健康

- 44 请不要给疾病以污名
- 45 网上说个没完,见面一句没有

## 运动休闲

- 46 男性居家锻炼六法
- 47 面膜天天敷,用错害肤没商量

## 营养百科

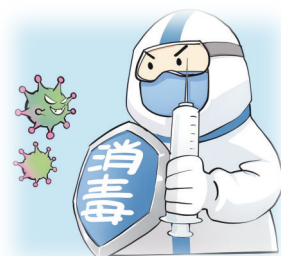
- 48 现代人营养知识三误区
- 49 番茄配菜中的小知识
- 50 这些食物都是战“疫”标兵

## 美滋美味

- 52 蚕豆炒虾仁,考生的健脑美食
- 52 红油杂菌,素食之王大聚会
- 53 蒜蓉白灼西兰花,色美味美又防病
- 53 彩椒玉米炒鸡丁,让胃肠动起来

## 涨知识

- 54 人体防御病毒的五道防线
- 56 量体温,学问还不少



## 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。