

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

2020.07

封面人物 赵霞

南京中医药大学附属医院儿科 主任中医师、教授

体质调理, 小儿哮喘防治的新思路

房颤患者更应警惕卒中

走出青光眼的认知误区

与眼前的“飞蚊”过招

慢性前列腺炎新添运动疗法

冠脉微血管病变,查不出冠脉堵塞的冠心病

邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

ISSN 1008-7338



万方数据



2020年7月(总270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:戎毅

美术广告:徐建平

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

电子信箱: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7月15日

定价:每期8.00元

万方数据

健康随笔

- 1 不跟自己较劲

专家访谈

- 4 体质调理,小儿哮喘防治的新思路

专家谈病

- 6 冠脉微血管病变,查不出冠脉堵塞的冠心病
- 8 艾滋病高危行为后阻断药怎么吃才有效
- 10 亚急性甲状腺炎,对症治疗平稳度病程
- 11 慢性前列腺炎新添运动疗法

答疑解惑

- 12 痛风患者为何要碱化尿液
- 13 有些患者为啥不建议体外冲击波碎石

心血管之友

- 14 房颤患者更应警惕卒中
- 15 卒中发病到治疗,与时间赛跑
- 16 老年人慎防体位性低血压

糖尿病园地

- 17 糖尿病患者越来越瘦怎么办
- 18 糖友胰岛素治疗要防“五化”
- 19 居家测血糖注意4个细节

畅快呼吸

- 20 睡觉打呼可能有病
- 21 吸入气雾剂谨防无效吸入

防癌治癌

- 22 卵巢癌早期易误认为消化道疾病
- 23 这4个部位的息肉要及时切除
- 23 胃癌患者手术后饮食原则



Contents

预防有道

- 24 小儿高热惊厥的急救与预防
- 25 走出青光眼的认知误区

诊疗室

- 26 垂体瘤分五类,表现各异疗法不同
- 27 银屑病并不可怕,诊断治疗有办法
- 28 与眼前的“飞蚊”过招
- 29 骶髂关节紊乱,站着说话也腰疼

就医指南

- 30 你的腰还好吗
- 31 骨肿瘤的检查方法
- 32 说说精液常规检查的7种异常

合理用药

- 33 双黄连口服制剂,风寒感冒者禁用
- 34 骨质疏松用药的几点注意事项
- 35 病毒唑不是抗病毒神药

家有儿女

- 36 宝宝说话早聪明还是说话晚聪明
- 37 孩子到底要不要补DHA
- 38 婴幼儿皮肤水嫩,如何护肤才好
- 39 儿童换牙期小心呵护

传统养生

- 40 贪凉易留病根,“热养生”安全度夏
- 41 茶叶品种不同,养生功效各异

居家生活

- 42 口腔清洁用具,大多数人没选对
- 43 煮绿豆汤4个小窍门
- 43 绿豆汤的多种功效

饮食与健康

- 44 夏季吃苦当推苦瓜
- 45 黑木耳泡发不当可致中毒
- 46 蔬菜生食讲究多多
- 47 外卖尽量少吃为好

美滋美味

- 48 蒜蓉丝瓜,夏日里的养生菜
- 48 蜜汁苦瓜,先苦后甜,药食两用
- 49 糖醋鳊鱼,酸酸甜甜赛人参
- 49 啤酒鸭,酒香里的滋补美味

共识·指南

- 50 我国发布老年高血压管理新指南

板报资料

- 52 呼吸到腰,百病全消等7则

健康广角

- 54 健康“伪常识”大盘点
- 56 酸奶改善认知障碍的依据何在



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