

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

邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

封面人物 徐陆周
江苏省中医院脾胃科
主任中医师、教授

黄梅时节话“真菌”

春天易上火如何应对

均衡素食才是健康饮食

冠心病急救“三剑客”，您选对了吗

肺动脉高压：与生死相连的蓝嘴唇

肠易激综合征，中医治疗的优势病种

ISSN 1008-7338



万方数据

2021.04

2021年4月(总280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

电子邮箱：jinribaojian@jsecdc.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：2021年4月15日

定价：每期8.00元

万方数据

健康随笔

- 1 “没心没肺”寿自长

专家访谈

- 4 肠易激综合征,中医治疗的优势病种

专家谈病

- 6 肺动脉高压:与生死相连的蓝嘴唇
- 7 幽门螺杆菌治疗失败三原因
- 8 不明原因肝功能异常,警惕自身免疫性肝炎
- 9 肾病综合征居家治疗注意事项
- 10 黄梅时节话“真菌”
- 11 乙肝这四种情况不用急着治

答疑解惑

- 12 老年性白内障手术的若干问题

心血管之友

- 14 冠心病急救“三剑客”,您选对了吗
- 15 收缩压正常但舒张压高怎么办

糖尿病园地

- 16 血糖仪那么多,哪款才是你的菜
- 17 高血糖伤神经,先麻后痛

防癌抗癌

- 18 胃癌年轻化,定期胃镜筛查早发现
- 19 乳腺癌,全球诊断人数最多的癌症
- 20 如何用他莫昔芬治疗乳腺癌

预防有道

- 22 预防骨质疏松不是老人“专利”
- 23 警惕!这些动作老人不宜
- 24 肠息肉“超期服役”危害大



Contents

诊疗室

- 25 中风后吞咽困难,辣椒竟能帮上忙?
- 26 崴脚,当心“小插曲”成“大烦恼”
- 27 骨关节炎治疗中的误区

就医指南

- 28 看血脂化验单,这些误区你有吗
- 29 说说超声检查时的空腹和憋尿

合理用药

- 30 奥马珠单抗:治过敏性哮喘的新武器
- 31 有种免疫药是冰冻细菌

婚育之友

- 32 产前超声检查:二维三维四维有何区别
- 33 无痛分娩,安全又有效

家有儿女

- 34 孩子发烧抽搐怎么办
- 35 小宝宝贫血危害大
- 36 儿童弱视早关注,莫错失矫正时机

心理健康

- 37 适度延迟满足,有益宝宝心理发育
- 38 讨好型人格,一种不健康行为模式
- 39 不良心理因素可致血压高



家庭中医药

- 40 春天易上火如何应对
- 41 厨房“良药”巧解头疼脑热

居家生活

- 42 耳屎掏还是不掏
- 43 购儿童家具,安全意识不可少

美滋美味

- 44 豆腐肉末酿香菇,补钙益智佳品
- 44 洋芋擦擦,降脂降糖护血管
- 45 凉拌手撕蒜苔,一把蒜苔一把药
- 45 姜香红枣炖花胶,补而不燥

饮食与健康

- 46 均衡素食才是健康饮食
- 47 维生素,当心补过头
- 48 胆固醇的是是非非
- 49 吃海鱼,当心雪卡毒素中毒

健康故事

- 50 慢性乙肝表面抗原携带者的治愈之旅

板报资料

- 52 接种新冠疫苗可能有哪些不良反应等7则

健康广角

- 54 是谁教会免疫系统抵御疾病
- 55 过敏是如何发生的
- 56 每天一个鸡蛋有害?可信度并不高!

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。