

江苏省疾病预防控制中心主办

江苏
办

卫生保健

ISSN1008-7338

CN32-1540/R

冬季阳气不足如何调补

物理降温利弊谈



胃轻瘫, 糖尿病常见的并发症

可治愈的胰腺神经内分泌肿瘤

高压氧治疗突发性耳聋效果好

邮发代号: 28-262

定价: 8.00元

ISSN 1008-7338



9 771008 733221



2022.12

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：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

中国标准连续出版物号：

ISSN1008-7338

CN32-1540/R

出版日期：2022年12月15日

定价：每期8.00元

目次

健康随笔

- 1 老而好学寿延年

专家访谈

- 4 胃轻瘫,糖尿病常见的并发症
- 6 可治愈的胰腺神经内分泌肿瘤

专家谈病

- 8 打嗝不止怎么办
- 10 重视多动症的药物治疗

心血管之友

- 12 来去匆匆的TIA是脑梗死“前兆”
- 13 心梗发作5种警报一定要抓住

糖尿病园地

- 14 糖尿病肾病知多少

防癌抗癌

- 16 慢性粒细胞白血病如今成“慢病”
- 17 乳腺癌放疗的几个问题
- 18 解析“两肺”的早期筛查

预防有道

- 19 保持良好睡眠,睡前别做4件事
- 20 胆结石无症状并非万事大吉
- 21 画钟试验自测老年痴呆症风险

治疗有方

- 22 高压氧治疗突发性耳聋效果好
- 23 舒适治疗在身边,疼痛不用忍

诊疗室

- 24 住院老人“精神异常”原是“谵妄”作祟
- 26 突发腰痛与腰椎小关节紊乱症
- 27 肛肠术后警惕伤口假性愈合
- 28 胸闷原是哮喘“作怪”



Contents

就医指南

- 29 血常规的这些事儿你知道吗
- 30 体检指标异常不一定是有病
- 31 晕眩牵涉问题多,分清原因为首要
- 32 骨转换标志物检测对骨质疏松治疗的意义

用药知识

- 11 服药时间有讲究
- 34 有关抗痴呆药的常见问题解答
- 35 阿奇霉素用法:用三停四

女性健康

- 36 内异症合并不孕,先手术还是先试管
- 37 “大姨妈”为何突然变多
- 37 宫外孕的高危人群

家有儿女

- 38 牙病早防治,爱牙从小抓
- 39 孩子感冒要谨防中耳炎
- 40 儿童发生意外,第一时间做什么
- 41 孩子发烧,冷静处理

心理健康

- 42 正确引导孩子学会分享
- 43 面对压力,人为何选择走较轻松的道路

传统养生

- 44 冬季阳气不足如何调补

居家生活

- 45 嘴唇起皮,润唇膏该如何涂
- 46 菜没那么脏,不用过分洗

饮食与健康

- 47 猪油渣到底能不能吃

共识·指南

- 48 预防乳腺癌有新的专家共识

百科知识

- 50 物理降温利弊谈
- 51 牙齿不好也遗传

板报资料

- 52 纠正姿势,散步才有效等7则

健康广角

- 54 新精神活性物质:亟须警惕的“第三代毒品”
- 56 健康睡眠纳入心血管健康评分指标
- 56 沉迷盲盒,自杀风险高



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。