

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

说说小龙虾与哈夫病

撸猫要小心猫抓病



儿童免疫性血小板减少症，
一种良性自限性疾病

有一种老年痴呆是可逆的

跑步当防“跑步膝”

邮发代号：28-262

定价：8.00元

ISSN 1008-7338



2022.5

2022年5月(总293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

中国标准连续出版物号:

ISSN1008-7338

CN32-1540/R

出版日期:2022年05月15日

定价:每期8.00元

健康随笔

- 1 好好吃饭多活动才是最好的养生

专家访谈

- 4 儿童免疫性血小板减少症,一种良性自限性疾病
- 6 有一种“老年痴呆”是可逆的

专家谈病

- 7 二尖瓣、三尖瓣少量反流是心脏病吗
- 8 疫情笼罩下的耳石症如何应对

糖尿病园地

- 9 糖尿病“不治自愈”也许暗藏隐忧
- 10 2型糖友首选药不止有二甲双胍了
- 11 糖尿病患者口腔卫生的维护

心血管之友

- 12 血压控制不良,当心被肾病“缠上”
- 13 控制高血脂4误区4原则

防癌抗癌

- 14 不可不防的“肿瘤心脏病”
- 15 这些人受肝癌“偏爱”
- 16 血清CA72-4升高,患了胃癌?

急救自救

- 17 化学品入眼该怎么办

预防有道

- 18 预防控制“第四高”:高尿酸
- 19 撸猫要小心猫抓病
- 20 纹眉有风险,爱美也需知己知彼

治疗有方

- 21 多管齐下,应对肠应激综合征
- 22 脱敏治疗,跟过敏性疾病说“再见”
- 23 吸入疗法,哮喘病的最优给药方式



Contents

就医指南

- 24 有斜视,让我如何看世界
- 25 别被“假痛风”欺骗了
- 26 肾病患者血肌酐多少才安全

用药知识

- 27 安全合理使用糖皮质激素
- 28 人血白蛋白临床应用5误区
- 29 阿司匹林需要常规服用吗

婚育之友

- 30 B群链球菌筛查,守护即将出生的宝宝
- 31 怀孕了,你还在频繁测孕酮吗

家有儿女

- 32 妇科病不是成人的专利
- 33 小儿乳糖不耐受咋回事
- 34 发怒有风险,“吼娃”需谨慎
- 35 远视储备,“视力存款”要珍惜

心理健康

- 36 孩子犯了“强迫症”?可能是秩序敏感期来了
- 37 缓解孩子的焦虑,理解是关键

传统养生

- 38 午休养气,随季而食
- 39 爱生气,按按太冲穴

居家生活

- 40 中国家庭烹调常见的4大问题
- 41 居家隔离,冷冻蔬菜帮大忙
- 42 聪明买菜,巧妙囤菜

运动休闲

- 43 放风筝,颈部预热要做好
- 44 跑步当防“跑步膝”

饮食与健康

- 45 最易缺乏的5种微量营养素
- 46 粽子虽然味美,并非人人皆宜
- 47 血脂高,学会挑食和忌口

健康故事

- 48 一名营养工作者的减肥经
- 49 揪出精神异常的“真凶”

百科知识

- 50 泌尿系统,人体的“下水道”
- 51 有一种发热叫功能性低热

板报资料

- 52 拨打完120,等待救援的您还需要做这些等7则

健康广角

- 54 说说小龙虾与哈夫病
- 55 “十四五”健康老龄化明确9项任务
- 56 抗原检测助力战胜新冠疫情



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。