

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

当心糖尿病伤了你的心
体位性高血压是个「指示器」



最难治的非哺乳期乳腺炎

中医如何应对

多发于中青年的IgA肾病

肺部原位癌是良性病变！还切吗

邮发代号：28-262

定价：8.00元

ISSN 1008-7338



9 771008 733221



2022.9

2022年9月(总297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09月15日

定价:每期8.00元

健康随笔

- 1 古稀老人的人生感悟

专家访谈

- 4 最难治的非哺乳期乳腺炎中医如何应对

专家谈病

- 6 多发于中青年的IgA肾病
- 8 说说牙本质敏感症

答疑解惑

- 9 智齿拔还是不拔
- 10 肺部原位癌是良性病变!还切吗

糖尿病园地

- 11 用前列地尔治糖足,第1天多留心
- 12 当心糖尿病伤了你的心
- 13 手脚常刺痛,查查血糖

心血管之友

- 14 体位性高血压是个“指示器”
- 15 心血管界有种难题叫“慢性闭塞”
- 16 您有低血压的困扰吗
- 17 服用降压药时间有讲究

防癌抗癌

- 18 发现孩子有甲状腺结节要高度重视
- 19 家族性腺瘤性息肉病,基因检测早筛查
- 19 B超——最适合国人的乳腺癌筛查手段

预防有道

- 20 家中养猫,导致眼里长虫
- 21 护好肝要留心伤肝8件事
- 22 闭角型青光眼的防与治疗



Contents

疾病防治

- 23 白内障手术后又模糊了咋回事
- 24 身体疼痛原因多,骨质疏松爱惹祸
- 25 肌肉莫名酸疼,当心肌筋膜疼痛综合征

就医指南

- 26 选看中医西医有则守
- 27 报告中的“钙化”是啥意思,哪些要重视
- 28 教你看懂胃镜病理报告

用药知识

- 29 阿奇霉素和克拉霉素各有所长
- 30 用开塞露要注意些啥

婚育之友

- 31 生个“大胖娃娃”也许喜中有忧
- 32 放松心情是最好的“备孕药”
- 32 孕晚期羊水过少常见原因

家有儿女

- 34 男孩女孩在成长过程中到底有何不同
- 36 防腹泻,宝妈选对用对奶粉
- 37 孩子误服了药物怎么办
- 38 奇怪的考试前发热

传统养生

- 39 苍耳子散治鼻窦炎疗效好

运动休闲

- 40 跑步机进家,科学安全使用是关键
- 41 跑步时膝盖疼,戴护膝有用吗

居家生活

- 42 4步清洗保鲜盒防霉菌
- 43 老年人应怎么吃水果
- 43 有娃家庭少用洗衣凝珠

饮食与健康

- 44 杜仲腰花,补肾增精
- 44 红枣炖兔肉,美容养颜,滋阴补肾
- 45 过期茶还能喝吗
- 46 食素前,请先“六思”

共识·指南

- 48 抓住机遇,实现2型糖尿病缓解

百科知识

- 50 你了解宝宝身上的胎记吗
- 51 说说帕金森病和帕金森综合征

板报资料

- 52 各种饮用水都有“有效期限”等7则

健康广角

- 54 高效减肥,网红减肥针靠谱吗
- 55 有一群红细胞承担免疫“任务”
- 56 你知道吗,坏情绪也会引发过敏



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。