

家庭
健康

医学科普



国家百种重点期刊

2012年 第6期 总345期

对脑部小症状
要“多个心眼”

和颜悦色爱父母

阿司匹林
有多神

8招判断
气血是否充足

儿童感冒
有些药不能用

夏食苦瓜正当时

视觉2012
共享和谐新视界

长期服药补点啥

你剥夺了宝宝
爱的权力吗

封面人物：舒淇

ISSN 1673-0720



9 771673 072007

本刊编委会

- 刘奇 山东省卫生厅厅长
秦成勇 山东省立医院院长、党委书记
曹宪忠 山东大学齐鲁医院党委书记
崔苏 山东中医药大学附属医院党委
副书记 纪委书记
孙洪军 山东省千佛山医院院长
张济 济南市疾控中心副主任
季水利 青岛市疾控中心主任
翟慎永 淄博市疾控中心主任
马守玉 枣庄市卫生局局长
李英亮 东营市疾控中心主任
郑俊杰 烟台市疾控中心主任
韩辅廉 潍坊市疾控中心主任
薛新 济宁市疾控中心主任
杨会利 泰安市疾控中心主任
张兴民 威海市疾控中心主任
李维花 日照市卫生局局长
张洪君 莱芜市疾控中心主任
王红群 临沂市疾控中心主任
崔书强 德州市卫生局局长
赵金星 聊城市疾控中心主任
赵玉德 滨州市卫生局局长
杨传欣 菏泽市疾控中心主任
时延申 章丘市疾控中心主任
张军 安丘市疾控中心主任
刘开军 邹城市疾控中心主任
马禄兴 蒙阴县人民医院院长

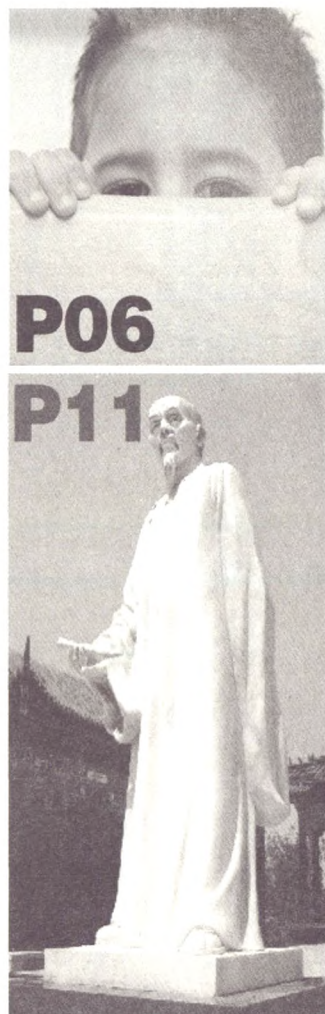
(排名不分先后)

关 注

- 健康论坛** 01 只为警醒3亿烟民
热潮冷评 03 暴走鞋：孩子“拉风”家长愁
03 健康之声
本期策划 06 视觉2012，共享和谐新视界
名流健康 11 名人名联话养生
新闻透析 12 武侠与中医的首次“交手”
13 避孕药并非“避经”药
14 谈谈咽喉那些病
15 口腔里的“要命菌”
专家连线 16 “蝴蝶”甲状腺的是非事

健康一生

- 亲亲宝贝** 18 别让冷饮“冷”出毛病
19 你剥夺了宝宝爱的权力吗
孕育课堂 20 ED为你的生育亮起红灯
21 孕妈营养问题答疑
夕阳灿烂 22 老年人提防“浴室综合征”
23 老人健身 量力而行
24 夏练三伏助健康
24 和颜悦色爱父母
两性话题 25 让欲望止于起初
26 全职太太的美好时代
26 爱情不需要“增高”
27 三个女人，三种婚姻



我们不能包治百病，我们只治疗甲状腺疾病
因为专业，所以出色

山东省甲状腺疾病防治中心

山东省甲状腺疾病防治中心是经卫生厅批准设立的我省唯一的甲状腺疾病防治专业机构，为省卫生厅直属非营利性事业单位。主要治疗各种甲状腺疾病，包括各种病因导致的甲亢、甲减、甲状腺炎、甲状腺肿，特别是放射性碘治疗甲亢，一次治愈率达到87%，有效率达到96%以上。经过十余年不懈的努力，目前在甲状腺疾病尤其是甲亢的治疗方面已得到了广大患者和省内外专

家的一致好评，在应用放射性碘治疗甲亢方面更是走在全省前列。

愿以精湛的医术、优质的服务为甲状腺疾病患者解除病痛。

地址：济南市历下区燕东新路11号(省卫生厅南邻)

咨询电话：0531-88569622

网址：HTTP//www.sddb.cn

国家期刊奖百种重点期刊
华东地区优秀期刊

家庭健康

半月刊 医学科学

主管 山东省卫生厅
主办 山东卫生报刊社
协办 山东省疾病预防控制中心

出版 《家庭健康》编辑部
地址 济南市经十路13777号
中润世纪广场18栋12楼

邮编 250014
编辑部 0531-88956440
传真 0531-88957894
电子邮箱 jtkzz@163.com
网址 www.sdwsbks.com
发行广告部 0531-88956440

主编 戴良科
毕振强 康殿民
副社长 戴良科 欧一平
编辑部主任 李淑湘
发行广告部主任 郭方忠
首席编辑 侯志强
编辑部主管 王琦
发行部主管 赵林
美术编辑 郑云飞
责任编辑 侯志强
编辑 王琦 赵国妮 王青松

订 阅 全国各地邮政局(所)
邮发代号 24-26
国内发行 济南市邮政局
国外发行 中国国际图书贸易总公司
国际刊号 ISSN 1673-0720
国内刊号 CN37-1367/R
广告许可证 鲁工商广字第3700004000202号
印刷 济南申汇印务有限责任公司
定价 4.50元

本 刊 声 明

本刊反对一稿多投。作品投考本刊3个月内未得到回复，作者可另行处理，本刊不退稿。作者文责自负，对于侵犯他人著作权者，本刊不承担任何连带责任。

本刊对所有发表的文图拥有专有出版权，未经许可，不得转载。否则本刊将追究其法律责任。

优质生活

- 饮食营养 28 夏食苦瓜正当时
29 更年期妇女如何安排膳食
保健有道 30 脸白了，肾伤了——汞是真凶
31 说说化妆品中的重金属
32 学会饮水，让痛风不升级
33 8招判断气血是否充足
养生讲坛 34 你会不会缺乏这种维生素
心理导航 36 孩子，你是我永远的爱
37 我给孩子的爱曾像一纸合同
38 激励背后有玄机
幽默漫画 40

谈病问诊

- 专家茶座 42 警惕+主动 及早发现食管癌
43 阿司匹林有多神
44 对脑部小症状要“多个心眼”
45 慢阻肺患者 试试食疗药膳
诊疗技术 46 糖尿病也会诱发骨折
47 颈动脉狭窄 药物Or手术
用药提醒 48 儿童感冒有些药不能用
49 酷暑皮肤病多 中药帮你解决
50 长期服药补点啥
50 服这些药别忘了空腹
51 白领阶层的“泡腾生活”
医生见闻 52 从王黎念医而死谈起
53 豆豆忽然变瘸了……
预防门诊 54 “拉肚子”可别乱吃药
55 乙肝抗病毒切忌半途而废

资 讯

- 自学课堂 56 川崎病：孩子心脏的隐形杀手
防癌抗癌 57
健康热线 58 是否补氧需要听从医嘱等12则
资讯链接 60

P36



P48