

家庭健康

医学科普



国家百种重点期刊

2012年 第5期 总343期

追逐雅痞生活 驱逐雅痞症

选对你的 “灭火器”

医生支招： 搞定睡眠困难宝宝

强势妈妈 给孩子带来什么

扯动中年婚姻的 那根弦

当巴菲特 遇上“善良癌”

鸡蛋天天吃， 疑问常常有

足部保健， 不可不知的 5件事

月子里的 那些纠结事

封面人物：王珞丹

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
韩辅康 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

- 健康随想** 01 婆婆的家书
热潮冷评 03 赶时髦的婚姻AA制
03 健康之声
本期策划 06 月子里的那些纠结事
名流健康 13 赵雅芝：会养生 做不老女人
新闻透析 14 哺乳背后的那些隐患
15 让复发不再来
16 脊柱疾病：老少通吃
17 如此多“娇”的睾丸
专家连线 18 追逐雅痞生活 驱逐雅痞症

健康一生

- 亲亲宝贝** 20 医生支招：搞定睡眠困难宝宝
21 误服洋金花，少年险送命
孕育课堂 22 有些早泄不会影响生育
23 由三次剖宫产想到的……
夕阳灿烂 24 外公长寿的7个“度”
24 老年人体育锻炼的几个误区
25 长了骨刺怎么办
26 寻找老人心衰的蛛丝马迹
两性话题 27 扯动中年婚姻的那根弦
28 弟弟的唯美爱情
29 我和老公的亲情
29 转动生活的角度



P06



P12

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 赵国妮
编辑 王琦 侯志强 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,作品投寄本刊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,本刊概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

- 保健有道 30 耳鸣 试试中医
31 足部保健,不可不知的5件事
32 鸡蛋天天吃,疑问常常有
33 素食,最好按照体质吃
- 养生讲坛 34 又到夏季养生时
- 心理导航 36 区区小事何以引燃生命的炸弹
37 成为好父母需要不断学习
38 强势妈妈给孩子带来什么
- 幽默漫画 40

谈病问诊

- 专家茶座 42 告别“小四眼”,招有很多
44 当巴菲特遇上“善良癌”
45 牙痛未必是牙病
- 诊疗技术 46 让亲情温暖老年性痴呆患者
48 平衡施治——脑瘫“梯度疗法”
49 学会管理自己的哮喘
- 用药提醒 50 药物释放也可控
51 合理用药,减少药源性疾病
52 选对你的“灭火器”
53 服胶囊药物别“去壳”
- 医生见闻 54 一例特别的“死亡病案分析”
55 “清洁”的烦恼

资 讯

- 自学课堂 56 看看国外的健康研究
- 防癌抗癌 57
- 健康热线 58 紫外线指数是怎么回事等12则
- 资讯链接 60

P44



P46

