

# 欢迎订阅 《家庭医学》

健康手递手活动开始了!

国家卫生部主管中华预防医学会主办

这是一本能促进你与爱人和谐、健康的杂志

这是一本能给你父母带来健康长寿的杂志

这是一本能帮助你的孩子健康成长的杂志

全年定价共计 **58.8元** (包括邮费)

#### 订阅方式:

1、到当地邮局直接订阅，邮发代号：80-151。

2、在当地邮局直接汇款订阅。

汇款地址：北京市宣武区广安门内大街319号B座22E

收款人：家庭医学刊社

邮编：100053

注：

请在汇款单的附言处标明联系电话。



● 权威性 ● 实用性 ● 指导性 ● 收藏性

# CONTENTS

#### 医界快讯

4 吃火锅喝白酒胃会烫伤等

#### 本刊策划

6 日常用药 安全护航

7 消炎药

8 腹泻药

9 感冒药

10 避孕药

11 胃药

12 退烧药

14 止痛药

15 眼药

16 减肥药

#### 家人健康

健康 · 母婴

17 哮喘宝宝怎么吃

18 宝宝腹泻为何迁延不愈

20 6问新生儿黄疸

健康 · 少年

22 放低姿态 拉近亲子之间的心距离

23 孩子被孤立之后

健康 · 男人

25 不一样的性语言

26 啤酒肚：健康危害有多大？

27 男人不要过晚结婚

健康 · 女人

28 如何选择顺产与剖宫产

31 常用含激素药膏 当心依赖性皮炎



# 1

JANUARY 2011

总第412期



封面人物：肖和印

# FAMILY MEDICINE

## 家庭医学

本刊高级医学顾问

钟南山 翁心植 殷大奎 黄永昌 张文芳 王健  
李瑞芬 戴志澄 彭瑞明 刘约翰 张乃岭 胡大一

### 品质生活

#### 医学故事会

- 32 妇产科故事(三)
- 34 端正看病的态度
- 健康·养生
- 35 寒冬腊月泡泡脚
- 36 补肾也要天时地利人和
- 37 薏苡仁：美容又减肥的中药
- 健康·饮食
- 38 认清“垃圾食品”真面目
- 40 油脂该怎样换着吃？
- 健康·心理
- 42 心理强大之路(连载八)
- 44 考试月：摆脱你的考试焦虑

### 家庭门诊

#### 专家论坛

- 46 头大异常：警惕先天性脑积水
- 48 从哑妻说话谈先天性耳聋
- 疾病防治
- 50 “风疙瘩”不是风疹
- 51 缓解视疲劳 不能依赖眼药水
- 53 耳朵闭气是何因
- 健康药箱
- 54 药膳战“痘”攻略
- 56 药食同源 经典药膳(六)
- 三九补一冬，来年无病痛

### 健康互动

#### 精品书屋

- 58 穴位按摩保健操
- 60 松筋治疗常见病——改善睡眠
- 62 半价邮购图书
- 经典常读
- 64 黄帝内经

Authorities in Charge 主管 国家卫生部 Ministry of Health of P.R.C  
 Sponsor 主办 中华预防医学会 Chinese Preventive Medical Association  
 Editing 编辑 中国家庭医学编辑委员会  
 Editorial Board of Chinese Journal of Family Medicine  
 Publishing 出版 家庭医学杂志社 Chinese Journal of Family Medicine  
 Legal Advisor 法律顾问 高潮 Gao Chao  
 Literary Advisor 文学顾问 张轶 Zhang Qie  
 Honorary Chairman 名誉社长 何界生 He Jiesheng  
 Honorary Chief Editor 名誉总编 曾毅 Zeng Yi  
 Chairman & Chief Editor 社长/总编 张绍武 Zhang Shaowu  
 Assistant Chairman Editor 副社长 张甜 Zhang Tian  
 Assistant Chief Editor 副总编 刘大伟 李桂英 Liu Dawei Li Guiying  
 姜友珍 张慧 Jiang Youzhen Zhang Hui  
 Senior Editor 编辑部主任 李桂英 Li Guiying  
 Assistant Senior Editor 副主任 杨亮 Yang Liang  
 Editor Reporter 编辑 郑鑫段 冰 Zheng Xin Duan Bing  
 徐子枫 Xu Zifeng  
 Collator 校对 杨亮 郑鑫 Yang Liang Zheng Xin  
 段冰 徐子枫 Duan Bing Xu Zifeng  
 Art Editor 美术编辑 高兴 Gao Xing  
 Senior Distributer 发行部主任 魏娜 Wei Na  
 Publication & Distribution 编辑出版发行 家庭医学杂志社  
 Address 社址 郑州市经二路13号 (450003)  
 Tel 电话 0371-65968289  
 Tel 北京采编部 010-83131639  
 Fax 传真 010-83131639 0371-65954441  
 Advertising Tel 广告电话 010-83130267  
 E-mail 投稿邮箱 jiatingyixue@126.com  
 Domestic Distributer 国内发行 北京市邮政局  
 National distribution 国外发行 中国国际图书贸易总公司(北京399信箱)  
 International Continuous Publishing Code 国际连续出版物号 JSSN 1001-0203  
 Standard Publishing Code 国内统一刊号 CN41-1076/R  
 Domestic Distribution Code 国内邮发代号 80-151  
 National distribution Code 国外发行代号 M1066  
 Advertising Management Licence 广告经营许可证 4100004000050  
 Printed by 印刷 河南省委机关文印中心  
 Price 定价(RMB) 4.90元(需挂号邮寄者另加挂号费2元)

### 本刊声明

○本刊对来稿文字有修改权，可对文字做技术性删改；稿件从发表之日起，其专有版权和网站传播权即授予本刊，同时许可本刊转授第三方使用；本刊支付的稿费包含信息网络传播的使用费；来稿文字自负，对于侵犯他人版权或其他权利的文、图概不负责连带责任；所刊登文章仅供读者参考，不作为疾病诊断的依据。  
 ○部分转载作品因无法联系到原作者，敬请作者见刊后及时与本刊编辑部联系，以便奉寄样刊、稿酬。  
 ○本刊所刊登文图，未经许可，不得私自转载、摘编，如有发生，视为侵权。  
 ○本刊所刊登广告、信息，不代表本刊观点，仅供参考，不作为合作或交易或求医问药的依据，切记谨慎从事。由此引发的争议、纠纷与本刊无关。  
 ○如有印装问题请与本刊编辑部联系。