

家庭医学

FAMILY MEDICINE

2013 11(下) 总第480期



本刊策划

宠物： 您的家庭伴侣

封面人物档案

贾竑晓 主任医师，教授，硕士研究生导师。国际早期精神障碍研究协会会员。北京大学精神卫生研究所精神病学博士，北京大学心理系认知神经心理学博士后。曾在英国伦敦国王学院精神卫生研究所和伦敦大学圣乔治医学院学习神经心理学及精神分裂症前驱期症状的识别和干预。

封面人物

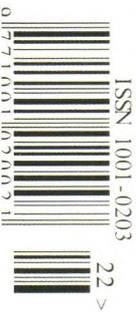
“精神”家园守护者——贾竑晓

- 科学性
- 实用性
- 指导性
- 趣味性

NO.11

定价：5.00元

邮发代号：80-151



欢迎订阅 《家庭医学》

国家卫生和计生委员会主管

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 **60** 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

注:

请在汇款单的附言处标明联系电话。



● 科学性 ● 实用性 ● 指导性 ● 趣味性

CONTENTS



医界快讯

4 一副老花镜, 最多戴5年等

本刊策划

- 6 宠物: 您的家庭伴侣
- 7 我们中, 它们的身影
- 9 养宠物的那些事
- 12 宠物的健康饮食
- 14 宠物新类别——植物宠物
- 16 学会跟宠物告别



科普专栏

北京安定医院

- 18 “精神”家园守护者——贾竑晓
- 20 如何鉴别精神疾病早期症状

北京协和医院

- 22 下肢肿痛警惕静脉血栓栓塞



家人健康

健康母婴

- 24 清理小药箱, 助宝宝低药物成长
- 27 宝宝辅食添加别太早

健康少年

- 28 孩子“失语”, 警惕选择性缄默症
- 29 用逆反的方式对待“逆反”
- 30 对症施治孩子手脱皮

健康女人

- 31 不孕女性勿入求医误区
- 33 不会穿文胸 乳房会受伤
- 34 女性体内雌激素: 缺了不行, 多了不好



11

NOVEMBER 2013

总第480期



封面人物: 贾站晓

FAMILY MEDICINE

家庭医学® (下)

本刊高级医学顾问

钟南山 翁心植 殷大奎 黄永昌 张义芳 王健 巴德年
李瑞芬 戴志澄 彭瑞聪 刘约翰 张乃峥 胡大一

品质生活

健康饮食

36 炒蔬菜真能炒出致癌物吗

38 传统豆豉——美味又健康

健康养生

40 藏在“闺房”里的中医急救

41 汉方护发,你了解多少

42 杏林撷英——王清任

44 秋风起 鲮鱼肥

健康心理

45 善用合理化机制

46 花好须根壮

——教育孩子离不开父母的成长

47 用拥抱化解关系的坚冰

48 压力太重逃避难

家庭门诊

疾病防治

49 治疗腹泻也应“与时俱进”

50 冻疮:切勿盲目用偏方

51 病好了就停药,可行吗?

专家论坛

52 烧烫伤的预防和自救

54 过敏性紫癜就诊常见误区

56 肝炎病毒携带者并不健康

健康药箱

57 天冷用膏药先加温

58 冬季感冒多 用药有学问

健康互动

精品书屋

60 通心阳的心三药

62 新书优惠

经典常读

64 黄帝内经

Authorities in Charge 主管

Sponsor 主办

Editing 编辑

Publishing 出版

Legal Advisor 法律顾问

Literary Advisor 文学顾问

Honorary Chairman 名誉社长

Honorary Chief Editor 名誉总编

Chairman & Chief Editor 社长/总编

Assistant Chairman 副社长

Assistant Chief Editor 副总编

Senior Editor 主任

Assistant Senior Editor 副主任

Editor 编辑

Collator 校对

Art Editor 美术编辑

Issue Advertising Director 广告发行

Publication & Distribution 编辑出版发行

Address 社址

Tel 电话

Tel 北京采编部

Fax 传真

Advertising Tel 广告电话

E-mail 投稿邮箱

Domestic Distributer

Oversea distribution

International Continuous Publishing Code

Standard Publishing Code

Domestic Distribution Code

Oversea distribution Code

Advertising Management Licence

Printed by

Price

国家卫生和计生委员会 Ministry of Health of P.R.C

中华预防医学会 Chinese Preventive Medical Association

中国家庭医学编辑委员会

Editorial Board of Chinese Journal of Family Medicine

家庭医学刊社 Chinese Journal of Family Medicine

高潮 Gao Chao

张镔 Zhang Qie

何界生 He Jiasheng

曾毅 Zeng Yi

张绍武 Zhang Shaowu

张甜 Zhang Tian

刘大伟 李桂英 Liu Dawei Li Guiying

姜友珍 张慧 Jiang Youzhen Zhang Hui

李桂英 Li Guiying

杨涛 Yang Liang Yang Tao

郑鑫 李玉华 Zheng Xin Li Yuhua

陈明 Chen Ming

郑鑫 黄霁秋 Zheng Xin Huang Jiqiu

陈明 Chen Ming

王高杰 Wang Gaojie

魏娜 田甜 Wei Na Tian Tian

家庭医学刊社

郑州市经二路13号(450003)

0371-65968289

010-83130267

010-83131441 0371-65954441

010-83130267

jjiatingyixue@126.com

国内发行 北京市邮政局

国外发行 中国国际图书贸易总公司(北京399信箱)

国际连续出版物号 ISSN 1001-0203

国内统一刊号 CN41-1076/R

国内邮发代号 80-151

国外发行代号 M1066

广告经营许可证 4100004000050

印刷 郑州市智丰印刷厂

定价(RMB) 5.00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,其专有出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;来稿文责自负,对于侵犯他人版权或其他权利的文、图概不负连带责任;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。