

家庭医学®

FAMILY MEDICINE

首届全国优秀科技期刊
国家卫生和计划生育委员会主管
中华预防医学会主办



本刊
策划

别小觑 糖尿病的危害

科普专栏

先天性畸形脊柱裂

家人健康

视觉刺激更启智

品质生活

酸奶真相大揭秘

家庭门诊

糖友打胰岛素牢记“四要点”

封面人物

李全民，主任医师，医学博士，中国人民解放军火箭军总医院内分泌风湿科主任。中华医学会北京糖尿病分会常务委员，中华糖尿病协会副会长。擅长糖尿病、甲状腺疾病、骨质疏松症等内分泌代谢疾病的诊疗，尤其在糖尿病肾病、糖尿病神经病变的研究和治疗上具有很高造诣。



科学性 / 实用性 / 指导性 / 趣味性



¥6.50

邮发代号: 80-151



2
下
2016

1985年创刊
总第534期

02

Feb. 2016
总第534期



封面人物:李全民

CONTENTS

国家卫计委优秀期刊

全国优秀科技期刊最高奖项

中华预防医学会优秀科普奖

首届中国出版政府奖网络出版物奖

全国百佳期刊阅览室指定赠送期刊

中国扶贫基金会合作媒体

中国农家书屋重点报纸期刊推荐目录

中国学术期刊综合评价数据库收录期刊

中国核心期刊(遴选)数据库收录期刊

中国知识资源总库收录期刊

中国学术期刊网络出版总库收录期刊

入选联合国教科文组织数据库收录期刊

订阅方式:

1.到当地邮局直接订阅

邮发代号: 80-151

2.在当地邮局汇款订阅

3.请联系杂志社直接订阅

订阅 0371-65968289

电话 0371-65954441

注:

请在汇款单的附言处标明联系电话。



医界快讯

- 4 啤酒肚比肥胖更危险
- 4 火龙果皮也是宝
- 4 吃对了,睡得更香甜
- 5 性价比高的好食物

本刊策划

- 6 别小觑糖尿病的危害
- 7 糖尿病的危害究竟有多大
- 10 不可忽视糖尿病急性并发症
- 12 糖尿病肾病:早发现、早治疗
- 14 别让糖尿病伤了你的眼睛
- 16 糖尿病会引发癌症吗
- 18 糖尿病与周围神经病变

科普专栏

郑州大学第三附属医院

- 20 如何早期发现脑瘫儿
- 22 高龄女性生育力评估及助孕策略
- 24 先天性畸形脊柱裂

家人健康

健康母婴

- 26 孕期抽筋别紧张
- 28 视觉刺激更启智
- 29 宝宝大便难该怎么办

健康女人

- 30 警惕人为因素导致的子宫性不孕
- 31 子宫肌瘤不是癌
- 32 女性谨防“心碎综合征”

健康儿少

- 33 别让孩子长期穿运动鞋
- 34 陪伴孩子时玩手机也是一种冷暴力
- 36 春天儿童发热咳嗽虑及哪些疾病

37 该不该帮孩子“打回来”

品质生活

健康饮食

38 酸奶真相大揭秘

41 海鲜加维生素 C 等于砒霜

健康养生

42 控制高血压 健康度晚年

44 虚不受补怎么办?

健康心理

46 人们放大困难是源于内心的恐惧

48 年轻的她为何患上“周一恐惧症”

49 夫妻关系中的逆反心理

家庭门诊

专家论坛

50 慢性哮喘患者的中医药膏方调理

51 糖友打胰岛素牢记“四要点”

52 极易误诊的“怪病”:颈部抽动感

疾病防治

53 学会应对慢性阻塞性肺气肿

54 微小钙化点会是癌吗

55 风邪致病分型辨治

家庭药箱

56 预防心脑血管病药物对胃肠道的损伤

58 进补用阿胶 食用方法多

59 参类家族大揭秘

健康互动

康复园地

60 腰椎间盘突出症的诊治及康复
性病与艾滋病

62 抗艾滋病药物研究:

当前的策略与未来的趋势

经典常读

64 黄帝内经

FAMILY MEDICINE
家庭医学[®] (下)

本刊高级医学顾问:

钟南山 殷大奎 黄永昌 张义芳 王 健 李瑞芬
戴志澄 巴德年 彭瑞聪 刘约翰 张乃峥 胡大一 花亚伟

Authorities in Charge 主管	国家卫生和计划生育委员会 National Health and Family Planning Commission
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	家庭医学刊社 Chinese Journal of Family Medicine
Legal Advisor 法律顾问	梁迎修 孙兴克 Liang Yingxiu Sun Xingke
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 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	杨 涛 Yang Tao
Editor 编辑	李玉华 陈雅琼 Li Yuhua Chen Yaqiong 李静雯 Li Jingwen
Collator 责任校对	李静雯 Li Jingwen
Art Editor 美术设计	常天旭 Chang Tianxu
Issue Advertising Director 广告发行	魏 娜 Wei Na
Customer-service Department 读者服务部	杨 丽 Yang Li
Publication & Distribution 编辑出版发行	家庭医学刊社
Address 社址	郑州市经二路 13 号(450003)
Tel 电话	0371-65968289 65954441 65968681
Advertising Hotline 广告发行部热线	0371-65954441
Fax 传真	0371-65968289
E-mail 投稿邮箱	jtyxbj@126.com
Http 网址	www.jtyxzz.com
Subscription 订阅	全国各地邮政局
Domestic Distributor 国内发行	河南省邮政报刊发行局
Oversea Distribution 国外发行	中国国际图书贸易总公司
International Continuous Publishing Code 国际连续出版物号	ISSN1001-0203
Standard Publishing Code 国内统一刊号	CN41-1076/R
Domestic Distribution Code 国内邮发代号	80-151
Oversea Distribution Code 国外发行代号	M1006
Advertising Management Licence 广告经营许可证	4100004000050
Printed by 印刷	郑州市智丰印刷厂
Price 定价	(RMB) 6.50 元(需挂号邮寄者另加挂号费 3 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,其专有出版权和网络传播权即授予本刊,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。

○部分转载作品及刊载的部分文字和图片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络,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、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。