

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



关注骨性关节炎

科普专栏

心动过缓一定比心动过速好吗

家人健康

备战二胎 勿滥用促排卵药

品质生活

制作酸奶的十问答

家庭门诊

肿瘤标志物升高≠肿瘤

封面人物

刘敏 教授，硕士研究生导师，现任职于北京中医药大学东直门医院消化科。兼任国家食品药品监督管理局保健品评审专家，世界中医药学会联合会消化专业委员会常务理事，中华中医药学会脾胃病分会委员，《世界中西医结合杂志》编委。擅长运用中医药诊治各消化系统疾病。



科学性 / 实用性 / 指导性 / 趣味性



¥6.50

邮发代号: 80-151



3
下
2017

1985年创刊
总第560期

万方数据

03

Mar. 2017
总第560期

CONTENTS



封面人物:刘敏

国家卫计委优秀期刊	中国农家书屋重点报纸期刊推荐目录
全国优秀科技期刊最高奖项	中国学术期刊综合评价数据库收录期刊
中华预防医学会优秀科普奖	中国核心期刊(遴选)数据库收录期刊
首届中国出版政府奖网络出版物奖	中国知识资源总库收录期刊
全国百佳期刊阅览室指定赠送期刊	中国学术期刊网络出版总库收录期刊
中国扶贫基金会合作媒体	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 桃花活血美容须慎用
- 4 豆腐越老越补钙
- 4 四招识别真假碘盐
- 5 对酒精敏感的人可别练酒量
- 5 感冒后运动弊端多

本刊策划

- 6 关注骨性关节炎
- 7 关节炎症知多少
- 10 四大疾病导致膝关节疼痛
- 12 膝痛原因多 需要细分析
- 14 骨性关节炎的四大治疗方法
- 16 骨性关节炎的生活防护和锻炼
- 19 年少不防护 老来必伤悲

科普专栏

中南大学湘雅二医院

- 22 心动过缓一定比心动过速好吗
- 24 室性心律失常一定比房性心律失常好吗

家人健康

健康母婴

- 26 备战二胎 勿滥用促排卵药
- 28 孕妇自然流产的症状与治疗
- 29 遭遇急产 准妈妈要沉着

健康女人

- 30 女性要靓丽 善待生理期
- 31 围绝经期功能性子宫出血的特点与治疗

健康儿少

- 32 爱耳日——如何保护儿童听力健康
- 34 儿童偏食的原因与矫正方法

品质生活

健康饮食

36 “十人九胃”重调养

38 制作酸奶的十问答

健康养生

40 顺时养生是上策

42 说说补钙那些事

43 安身之本 必资于食

健康心理

44 性幻想——夫妻间的双刃剑

45 心病还需心药医

家庭门诊

专家论坛

48 胰岛素治疗中的数字换算和应用问题

50 运动+节食“降脂处方”会挑人

52 新型脊柱微创手术帮助八旬老人解除腰腿痛

疾病防治

53 防止老年人记忆丢失小妙招

54 春季需警惕的季节性传染病

56 肿瘤标志物升高≠肿瘤

家庭药箱

56 尼莫地平有多种临床用途

58 甲氧胺兴奋迷走神经可中止阵发性心动过速

59 擅用“保肝(降酶)药”危害大

健康互动

康复园地

60 帕金森病康复锻炼十法

性病与艾滋病

62 艾滋病抗病毒药物治疗相关科普知识(一)

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 Li Yuhua 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。