

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

别把下肢静脉曲张不当回事

科普专栏

秋冬季节话说老年瘙痒症

家人健康

孕妈咪应该了解的孕期三个问题

品质生活

学点药酒的科学知识

家庭门诊

痛风性关节炎的治疗经验和感悟



封面人物

任传云，北京中医药大学东直门医院呼吸科主任医师，副教授，医学博士。国家中医药管理局中医资格认证中心命题专家、北京市住院医师规范化培训中医内科学委员会委员。中华中医药学会肺系病分会委员，中国医师协会中西医结合分会呼吸病专家委员会委员、中国中西医结合学会心身医学专业委员会委员、中国中医药信息研究会经方分会常务理事等。擅长常见呼吸病的中西医诊治，尤其是支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病、上下呼吸道感染等疾病的中西医诊治。



科学性 / 实用性 / 指导性 / 趣味性



¥6.50

邮发代号：36-43



1985年创刊
总第598期

10

Oct. 2018
总第598期

CONTENTS



封面人物:任传云

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
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 解放军福州总医院肿瘤新病房创三“新”
- 4 混合现实技术造福乳腺癌患者
- 5 乳腺癌:两个高峰期五大病因

本刊策划

- 6 别把下肢静脉曲张不当回事
- 7 健康生活 远离静脉曲张
- 10 下肢静脉曲张的症状与危害
- 12 下肢静脉曲张的检查与诊断
- 14 下肢静脉曲张的西医治疗
- 16 从舌诊谈慢性下肢静脉功能不全的中医治疗
- 18 下肢静脉曲张的预防
- 20 下肢静脉曲张的饮食宜忌

科普专栏

北京中医药大学东直门医院

- 22 严格控压需重视 并发症来莫忽视
- 24 秋冬季节话说老年瘙痒症
- 26 揭开 CRF 的神秘面纱

家人健康

健康母婴

- 28 孕妈咪应该了解的孕期三个问题
- 30 孕期体重增加要有度
- 30 孕妈咪须防妊娠期眼瘤

健康女人

- 31 更年期女性莫滥用雌激素
- 32 绝经女性补钙时勿忘补充维生素 D
- 34 检测 BRCA 基因突变 预防遗传性乳腺癌

健康儿少

- 35 喂养欠科学 催生小胖墩
- 36 科学运动助缓解青少年驼背
- 38 保护孩子的牙齿要避误区

品质生活

健康饮食

- 39 温中散寒用芥末
- 40 学点药酒的科学知识

健康养生

- 43 椎间盘突出年轻化 久坐少动是祸根
- 44 秋冬皮肤干燥有对策
- 45 莫名“牙痛”别大意

健康心理

- 46 人老清闲心态差 及时调整益处多
- 47 婚姻危机对孩子心理的影响
- 48 新手爸爸也要防产后抑郁

家庭门诊

专家论坛

- 49 痛风性关节炎的治疗经验和感悟
- 50 用好他汀 对付人类头号杀手

疾病防治

- 52 一个不可忽视的疾病——桥本甲状腺炎
- 54 秋季常见病 中医有什么调理治疗方法
- 56 环内镜窥探全面窥探大肠癌

家庭药箱

- 57 辨证应用中成药治疗急性卡他性结膜炎
- 58 服药喝水知多少
- 59 慢阻肺稳定期的祛痰用药

健康互动

康复园地

- 60 腰椎间盘突出者康复不可忽视腹肌锻炼
- 61 患者截肢后如何保持正确的体位和进行

日常护理

性病与艾滋病

- 62 阻断向孩子蔓延的艾滋病
- 63 公共马桶:坐,还是不坐

经典常读

- 64 黄帝内经

FAMILY MEDICINE

家庭医学[®] (下)

本刊高级医学顾问(按姓氏笔划排列)

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

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

Managing Assistant Chief Editor 常务副总编 杨师 Yang Shi

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 jiatingyixue@126.com

Http 网址 www.jtyxzz.com

Subscription 订阅 全国各地邮政局

Domestic Distributer 国内发行 北京市报刊发行局

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、交易或就医问药的依据,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。