

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



QK1936077

本刊
策划

纸船明烛送“瘟君”

科普专栏

晚期结/直肠癌不等于死亡通知单

家人健康

对付恼人的产后尿失禁 中医有办法

品质生活

喝酸奶，请先了解益生菌

家庭门诊

盛夏要积极防治溃疡性结肠炎

封面人物

龚国忠，一级主任医师，教授，博士生导师，中南大学湘雅二医院感染病科主任。中华医学会感染病分会委员，中华预防医学会感染病防控分会常委，中国医促会肝胆疾病专委会常委，亚太肝病诊疗技术联盟副理事长兼湖南省联盟理事长。从事感染病与肝病临床、教学、科研30余年。主持国家自然科学基金面上项目3项，多次参与国家传染病重大专项课题，发表SCI论文40余篇，获省级科研成果二等奖、三等奖6项。



7
下
2019

科学性 / 实用性 / 指导性 / 趣味性

ISSN 1001-0203



¥6.50

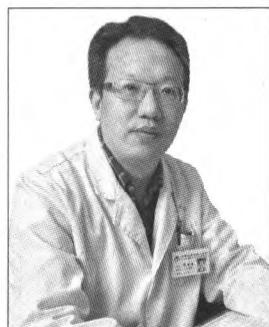


9 771001 020199
万方数据

1985年创刊
总第616期

07

July 2019
总第 616 期



封面人物: 龚国忠

CONTENTS

| | |
|-------------------|-------------------|
| 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 | |

1. 邮局汇款至:
(450003) 郑州市经二路13号
家庭医学杂志社

注意: 在汇款单上注明订阅期次、数量、地址、电话

2. 关注“家庭医学”微信公众号, 在“微信小店”下单购买



医界快讯

- 4 过量摄取红肉会缩短人的寿命
- 4 刷牙有助于预防阿尔茨海默症
- 5 喝咖啡并不会对心脏造成损害
- 5 南方医院新技术攻克“儿童白血病之王”

本刊策划

- 6 纸船明烛送“瘟君”
- 7 认识寄生虫病“老五大”
- 10 盘点寄生虫病“新五大”
- 13 说说布鲁菌病
- 16 妊娠期弓形虫感染的防治
- 18 需要防范的其他肠道寄生虫病

科普专栏

南方医科大学南方医院

- 22 晚期结 / 直肠癌不等于死亡通知单
- 24 小心孩子的成瘾行为
- 25 疼痛成“第五项生命体征”, 镇痛须有方

家人健康

健康母婴

- 26 对付恼人的产后尿失禁 中医有办法
- 28 妊娠呕吐的饮食调理与食疗方
- 29 孕前吃了点感冒药, 看看医生怎么说

健康女人

- 30 藏在盆腔内的“炸弹”——卵巢巧克力囊肿
- 33 未生育女性有必要进行乳腺癌 X 线筛查吗

健康儿少

- 34 儿童高血压防治请注意
- 36 小儿咳嗽期间的饮食注意事项
- 37 儿童癫痫的家庭管理

品质生活

健康饮食

- 38 喝酸奶, 请先了解益生菌
- 40 爱莲新说
- 41 肾结石可能是吃出来的

健康心理

- 42 闺蜜跟别人好, 自己心里为何痛苦
- 44 让感恩的美德充盈孩子的心灵

健康养生

- 46 居家老人防跌倒
- 47 夏季养生七要点
- 48 有些光线伤眼要当心

家庭门诊

专家论坛

- 49 盛夏要积极防治溃疡性结肠炎
- 50 谈谈雾化吸入疗法的知识点

疾病防治

- 52 糖尿病性肾病需早防早治
- 54 甲亢怎么会变甲减
- 56 初次高血压不妨筛查泌尿疾病

家庭药箱

- 57 不要忽视抗过敏药的过敏反应
- 58 利尿剂: 会用才是降压良药
- 59 服用左旋多巴的注意事项

健康互动

康复园地

- 60 常做肌肉拉伸益处多
性病与艾滋病
- 62 大家说: 中国艾滋病疫情与防控(下)
- 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)

巴德年 刘约翰 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 国家卫生健康委员会
National Health Commission of the People's Republic of China

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 河南家庭医学杂志社
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

Aide Chief Editor 总编助理 张辉 Zhang Hui

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 王留义 Liu Dawei Li Guiying Wang Liuyi
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

Chief Operating Officer 运营总监 王耀春 Wang Yaochun

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 河南家庭医学杂志社
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 自办发行

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

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。

《家庭医学》呼吁

2019世界肝炎日： 预防肝炎，远离肝炎！



肝炎是肝脏的炎症，最常见的原因是病毒感染。病毒性肝炎分为甲、乙、丙、丁和戊型，虽然病毒种类不同，但都足以对人构成严重危害，其中乙型和丙型肝炎可以导致肝硬化和肝癌的发生，给全球带来严重的疾病负担。

世界肝炎日为7月28日，第一届世界肝炎认知日宣传活动定于2004年10月1日在比利时布鲁塞尔举行，其主题是“与你同行(YouHaveCompany)”，主要目的是向公众、医务界、政府人员宣传有关丙型肝炎的预防、筛查和治疗知识。