

家庭医学®

FAMILY MEDICINE

中华 国家 首届



QK2024211

科技期刊
尿委员会主管
子会主办



关注前列腺癌

科普专栏

视疲劳的产生、预防和治疗

家人健康

准妈妈要重视下肢静脉曲张的预防

品质生活

水果营养高 食用要讲科学

家庭门诊

老年人摔倒警惕迟发性脑出血

封面人物

肖嵘，一级主任医师，教授，湘雅名医，博士生导师，中南大学湘雅二医院皮肤性病科主任，国务院政府特殊津贴专家。从事皮肤病临床、教学及科研工作33年。研究成果先后获得国家及省级科技成果奖。擅长治疗损容性皮肤病（白癜风、色素斑、痤疮、脱发、面部皮炎等）、免疫性皮肤病（系统性硬皮病、银屑病、湿疹等）、性传播疾病等。



4
下
2020

科学性 / 实用性 / 指导性 / 趣味性



¥6.50



1985年创刊
总第634期

万方数据

04

Apr. 2020
总第 634 期



封面人物:肖 嵘

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 呼吸机成抢手货,它在新冠救治中啥作用
- 4 柳絮会传播新冠病毒?别担心!
- 5 专家建议:武汉解封还要谨慎防护

本刊策划

- 6 你应当知道的过敏知识
- 7 你对过敏知多少
- 10 谨防过敏性休克
- 12 不可小觑过敏性哮喘
- 14 说说过敏性紫癜
- 16 形形色色的过敏性皮炎
- 18 查出过敏原 预防过敏反应
- 20 过敏体质与脱敏治疗

科普专栏

复旦大学附属妇产科医院

- 22 高龄女性的备孕秘语
- 26 准爸爸妈妈们,你们真的准备好了吗

家人健康

健康母婴

- 28 剖腹产妈咪也需要做盆底康复
- 29 非处方药孕妇也应慎用
- 30 危险的孕育之花——宫外孕

健康儿少

- 31 春季当心小儿川崎病
- 32 小儿高热惊厥家庭急救法
- 34 儿童反复咳嗽不发烧:CT 助你排查病因

健康女人

- 35 多囊卵巢综合征惹祸多
- 36 未婚育女性也要防乳腺癌
- 38 女性宫颈糜烂一定会发展成为宫颈癌吗

品质生活

健康饮食

- 39 科学选食冷冻食品讲究多
- 40 善用食疗药膳 护卫您的关节
- 42 胃有恙者最好常把芋头吃

健康养生

- 43 八味“心药”助您登上长寿之巅
- 44 善用经络养生 保健防病治病
- 46 初春时节调养要得当

健康心理

- 47 围绝经期女性多焦虑 积极化解要得法
- 48 被情感操纵的人有多可悲

家庭门诊

专家论坛

- 50 科学进行胸部数字 X 线摄影检查
- 52 警惕带状疱疹潜伏恶性肿瘤

疾病防治

- 53 肝脏减负在于春
- 54 夜尿增多:小心前列腺增生

家庭药箱

- 56 急救含药姿势要正确
- 57 如何正确使用开塞露
- 58 服用降压药警惕不良反应

健康互动

康复园地

- 60 良好的走路姿势有益退行性关节炎的改善
- 61 做好六个方面促进糖尿病足康复

性病与艾滋病

- 62 30 余年屡败屡战 艾滋病疫苗研制难在哪儿
- 63 艾滋病病毒暴露后预防

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

Cheif 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 jtxbj@126.com jiatingyixue@126.com

Http 网址 www.jtxzz.com

Subscription 订阅 全国各地邮政局

Domestic Distributer 国内邮发代号:36-35

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

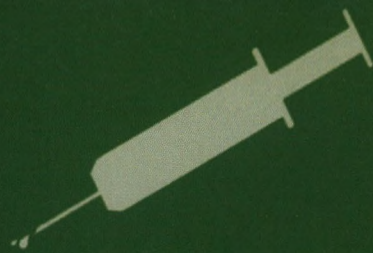
○本刊对来稿文字有修改权,可对文字做技术性删改;稿件从发表之日起,其专有出版权和网络传播权即授予本刊,同时许可本刊转投第三方使用;本刊支付的稿费包含信息网络传播的使用费;来稿文责自负,对于侵犯他人版权或其他权利的文、图概不负连带责任;所刊登文章仅供读者参考,不作为疾病诊断的依据。

○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。



全国儿童预防接种宣传日

1986年经国务院批准确定，每年4月25日为“全国儿童预防接种宣传日”。全国儿童预防接种日活动使全国儿童获得高水平的免疫种率成为现实，为保护儿童健康、造福子孙后代，提高我国人口素质做出了重要的贡献。

1. 什么是预防接种？

预防接种是指把疫苗接种在健康人的身体内，在使人不发病的情况下产生抗体，获得特异性免疫的方法。例如，接种卡介苗预防肺结核，种痘预防天花等。

2. 预防接种有哪些禁忌症？

目前，除接种狂犬疫苗外，接种其他任何疫苗都有禁忌症，通常的禁忌症有正在患有严重器官疾病，尤其是处于活动期的疾病；急性感染性疾病正在发热；对疫苗成分过敏等，免疫缺陷儿童不能接种活疫苗。

3. 接种疫苗就能保证不发病吗？

疫苗均具有一定的保护率，但由于受种者个体的差异，少数人接种后不产生保护作用，仍有可能发病。另外一种情况为偶合发病，如果接种疫苗时受种者恰好处在该疫苗所针对疾病的潜伏期，接种后疫苗还未产生保护作用仍会发病。

