

04 (上) 目录

Apr. 2011
总第417期

CONTENTS



封面人物: 范冰冰 图片提供: 陈文龙

国家卫生部优秀期刊	中国学术期刊综合评价数据库收录期刊
全国优秀科技期刊最高奖项	中国核心期刊(遴选)数据库收录期刊
中华预防医学会优秀科普奖	中国知识资源总库收录期刊
首届中国出版政府奖网络出版类奖	中国学术期刊网络出版总库收录期刊
全国百佳期刊阅览室指定赠送期刊	入选联合国教科文组织数据库收录期刊

本期焦点

2011: 破“门”而出, 方能吃得健康

- 4 食品卫生安全之烹饪门
- 6 食品卫生安全之真假门
- 7 食品卫生安全之美容门
- 8 食品卫生安全之颠覆门
- 9 食品卫生安全之物毒门

家庭篇

女性讲堂

- 10 “女儿病”的婚与育
- 10 冷箭——宫颈癌
- 11 月经: 卵巢的晴雨表
- 12 “人流”不轻松

儿少卫生

- 13 孩子屁股上的硬疙瘩
- 14 疝气嵌顿 宝宝危险
- 14 关注宝宝的视力异常
- 15 宝宝益生菌产品怎样选

中老年健康

- 16 眼前挥之不去的飞蚊
- 16 粘人的骨质疏松“两兄弟”
- 17 老当益壮与老要服老
- 18 老年人睡眠宜长宜短

男性话题

- 19 婚后不孕 莫怪妻子

医疗篇

家庭医生

- 20 自杀基因治疗杀死肝癌细胞
- 21 手术切除大脑“海马”治顽固性癫痫
- 22 易被忽视的颈椎病并发症
- 22 胆结石引起的胰腺炎

家庭药箱

- 23 如何应对药源性胃病
- 24 降压药何时服用效果最好
- 25 煎煮不当: 大黄会起反作用
- 25 国家基本药物目录之药品鉴宝: 科学选用香砂养胃丸

关注甲亢

- 26 蛛丝马迹辨甲亢
- 27 甲亢不典型 误诊有三成

肝病防治

- 28 肝癌离我们有多远
- 29 过度运动也是“伤肝”元凶

自我诊疗

- 29 伤筋动骨真要休养一百天吗
- 30 冷浴震颤治疗急性踝关节扭伤
- 30 特殊检查前要注意什么
- 31 两大人群三大信号助你早期发现肠癌

健康博览

医学多棱镜

- 32 缺乏兴趣爱好者易患老年痴呆症等

健康驿站

- 34 笑话·漫画·言论

生活篇

健康生活

- 35 洗刷的烦恼——主妇手
- 36 香皂: 你选对了吗
- 37 选对座椅才健康
- 38 孩子, 手机有毒要慎用

饮食指南

- 38 膨化食品伤你没商量
- 39 海带益健康 泡发有学问
- 40 粥汤调理阴虚体质
- 41 三道工序出牛巴

心理世界

- 41 产后妈咪请淡定
- 42 懒学生, 亚健康

夫妻之间

- 43 孕期禁欲几多愁
- 44 湿巾岂可常伴欢爱

家庭美容院

- 44 干燥皮肤的指压护理
- 45 我的黑痣会癌变吗

养生篇

养生大观

- 46 褪黑素可缓衰老
- 47 “石”药养生不可信
- 47 长寿之“姿”

名人养生

- 48 陆游喜好野菜养生
- 48 高寿天子药调理

益寿锦囊

- 49 护肚脐 拒寒邪
- 50 背部撞墙通经脉
- 51 好运气“非”

民间养生

- 51 步行上下班的健与乐
- 52 跳绳让父亲更健康

医患健康桥

千家妙方

- 52 清热解毒杜鹃花
- 53 帕金森病:中医调治分七型(上)
- 54 调治血精慎用陈仓米

经验点评

- 55 醋泡黑豆软化血管
- 56 敷敷鼻子 赶跑感冒

健康沙龙

- 57 过度输液 + 过度治疗 = 过失“杀人”
- 57 等公交时巧健身
- 58 治感冒,真理给谬误让道

网络论坛

- 59 微波炉加热食品致癌吗

专家答疑

- 60 房颤可以消融治疗
- 60 蜜月月中下身为何有“鱼腥味”
- 61 什么是舌骨综合征
- 61 溃疡病为何要抗 HP 治疗
- 61 短信平台

大医金鉴

- 62 伸展颈脊椎 练练椅子操

信息速递

- 62 达希纳治疗慢性髓性白血病安全有效等

FAMILY MEDICINE

家庭医学

本刊高级医学顾问:

钟南山 翁心植 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 张乃坤 胡大一

Authorities in Charge 主管 中华人民共和国卫生部
Ministry of Health of P.R.C

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 高潮 Gao Chao

Literary Advisor 文学顾问 张钊 Zhang Qie

Honorary Chairman 名誉社长 何界生 He Jiasheng

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 Editor 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 李桂英 Li Guiying

Editor Reporter 编辑 郑鑫杨亮 Zheng Xin Yang Liang
李玉华 李晓莹 Li Yuhua Li Xiaoying

Collator 责任校对 郑鑫 李玉华 Zheng Xin Li Yuhua

Art Editor 美术设计 高兴 Gao Xing

Issue Advertising Director 广告发行 魏娜田甜 Wei Na Tian Tian

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
010-83131639
Tel 北京采编部
Advertising Hotline 广告发行部热线 0371-65954441 13526871716
Fax 传真 0371-65968289 010-83131639
E-mail 投稿邮箱 jtyxzz@yahoo.com.cn jtyxbj@163.com
Http 网址 www.jtyxzz.com

Subscription 订阅 全国各地邮电局(所)

Domestic Distributor 国内发行 河南省邮政报刊发行局

National 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 36-43

National Distribution Code 国外发行代号 M1006

Advertising Management Licence 广告经营许可证 4100004000050

Printed by 印刷 河南省委机关文印中心

Price 定价 (RMB) 4.90元(需挂号邮寄者另加挂号费3元)

本刊声明

● 本刊所载文字有修改权,可对文字做技术性删改,稿件从发表之日起,其所有版权和肖像权即归本刊,同时方可本刊转载第三方使用,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章,概不负责,所刊登文章仅供参考,不作为医疗诊断的依据。

● 部分转载作品因无法联系到原作者,敬请作者及时与本刊编辑部联系,以便及时刊出。

● 本刊除刊登广告,未经许可,不得转载、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,不作为合作交易或证明的依据,切记谨慎从事,由此引发的争议,均与本刊无关。

● 如有印刷质量问题与本刊编辑部联系。