

05 (上) 目录

May 2011
总第419期

CONTENTS



封面人物: 薛佳凝 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物奖	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

请让腹泻止步在这春天里

- 4 老人腹泻 小觑不得
- 6 宝宝腹泻 防不胜防
- 7 儿童腹泻:牢记密码“5-4-3”
- 8 及时对症止腹泻
- 9 腹泻莫禁食 巧吃护肠道

家庭篇

女性讲堂

- 10 职业女性别坐以待“病”
- 10 呵护“女性双宝” 关注生殖健康
- 11 高龄产妇须防大出血
- 12 准妈妈黏人为哪般

儿少卫生

- 13 铅笔不是好玩的
- 14 高汤养儿不可取
- 14 看似“文静”的多动症
- 15 小儿鼻蛆 教你三招

中老年健康

- 16 肩背痛:竟是肺癌惹的祸
- 16 老人高血压咋监测
- 17 运动降脂有讲究
- 18 老掉牙,不正常

男性话题

- 19 壮阳药莫滥用

医疗篇

家庭医生

- 20 不是手术刀的“切癌刀”
- 21 恶性高热是怎么回事
- 22 手术自供血 安全又经济

家庭药箱

- 23 耳道给药:剂型不同方式有别
- 23 说话不利一定是脑血管病吗
- 24 从尼美舒利谈儿童解热镇痛药的风险
- 25 国家基本药物之药品鉴宝:硫酸亚铁和右旋糖酐铁
- 26 乌鸡白凤丸男人也能用

糖尿病之友

- 26 糖尿病人穿鞋袜有学问
- 27 体重正常的2型糖尿病患者能用二甲双胍吗

说说前列腺增生

- 28 前列腺增生的因与防
- 29 前列腺增生如何治疗

自我诊疗

- 30 血液流变学指标与中风预测
- 30 教你几招辨黄疸
- 31 脑外伤后要防脑脊液漏

健康博览

医学多棱镜

- 32 艾滋病占据传染病死亡率榜首等

健康驿站

- 34 笑话·图趣·言论

生活篇

健康生活

- 35 除菌洗衣机也要常清洗
- 36 高原低氧助健身
- 37 寻着源头除口臭
- 37 春末夏初畏晨寒

饮食指南

- 38 老年养胃药膳
- 38 摄盐超标:别忽视了“隐形盐”
- 39 蔬叶果皮 弃之可惜
- 40 家有考生,营养配餐

心理世界

- 41 莫让幼年梦魇影响你的幸福
- 42 眼睛余光生心障

家庭美容院

- 43 我的黑痣需要“点”吗

44 餐桌上的“祛斑药”

夫妻之间

44 老年人 莫禁欲

45 勃起“障碍”原因多

养生篇

养生大观

46 争议中的 ω -3 神话

47 百岁老人都一样

47 老人养生有“四忌”

名人养生

48 周有光:简单豁达谱寿经

民间养生

49 以仁养生的“鬼子大夫”

50 百岁道长蒋信平:生活简朴 坚持运动

益寿锦囊

50 松品养生 服有妙方

51 七搓八搓 搓出健康

医患健康桥

千家妙方

52 健胃理气的芫荽菜

52 温经止痛灸艾叶

53 帕金森病:中医调治分七型(下)

经验点评

54 酸奶+大蒜 远离霉菌感染

55 治便秘:换一种生活方式

健康沙龙

56 心情不好“胃病”叨扰

56 痛风防治需要忌口吗

57 心率和心律不是一回事

58 “拈花惹草”驱春困

信息速递

58 一分为二再造乳房等

专家评广告

59 降血压可以不用药吗

专家答疑

60 慢性浅表性胃炎的药物治疗

60 过度手淫影响长高吗

60 男性绝育手术不影响性功能

61 药流的注意事项

61 正常精液液化的时间

61 短信平台

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 张乃峥 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 张镛 Zhang Qie
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 Editor 副社长 张甜 Zhang Tian
Assistant Chief Editor 副总编 刘大伟 李桂英 Liu Dawei Li Guiying

Senior Editor 编辑部主任 姜友珍 张慧 Jiang Youzhen Zhang Hui
Editor Reporter 编辑 李桂英 Li Guiying
郑鑫杨亮 Zheng Xin Yang Liang
李玉华 Li Yuhua
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
Tel 北京采编部 010-83131639
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,其专有出版权和再版权即归予本刊,同时还可本刊授权使用,本刊支付的稿费包含稿酬传播权的使用费,来稿文章自发表,对于侵犯他人版权或损害他人权利的文章,本报概不追究责任,所刊登文章仅供读者参考,不作为疾病诊断的依据。
- 部分转载文章因无注明原刊作者,敬请作者及本刊及时与本刊编辑部联系,以便奉还样刊、稿酬。
- 本刊所刊登文章,未经授权不得转载,擅自转载,侵权必究。
- 本刊所刊登广告,信息,不代表本刊观点,仅供参考,不作为合作或交易或承诺的依据,切记谨慎从事,由此引发纠纷,均与本刊无关。
- 如有任何疑问请与本刊编辑部联系。