

06 (上) 目录

June 2011
总第421期

CONTENTS



封面人物:李小明 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

出汗有奥秘 问君知多少

- 4 多汗是怎么回事
- 6 多汗治疗有方
- 7 中医谈谈汗分五色
- 8 出汗多减肥快吗
- 8 宝宝梦中出汗是缺钙、体质虚弱吗
- 9 汤汤水水消暑夏

家庭篇

女性讲堂

- 10 为口服避孕药正名
- 11 雌激素:更年期女性的危险朋友
- 11 葡萄胎随访切勿当“儿戏”
- 12 正确解读“卵巢早衰”

儿少卫生

- 13 “儿童性行为”不必尴尬
- 14 宝宝为啥爱流口水
- 14 婴幼儿急性上颌骨髓炎
- 15 烟草对婴儿有致命危害

中老年健康

- 16 用药不良反应,老人有对策
- 16 呵护这身老骨头
- 17 勤动双腿人不老
- 18 人老要防“眼中风”

男性话题

- 19 男性不育患者的注意事项

医疗篇

家庭医生

- 20 胆囊息肉需要及时手术吗
- 21 治疗原发性肝癌的专家共识
- 22 痛风患者如何降尿酸
- 22 血癌已不再是绝症

家庭药箱

- 23 五项措施防药疹
- 24 国家基本药物之药品鉴宝:妇科圣药逍遥丸
- 25 中西药“混搭”应慎重

下肢静脉曲张

- 26 下肢静脉曲张:知因能防
- 27 下肢静脉曲张手术要趁早

肝病防治

- 28 脂肪肝患者记住1和2
- 28 吃药不当也可导致肝硬化

自我诊疗

- 29 两穴联手除积虑
- 30 摩揉压提护咽喉
- 31 甲亢患者的生活调理

健康博览

医学多棱镜

- 32 鞋跟外侧磨损严重易患关节炎等

健康驿站

- 34 笑话·漫画·言论

生活篇

健康生活

- 35 赶走瞌睡“清醒”生活
- 36 潜伏的致癌日用品
- 37 穿出健康人字拖
- 38 运动减肥,多吃点不怕

饮食指南

- 38 当心面粉“美白计”
- 39 血小板减少性紫癜巧食疗
- 40 健康食油的黄金比例

41 低钠盐低钠吃

心理世界

42 放下你的偏执

43 超龄儿童们:六一快乐

夫妻之间

44 性爱的健康效益

45 “碧波仙子”性趣高

家庭美容院

46 美丽达人:六月初防晒

46 你真的了解抽脂手术吗

养生篇

养生大观

47 慢节奏赢得健康长寿

48 嵇康的“养生五难”

48 老人少“贪”寿自长

名人养生

49 与网球相伴百岁的开国上将吕正操

益寿锦囊

50 芒种为何要吃“苦”

50 中医保健的九个动词

51 散步三击掌健身益寿

民间养生

52 姥姥的健身故事

医患健康桥

千家妙方

52 生津理气话荔枝

53 皮肤疾患服薏仁

54 选个药枕闻香入眠

经验点评

55 自我保健治愈跟痛症

56 核桃壳治胃溃疡

健康沙龙

57 科学抗癌的方程式

58 感谢糖尿病

网络论坛

59 冬虫夏草能做保健食品吗

专家答疑

60 中老年“撞背”真能养生吗

60 正常精液的指标

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 彭瑞璐 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 轶 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 李玉华 郑 鑫 Li Yuhua Zheng Xin

Editor Reporter 编辑 杨 亮 Yang Liang

Editor Reporter 编辑 李玉华 郑 鑫 Li Yuhua Zheng Xin

Editor Reporter 编辑 高 兴 Gao Xing

Art Editor 美术设计 魏 娜 田 甜 Wei Na Tian Tian

Issue Advertising Director 广告发行

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

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,其专有出版权和网络传播权即授予本刊,同时许可本刊转载第三方使用,本刊对刊物的编辑包含信息网络传播权的保障,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,如有侵权,本刊保留追究法律责任,不在此限,特此声明。
- 本刊转载作品因无法联系原作者,敬请作者见刊后及时与本刊编辑组联系,以便寄酬刊、稿费。
- 本刊刊登广告,承印书刊,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,不代表本刊立场,仅供参考,不作为任何交易或承诺的依据,切勿轻信,由此引发的争议,均与本刊无关。
- 如有印装问题请与本刊编辑部联系。