CONTENTS 目录

本刊内容均经严格审定，但由于人体和药品存在差异，因而对疾病的诊断治疗，应以医生的意见为准。

《家庭医药》目录 2010（28） 10月上旬 (总第140期)

>>特别策划 P8

专家破解猪肉信任危机

（张宇）

现在，人们普遍对饲料养殖的禽畜肉的安全性非常担忧：到底饲料添加剂中加入了什么东西？是什么让现在的“饲料猪”、“饲料鸡”生长如此迅速？为什么现在的肉不如以前的香？吃了这样的肉，真的会有害健康吗？

>>专家评药 P20

降糖药“群英会”

（向红丁/陈兵）

糖尿病目前正处于“失控”状态！预计到2025年，糖尿病患者数量将飙升到3.8亿。防治糖尿病，综合措施是关键，药物是重点。本期专家评药，就请您在专家的指导下，学会在品种繁多的降糖药中合理选择。

>>名医谈病 P42

衰老难免 痴呆可防

（肖世富/颜世铭/许继平）

人到老年有两怕：一是“怕瘫”，二是“怕傻”。然而，现在老年痴呆患者却越来越多。怎么办？事实上，采取有力的预防措施，可有效预防老年痴呆的到来，延缓老年痴呆的发病进程，提高患者的生活质量。

编读直通车

3 健康接力赛：三重精彩，不容错过

热点关注

6 “全松茶”，你还能骗多久 本刊编辑部

人物专访

12 骨性关节炎，生命中可以承受之痛
——访第三军医大学西南医院骨科唐康来教授 杨丽伟

选药指南

用药之道

14 治疗哮喘 当心误入歧途 陈金伟
15 中药辨真伪——三七 卢 颖
16 脚气用药 十天半月是不够的 骆丹/许阳
18 黄连素不是“万能止泻药” 张 禹

妙方精选

19 治崩漏——何炎燊加减清海丸
19 单方治病：阳痿 郭剑华

我来荐方

24 糖渍海带治慢性咽炎 潘春华/蒲昭和
花椒水能止痒 刘永忠/蒲昭和
苦参黄柏治阴部湿疹 宋春兰/蒲昭和
25 香蕉皮“护手霜” 褚玉莉/蒲昭和

询诊热线

32 “伟哥”能否让心脏“减肥”
32 分泌性中耳炎怎么治
32 胃息肉怎么治
33 尿蛋白高，咋降
33 天冷天热，为何皮肤都奇痒难忍
34 莫名便血，痔疮还是肛裂
34 腰肌劳损有保守疗法吗
34 子宫肌瘤术后复发如何治疗
35 儿童癫痫怎么选药

健康大讲堂

心脑血管病

26 健康体重，健康血压 牛丽丽
28 防中风，守好“两道关” 陈阳美

藏医药天地

30 藏医药问答

医学探秘

38 “超级细菌”：人类自酿的苦果 罗光荣

健康保险

40 老年人投保4注意 王 艳

医药新知

36 肝细胞，皮肤造
36 伪装友好，有害健康
36 房颤者，易痴呆
36 听音乐，也能调节胆固醇
36 面包连皮吃，可以防肠癌
36 孕妇吃甘草，胎儿激素高
37 哮喘药增加前列腺癌危险

本刊可破月、破季订阅，读者可到当地邮局办理，也可与我社发行部联系邮购（邮购价5元/本），请写清详细地址、邮购期数。全国各地报刊亭有售。

就医导航

专家门诊
46 老年性生活 参照“九九表” 周贻谋
47 提前3～5年 发现糖尿病 王午喜
48 吃小龙虾，肌肉会溶解？ 胡宇华
49 不运动，为何汗也多 刘向农
50 鼻塞：找准病因，轻松应对 殷明德
51 高血压的“不等号” 马德林
52 服安眠药5要5不要 文 畅

体检之窗 疾病预防
53 胆固醇的“6、5、4、3” 徐 絮
54 老人谨防“出口病” 赵凤英
55 牙龈萎缩 好防不好治 李 刚

康复之路 成长空间
56 病后早下床，早康复 刘 洁
57 从圣元奶粉看性早熟 钟 燕

健康生活

生活小百科
58 老人为什么爱打盹 钟成涛
58 被遗忘的两大“保健特区” 申安宁
59 养腿，是一辈子的事 李修洋

养生益寿文摘
60 心虚出汗可食疗（等3则）
61 心里委屈了，就学孙悟空（等2则）
62 秋天，别让情绪“感冒”（等2则）
63 坐姿常换，保护前列腺（等2则）

看图辨病
64 发胖

性与健康
66 糖尿病会导致阳痿吗？ 董协良
66 尿道流白色物怎么办 董协良
66 刚结婚，也会性冷淡吗 董协良
67 为什么我怀不上孩子 董协良

营养美食
68 少林武僧的饮食秘笈 宁 莉
69 清淡饮食，怎么做才好吃（蔬菜篇） 范志红
70 肝硬化的饮食保健 金 瑞
71 喝咖啡，莫喝出健康隐患 彭永强

运动健身 心理牧场
72 健肺呼吸操 林禹成
73 老人患病别忘疗“心” 彭永强

视 界

74 肺衰竭，原是豌豆惹祸（等2则）

>> 本刊健康药店合作伙伴

河南百家好一生医药连锁有限公司

北京同仁堂 洛阳王府井药店

▶本期分类导读（部分）

高血压	健康体重，健康血压	26
	高血压的“不等号”	51
糖尿病	降糖药“群英会”	20
	提前3～5年 发现糖尿病	47
心血管病	防中风，守好“两道关”	28
	胆固醇的“6、5、4、3”	53
呼吸系统	治疗哮喘，当心误入歧途	14
	鼻塞：找准病因，轻松应对	50
口腔	牙龈萎缩 好防不好治	55
骨关节病	骨性关节炎，生命中可以承受之痛	12
	养腿，是一辈子的事	59
皮肤病	脚气用药 十天半月是不够的	16
老年痴呆	衰老难免 痴呆可防	42
失眠	服安眠药5要5不要	52
消化系统	黄连素不是“万能止泻药”	18
	肝硬化的饮食保健	70
两性	老年性生活 参照“九九表”	46

声 明

1.凡来稿者，应保证作品没有侵犯他人著作权或其他权利的内容，并对此承担责任；不得一稿多投；稿件投到本刊之日起，三个月后不见采用，可自行处理。

2.稿件凡经本刊使用，即视作作者同意授权本刊其作品包括但不限于电子版信息网络传播权、无线增值业务权，并且本刊有权授权合作伙伴再使用。本刊支付的稿费已包括上述使用方式的稿费。

3.来稿一经刊载，即按规定一次性支付稿酬。该稿酬已包括该文今后收录在本刊附属出版物、网站以及入编数据库的稿酬。如刊登三个月后未收到稿酬，请与编辑部联系。

4.稿件在本刊发表后，作者已授权本刊处理有关转载事宜，凡转载、转摘该作品者，须征得本刊同意，并注明出处和作者姓名，向作者支付稿酬。

对上述条款如有异议，请在来稿时声明，否则将视作同意。

每月，全国有逾10万名药品经销商、基层医务工作者阅读《家庭医药》。

封面模特：高洋（图片提供：心兑）