

# 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 (25) 9月上旬 (总第137期)

## >>特别策划 P8

### 解密“中国癌症地图” (张宇)

中国幅员辽阔,各地癌症的发病率差异很大,据此专家整理出一份“中国癌症地图”。

这份“癌症地图”究竟隐含了什么信息,为什么有些地方会出现某些癌症高发的情况?让我们跟随专家一起,找出各地癌症高发的真相。

## >>专家评药 P18

### 降压药“世代之争”——疗效才是硬道理

(洪昭光/郑安琳)

降压药的不断“升级”引发了一场令人瞩目的“世代之争”。心痛定、北京降压0号等老药真的应该退出历史舞台了吗?降压药的新方向、新潮流又在哪里?针对经济条件不同、病情轻重不同的高血压患者,选择降压药的标准是什么?

## >>名医谈病 P40

### 饮食“保胃战”

(李军祥/陈希/李惠明/马国精/吴志)

防治胃病就像一场战争,战胜它,您可以拥有一个健康的胃;如果被打败,则会影响消化吸收,输掉您的健康。幸运的是,对于很多人而言这场战争并不需要药物的参与,只要注意饮食营养,就可以保胃、护胃,让它不受疾病的侵扰!

## 编读直通车

3 健康接力,鸣枪开跑

## 热点关注

6 洪水过后,须防大疫 陈济安/常玉英

## 人物专访

12 65岁,留住你的牙  
——访中华口腔医学会牙周病学专业委员会  
常务委员 陈铁楼教授 杨丽伟

## 选药指南

用药之道 14 补肾,要补到点子上 万慎曜  
16 用药,别走极端 易善永  
17 服降糖药,小心6类“捣乱者” 李竞

我来荐方 22 胡椒红糖汤解胃痛通小便 王崇仪/白晓菊  
22 萝卜姜梨水镇咳祛痰 张一帆/白晓菊  
22 杜仲猪腰治腰痛 肖桂群/白晓菊  
23 枸杞防口干 钟皓/蒲昭和

妙方精选 24 赵思俭治老人便秘方  
24 小儿夏季热 郭剑华

## 问诊热线

32 头晕久治不愈是何因

32 手指胀痛,祸起风湿  
32 37.2℃算发热吗  
33 莫名掉发是何因  
33 糖耐量异常可否哺乳  
33 肾萎缩能恢复吗  
34 直肠前突咋治  
34 “斯菲组合”能治糖尿病吗  
34 子宫囊肿怎么治  
35 湿疹怎么治

## 健康大讲堂

心脑血管病 25 血管钙化,危险! 牛丽丽  
26 肩周炎治不好,糖尿病是“主凶” 王金山  
28 胸背痛+高血压——  
警惕主动脉上的“炸弹” 徐志云/韩庆奇  
藏医药天地 30 藏医药问答  
31 第四届“甘露藏医药知识专业培训班”成功举办  
医学探秘 38 身体的“黄灯”警告 李增烈/李伟皓

## 医药新知

36 多喝水,不抑郁  
36 性格内向者并非更易患癌  
36 泳池消毒剂危害大  
36 洗澡太频繁,或致皮肤癌  
36 人工角膜研制成功  
36 癌症有望“一针了之”  
37 绝经早,患心脑血管病几率高

## 就医导航

专家门诊	44 你的血压是“勺型”吗	钱卫冲/吴倪娜
	45 60岁了，近视还在加深	张殷建
	46 糖尿病，伤了谁的心	罗学宏
	47 年纪大了，要不要献血	滕本秀/陈特
	48 前列腺炎：颠倒的95%	沈海源
	49 皮肤瘙痒，或是肝病	徐新献
50 鱼刺卡喉别喝醋	郑永腾	
体检之窗 疾病预防	51 自测3分钟，有病早知道	杨涓
	52 老人谨防“闪腰”	康静
	53 更年期提前——摘除卵巢惹的祸	欧阳学农/吴志
康复之路 成长空间 女性天地	54 不用药，颈动脉也能软回去	金永寿
	55 让宝宝不再便秘	谭映红
	56 失眠为何对女性“情有独钟”	

## 健康生活

运动健身 生活小百科	57 腰肌劳损，按摩9式	郭剑华
	58 卫生间里的“健康时钟”	左嘉
	58 豆浆机，你洗干净了吗	兰智静
	59 24小时颈椎保养	李修洋
养生益寿文摘	60 纠正姿势 让排便畅通无阻（等4则）	
	61 从黛玉之死看养肝的重要性（等2则）	
	62 老人散步的正确姿势	
	63 入秋转凉 前列腺“犯病忙”（等2则）	
看图辨病 性与健康	64 尿频、尿急、尿痛	
	66 性爱后全身奇痒是为何	董协良
	66 睾丸疼痛是为何	董协良
	67 骑自行车影响性功能吗	董协良
营养美食	67 精索静脉曲张会影响生育吗	董协良
	68 巧吃月饼更健康	林欣羽
	69 羊奶比牛奶更营养吗	宁莉
心理牧场	70 当心结石“祸从口入”	吴登龙
	72 过度的孝，是一种害	梁春

## 视界

73 小孩掏耳，刺破鼓膜（等4则）
-------------------

## >> 本刊健康药店合作伙伴

 **百家好一生** 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	降压药“世代之争” ——疗效才是硬道理	18
	你的血压是“勺型”吗	44
	糖尿病 服降糖药，小心6类“捣乱者”	17
糖尿病	糖尿病，伤了谁的心	46
	心血管病 血管钙化，危险！ 胸背痛+高血压—— 警惕主动脉上的“炸弹”	25 28
	不用药，颈动脉也能软回去	54
前列腺	前列腺炎：颠倒的95%	48
胃肠病	饮食“保胃战”	40
骨关节	腰肌劳损，按摩9式	57
	24小时颈椎保养	59
肾结石	当心结石“祸从口入”	70
皮肤病	湿疹怎么治	35
	皮肤瘙痒，或是肝病	49
两性	骑自行车影响性功能吗	67

## 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，须经得本刊同意，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：左小青（图片提供：艾娃）