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 2011（31） 11月上旬刊（总第179期）

>>特别策划 P10

传统食品“功与罪”

（张宇）

进入现代社会，人们开始用现代营养学的要求来审视传统食品：担心泡菜致癌、腐乳被霉菌污染、香肠腊肉含盐量过高……昔日人们甘之如饴的传统美食，现在却因各种问题“罪名缠身”。我们还能像祖辈一样放心地吃这些传统食品吗？

>>专家评药 P22

别让“甾药”成“灾药”

（蒋宇利/吴倪娜/李定国/吴金莲）

这是一类效果相当不俗的退烧止痛药，全世界每天约3000万人使用，或许也是您并不太了解的非处方药。支持者看好其止痛退烧能力，反对者恐惧其夺命杀招。那么，它是该得到更广泛的应用，还是被套上紧箍咒呢？

>>名医谈病 P50

泻药，能解便秘几多愁

（刘福/王宴美/李增烈）

便秘是一种常见的症状，约有半数以上的老年人患有便秘。它不仅是痔疮、肛裂、肛瘘等肛肠疾病的重要诱因，还可引起或加重许多全身性疾病。我们应该如何应对便秘？面对便秘，泻药真是“解药”吗？

每月健康扫描

6 热点：尊重医生，就是敬畏生命本身 本刊编辑部
7 医生的一天 张学武
8 新知：常吃苹果梨，中风危险低（等4则）
9 记事：一季不取隐形镜，角膜浑浊待移植（等3则）

人物专访

14 神经减压显奇效，糖尿病足重获新生——访第三军医大学西南医院神经外科冯华教授 何雷/杨丽伟

用药之道

16 保肝药 只能“打打下手” 陈汝福
17 煎中药，挺有技术含量 周祖贻
18 痛经用药“故事会” 常怡勇
19 明目三丸 万慎曜
20 “老慢支”患者，用药莫陷7误区 易善永

妙方精选

21 名医名方：刘云鹏治流产方——固胎汤
21 单方治病：痛风性关节炎 郭剑华

我来荐方

26 香蕉皮水降压 刘钢/白晓菊
26 玄参桔梗汤治喉炎 陈燕炳/白晓菊
26 丝瓜藤治风湿 罗涓/白晓菊
27 苍术五倍子汤治口腔溃疡 朱德珍/蒲昭和
27 韭菜水治腰疼 梁宇/蒲昭和

心脑血管病防治

28 冬季易发心绞痛，如何用药 陈金伟
29 谨防心病、肾病联合“发难” 徐璧云
30 银杏叶，怎么服用才安全 罗瑜敏
32 头晕，也有“偏好” 金永寿
33 治疗心肌梗死，斩草还要除根 牛丽丽

询诊热线

34 长期服用扑尔敏有不良反应吗（等2则）
35 老年人白内障和老年黄斑病变可以保守治疗吗（等2则）
36 气胸是什么疾病（等3则）
37 双下肢浮肿、麻木如何治疗

《家庭医药》创刊十周年特稿

38 关注冠心病，实现健康“2020” 曾春雨

运动健身

40 午睡后，如何唤醒你的身体 赵之心

专家门诊

54 让血压波动温柔一些 衷敬柏
55 老寒腿，怎么动 马卫华
56 包皮那点事 林涛/刘俊宏
57 糖尿病的奇怪症状 王午喜
58 冠心病患者的“吃喝玩乐” 曹小织
59 肝区疼痛是何因 常玉英
60 如何戴好假牙 陈铁楼

万方数据

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。

体检之窗

62 警惕胃里潜伏的“幽灵” 徐新献

医学探秘

63 说说那些“善良”的细菌 杨 畅

疾病预防

65 “满面红光”就很健康吗 魏睦新/胡平

66 得了癌症，两类患者活得好 何裕民

67 清晨感觉不适莫大意 彭永强

康复之路

68 肌肉累了，别只顾等待 郭剑华

家医大药房

70 止头痛，如何选用中成药 刘继林

看图辨病

72 流鼻血 钱伟林

养生益寿文摘

74 8招保持心脏活力（等3则）

75 忽冷忽热，如何防感冒（等3则）

76 南北养生，各有千秋（等2则）

性与健康

78 拥抱引起勃起，需要治疗吗 董协良

78 精子活力不正常能治好吗 董协良

79 绝经不“绝性”，乐享第二春 邵丽华

身边的医学

80 高枕真的“无忧”？ 孙宏涛

老年优生活

82 改善睡眠质量，不妨试试助眠仪 王小松

83 药枕巧解失眠苦 张 平

营养美食

84 乙肝患者，请跟这些食品“划清界限” 刘士敬

85 秋天吃水果的5个问题 范志红

86 食物的配伍与巧搭 蔡东联/朱炜

>> 本刊健康产业合作伙伴

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

JOSUNF嘉生活

康宁久久 KANGNING JIUJIU

过敏之家

▶本期分类导读（部分）

高血压	让血压波动温柔一些	54
糖尿病	神经减压显奇效，糖尿病足重获新生	14
	糖尿病的奇怪症状	57
心脑血管	冬季易发心绞痛，如何用药	28
	治疗心肌梗死，斩草还要除根	33
	关注冠心病，实现健康“2020”	38
头痛	止头痛，如何选用中成药	70
失眠	改善睡眠质量，不妨试试助眠仪	82
呼吸	“老慢支”患者，用药莫陷7误区	20
骨关节	单方治病：痛风性关节炎	21
	老寒腿，怎么动	55
肝病	保肝药 只能“打打下手”	16
	乙肝患者，请跟这些食品“划清界限”	84
口腔	如何戴好假牙	60
胃肠道	警惕胃里潜伏的“幽灵”	62
妇科	痛经用药“故事会”	18
肿瘤	得了癌症，两类患者活得好	66
两性	绝经不“绝性”，乐享第二春	79

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。

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以及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。来稿一经刊载，即按规定一次性支付稿酬。

3.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》。

万方数据