

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 (16) 6月上旬刊 (总第164期)

>>特别策划 P10 “人造肉” 解谜

(张宇 陈靛)

人类社会已经进入“工业食品”时代。超市里火腿肠、三明治、鱼丸以及各种风味肉制品琳琅满目,可这些肉实际上已经不是传统意义上的肉,将其称为“人造肉”一点也不为过。

这些“人造肉”有益于我们的健康还是会造成危害?请看本期特别策划。

>>专家评药 P20 风波之后再话碘

(任榕娜/龙荣/郑素平/刘兰香)

今年3月11日,日本9级大地震引发核泄漏。令人没有想到的是,一个平时几乎不被人注意的化学元素——碘,却在这场风波当中迅速“走红”。碘真的能防核辐射吗?它与人体健康究竟是一种什么样的关系呢?

>>名医谈病 P46 与湿疹作战的日子

(徐慧珍/周村建)

如果问痒和痛哪一个更让人难以忍受,也许很多湿疹患者会选择前者。湿疹反复不愈的病情,往往会严重影响患者及家人的生活质量。然而事实上,只要摆正认识,规范诊疗,湿疹是能够治愈的。本期名医谈病,请看湿疹的治疗和预防。

每月健康扫描

- 6 | 热点:重拳出击食品安全
- 7 | 让更多的老百姓用上放心药——药交会,《家庭医药》来了
- 8 | 新知:大脑也需做“扫除”(等5则)
- 9 | 记事:“半截人”,安上电池不痛了(等3则)
- 9 | 短消息

人物专访

- 14 | 高血压,不只是降压这么简单——访全军高血压、心衰和动脉粥样分会委员 闫振成教授 杨丽伟

用药之道

- 16 | “另类药”使用规则 陆基宗
- 17 | 非处方药的“甲方乙方” 刘成禹
- 18 | 治阳痿:伟哥三兄弟 王敏

我来荐方

- 24 | 吴茱萸末填脐可降压 章奇/白晓菊
- 24 | 生姜止血 王闯/白晓菊
- 24 | 西红柿拌蜂蜜除便秘 刘青/蒲昭和
- 25 | 含味精,止牙痛 刘楚/蒲昭和

妙方精选

- 26 | 名医秘方:郑惠伯治冠心病——加味四妙勇安汤
- 26 | 单方治病:牙痛 郭剑华

心脑血管病防治

- 27 | “好脂肪”,多多益善? 牛丽丽
- 28 | 当心帕金森悄悄道来 金永寿
- 30 | 降压,别争强好胜 陈国伟
- 31 | “糖友”们,请对“表” 本刊编辑部

问诊热线

- 32 | 老年性顽固性便秘怎么办/孩子生长激素缺乏怎么办
- 33 | 上睑下垂是先天不足还是后天失养/如何应对冠心病搭桥术后心跳加速
- 34 | 我患的是梨状肌综合征吗/孩子抗链球菌溶血素O水平高怎么办

康复之路

- 36 | 糖尿病,康复路上少吃盐 张迪

医学探秘

- 37 | 眼屎的健康提示 杨畅

家医大药房

- 38 | 退烧药,你选对了没 陆明

看图辨病

- 40 | 恶心呕吐 李涛

名家论坛

- 42 | 脑不老,人就不老 贺晓生

体检之窗

44 | 查血，先问血的出处

刘 罡

专家门诊

50 | 乙肝携带者，无需针与药

刘士敬

51 | 滥用“滴鼻净” 老太险丧命

罗学宏

52 | 降糖有度不能“过”

周红文

53 | 防治头屑三大误区

范卫新

54 | 咳嗽可用“心药”医

赵向辉

55 | 入夏当防红眼病

邱庆华

56 | 拯救“摇摇欲坠”的牙齿

陈铁楼

疾病预防

58 | 老人驼背怎么防

何 畏

60 | 眼皮跳：不测吉凶测疾病

周祖贻

61 | 让鼻咽癌无机可乘

赵泽贞

运动健身

62 | 2型糖尿病，如何动起来

——解读美国《运动与2型糖尿病指南》 马翠华

养生益寿文摘

64 | 康熙的养生之道：不吃补药 练字宽怀（等3则）

65 | 4种方法帮你赶走口臭（等2则）

66 | 性格决定健康（等2则）

67 | 学会十招心不累

性与健康

68 | 子宫内膜炎会导致不孕吗

董协良

68 | 前列腺囊肿怎么治疗

董协良

69 | 无性的日子，幸福依然在

易 莘

身边的医学

70 | 跷二郎腿6祸害

李修洋

71 | 换个姿势，便秘迎刃而解

王荣华

72 | 掏耳朵 要不得

龚 宇

营养美食

74 | 香精+色素+水=现榨饮料

柳 斌

75 | 感冒了，更要均衡饮食

王兴国

76 | 咖喱——保肝护心

刘士敬

心理牧场

78 | “返老还童”的父亲

曾钰茹

>> 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（一部分）

高血压	高血压，不只是降压这么简单	14
	降压，别争强好胜	30
糖尿病	“糖友”们，请对“表”	31
	降糖有度不能“过”	52
心脑血管	脑不老，人就不老	42
胃肠道	看图辨病：恶心呕吐	40
呼吸系统	咳嗽可用“心药”医	54
皮肤	与湿疹作战的日子	46
	防治头屑三大误区	53
骨关节	老人驼背怎么防	58
感冒	退烧药，你选对了吗	38
	感冒了，更要均衡饮食	75
肝病	乙肝携带者，无需针与药	50
口腔	单方治病：牙痛	26
	拯救“摇摇欲坠”的牙齿	56
眼科	入夏当防红眼病	55
肿瘤	让鼻咽癌无机可乘	61
两性	治阳痿：伟哥三兄弟	18

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》。

封面模特：蒋梦婕（图片提供：艾娃）