

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 2012 (01) 1月上旬刊 (总第185期)

>>特别策划 P10

健康管理:我的健康我做主 (本刊编辑部)

中国的老龄化正面临着众多严峻的健康挑战:光治病不行,加预防也不够,健康也需要管理!

每个人都应学会像管理一个企业一样管理自己的身体、管理自己的健康,做到我的健康我做主!

>>专家评药 P20

阿莫西林,“多快好省”的抗菌良药 (李定国/黄德华)

新春佳节临近,在人们把酒言欢享受快乐的同时,胰腺炎却在在一旁虎视眈眈。每到此时,因暴饮暴食而引发胰腺炎的患者就会明显增加,而重症胰腺炎病死率高达50%!因此,欢度佳节时,千万要警惕胰腺炎。

>>名医谈病 P50

欢宴度佳节,慎防胰腺炎 (李增烈/常玉英/孙宝友)

不论在门诊还是药房,它的用量一直很高;不论住院还是术后出院,处方单上常有它的身影。论身份,它是抗生素;论用途,它兼容并包。这就是阿莫西林,“多快好省”的济世良药。

每月健康扫描

- 6 | 热点:6大最值得期待的医学突破 本刊编辑部
- 7 | 微闻/数字/新知
- 8 | 记事

人物专访

- 14 | 接种流感疫苗,不只是孩子的事
——访重庆市预防医学会免疫专委会王青主任
杨丽伟

用药之道

- 16 | 怕冷者御寒有妙招 陈金伟
- 17 | 胃药,也是“止喘药” 孙可
- 18 | 珍爱生命,慎用偏方 易善永
- 19 | 老年血压高,一汤解君愁 潘文昭

我来荐方

- 24 | 止磨牙方 梁军/蒲昭和
- 24 | 禽粪热敷,手脚不麻 季春/白晓菊
- 24 | 马钱子治面神经麻痹 李喜范/周祖贻
- 25 | 绿豆生姜,止晕良“药” 柳丞/白晓菊
- 25 | 明矾水足浴治流口水 杨隽/祖贻教

心脑血管病防治

- 26 | 测血压,别忘了看脉压 陈国伟
- 27 | 动脉硬化,离冠心病有多远 牛丽丽
- 30 | 手脚发麻、刺痛——糖尿病惹的祸 张妮娅

31 | 心衰发作勿当哮喘

孙宏涛

会诊热线

- 32 | 2型糖尿病如何用中药调理(等2则)
- 33 | 脑缺血灶该怎样治疗(等3则)
- 34 | 直肠癌手术化疗后如何进行中医药调理
- 35 | 肾功能衰竭该如何用药

家医大药房

- 36 | 治腹泻,首选这些药

陆基宗

体检之窗

- 38 | 乙肝患者的体检计划书

徐新猷

医学探秘

- 40 | 小哈欠,大学问

金永寿

康复之路

- 49 | 失眠勿愁,粥疗解忧

吴大真

专家门诊

- 54 | 冬日里,暖暖您的胃 汤大铁
- 55 | “糖友”过冬3注意 陈耀
- 56 | 不当“斑主任” 李春英
- 57 | 小心,这3个习惯很伤肾 黄建华/吴志
- 58 | 眼外伤 应急有方 罗学宏
- 59 | 口腔溃疡,背后有隐情 熊亚

万方数据

60 | 降压，从限盐开始

杨 剑

疾病预防

- 62 哪些食物不耐受，不妨查一查 刘玉萍/龚立荣
64 您对面瘫知多少 许继平
65 头痛别忘看鼻科 张学渊/钟诚

养生益寿文摘

- 66 天冷，洗澡水别太热
66 信心是治病的基础
66 玩音乐，让老人思维敏捷
67 六招帮您化解跑步的乏味感
67 冬季保健粥谱
67 海带紫菜，多吃防寒
68 “糖友”，吃饭记住手掌法则
68 消食片不能多吃
68 煲汤1小时营养最佳
69 晚上捶捶背 老人好入睡
69 人身上有5个祛火点
69 不同疾病发作的高峰时段

性与健康

- 70 精索静脉曲张怎么治疗 董协良
70 逆行射精该怎么治疗 董协良
71 前列腺炎，会不会导致阳痿 文双纶
71 冬日性爱，注意防寒 李修洋

身边的医学

- 72 健康“黑榜”：7种生活坏习惯 杨 畅
73 试试3种国外保健新方法 程菊珍
74 肠子也会“中风” 李 宁
75 老眼昏花，不都是“老花” 陶 海

老年优生活

- 76 经络养生，日常之道 谢 毅
77 家用医疗良品——经络治疗仪 孙 晓

营养美食

- 78 补铁，红枣不如瘦肉给力 宁 莉
78 冬食红薯好处多 高 杰
79 尴尬的猪肝 王兴国
80 当心食物的“隐性浪费” 范志红
81 冬季食补“充电” 吴金莲

>> 本刊健康产业合作伙伴

 **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	降压，从限盐开始	60
糖 尿 病	手脚发麻、刺痛——糖尿病惹的祸	30
心脑血管	动脉硬化，离冠心病有多远	27
	心衰发作勿当哮喘	31
肝 病	乙肝患者的体检计划书	38
胃 肠 道	冬日里，暖暖您的胃	54
	治腹泻，首选这些药	36
呼 吸	接种流感疫苗，健康你我他	14
肾 病	小心，这3个习惯很伤肾	57
神 经	您对面瘫知多少	63
失 眠	失眠勿愁，粥疗解忧	49
皮 肤	不当“斑主任”	56
口 腔	口腔溃疡，背后有隐情	59
头 痛	头痛别忘看鼻科	64
眼 科	眼外伤 应急有方	58
	老眼昏花，不都是“老花”	75
肿 瘤	直肠癌手术化疗后如何进行中医药调理	34
两 性	前列腺炎，会不会导致阳痿	71

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》。

封面人物：孙俪（图片提供：心兑）