

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 (07) 3月上旬刊 (总第191期)

>>特别策划 P10

人体清洁书 (严敏/张宇)

近年来,有医学家和营养专家认为,人体内部积滞的各种“垃圾”会造成人体慢性中毒,被认为是催生各种疾病和早衰的首要因素。那么,为了我们的健康,对外,应该如何阻挡外界污染物侵袭人体;对内,又该如何清除人体有毒有害的代谢产物,维护正常的新陈代谢?

>>专家评药 P20

奥美沙坦,降压新星

(牛丽丽/陈国伟/沈清来)

奥美沙坦能较好改善左心室舒张功能,能够在不改变心率的情况下实现安全有效的降压目的,长期应用可使左心室肥厚逆转。随着优点的逐步发掘,其地位也逐渐攀升,全球范围内,奥美沙坦势头已胜过缬沙坦等“老前辈”,在美国ARB处方量中高居第一。

>>名医谈病 P50

拿什么拯救你,“糖心病”

(廖涌/李阳/蒲丹岚/邹大进)

我们知道,糖尿病是重要的心脑血管病危险因素。调查显示,80%糖尿病患者死于心脑血管病,而60%~70%冠心病患者伴有糖尿病和高血糖。可以说,糖尿病性心脏病(简称“糖心病”)正逐步渗入我们的生活,威胁大众健康。

每月健康扫描

- 6 | 热点:“洋神医”骗局调查——
抗癌酮治不了癌症 本刊编辑部
- 7 | 镉污染,如何远离 梁智华
- 8 | 微闻/记事
- 9 | 新知/数字

人物专访

- 14 | 治好风心病,为患者打开“生命之门”
——访全军心血管外科中心主任肖颖彬教授
杨丽伟

用药之道

- 16 | 维生素:“性福”好帮手 易善永
- 17 | 别让山楂“酸”了药效 张泉龙
- 18 | 老年糖尿病,用药有讲究 陆基宗
- 19 | 救心药服用法则 万慎曜

传统医学

- 24 | 我来荐方:老豆腐治神经性皮炎 罗峰/李峰/李斌
绿豆蛋花水治口腔溃疡 刘涌/白晓菊
药敷涌泉治慢支 杨杰/白晓菊
- 25 | 胡椒半夏治恶呕 王昱/蒲昭和
苍耳红糖水治头晕头疼 陆贤/白晓菊
- 26 | 名医金方:温馨熏洗方 吴土莲/叶敦敏
- 26 | 单方治病:阳痿 郭剑华

万方数据

27 | 看张仲景如何治疗糖尿病

张国玺

心脑血管病防治

- 28 | 动“刀”则灵的高血压 陈国伟
- 29 | 4种脑梗死,你都认识吗 段学忠
- 30 | 我国银杏制品市场的现状和未来 宋廷懋
- 32 | 用好胰岛素是一门艺术 张妮娅

问诊热线

- 34 | 青光眼如何治疗(等2则)
- 35 | 糖尿病合并高血压该如何治疗(等2则)
- 36 | 老年人冬季皮肤瘙痒怎么办(等2则)
- 37 | 有问必答

名家论坛

- 38 | 糖尿病自我管理之非药物治疗 向红丁

体检之窗

- 40 | 药物干扰,“军情”虚报 李定国

专家门诊

- 54 | 赶走脱发的烦恼 李斌
- 55 | 尿失禁,难以言说的痛苦和尴尬 沈海源
- 56 | 药物加手术,向慢性鼻窦炎宣战 殷明德
- 57 | 肾囊肿、多囊肾 不一样的肾脏病 徐璧云
- 58 | 会“说谎”的心电图 刘玉萍/龚丽荣

- 59 | 早春谨防皮肤病 吴金莲
60 | 白内障，别等“熟了”再摘 胡柯

家医大药房

- 62 | 咳嗽，您需要“阶梯选药” 张旭东

看图辨病

- 64 | 头痛 李庆贤

预防与康复

- 66 | 李登辉大肠癌手术的警示 罗学宏
67 | 你春困了吗 张静
68 | 前列腺增生，肛检能确诊 夏向南

养生益寿文摘

- 70 | 早春养生以养肝为主
70 | 3种情况老人不宜洗澡
70 | 简洁就是轻松
72 | 健康自测，防患于未然
72 | 药效有个黄金期
72 | 选牙刷有讲究

性与健康

- 74 | 抗精子抗体阳性怎样治疗 董协良
74 | 不能正常勃起怎么办 董协良
75 | 古代房中术里的养生秘诀 贺延年

医学探秘

- 76 | 肥胖的真相 杨畅

老年优生活

- 78 | 步行运动 强身又养生 周芳
78 | 计步器，让健康走出来 侯乐荣

身边的医学

- 80 | 春寒料峭，老人要防肺部感染 杨峰

营养美食

- 82 | 三方评说，夸夸大蒜 原所贤/杨峰/周凤玲
84 | 补钾，跟限盐一样重要 牛丽丽

>> 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 (-部分-)

高血压	奥美沙坦，降压新星	20
	动“刀”则灵的高血压	28
	糖尿病合并高血压该如何治疗	35
糖尿病	看张仲景如何治疗糖尿病	18
	用好胰岛素是一门艺术	32
	糖尿病自我管理之非药物治疗	38
心脑血管	拿什么拯救你，糖心病	50
	治好风心病，为患者打开“生命之门”	14
	救心药服用法则	19
眼科	白内障，别等“熟了”再摘	60
皮肤	早春谨防皮肤病	59
	赶走脱发的困扰	54
泌尿	尿失禁，难以言说的痛苦和尴尬	55
	肾囊肿、多囊肾 不一样的肾脏病	57
呼吸	药物加手术，向慢性鼻窦炎宣战	56
	咳嗽，您需要“阶梯选药”	62
两性	维生素：“性”福好帮手	16
	古代房中术里的养生秘诀	75

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》。

封面人物：李冰冰（图片提供：艾娃）