

HOME MEDICINE 中国 3 亿 家庭

就医选药

实用指南

刊号: CN 45-1301/R ISSN1671-4954
邮发代号: 48-69

10

2015

零售价: 8.00元

家庭医药



糖友，要降糖也要护眼

骨关节疼痛来袭怎么办

癌友康复 宜多与宠物“牵手”

活性维生素D，
老人补钙好搭档

头一动就晕，小心“耳石症”在作怪

银发族：谨防心衰“变脸”成哮喘

治口腔溃疡新方

及早干预， 有效防控9大老年病

www.jtyy.com



手机扫描进入家庭医药网站



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 2015 (19) 10月号上半月刊 (总第280期)

>>特别策划 P10

及早干预,有效防控9大老年病

(邵萍/陈丽云/梁瑞珺/燕海霞)

身体健康是老人安度晚年的前提,在重阳节到来之际,我们除了为老人们送上衷心的祝福,也把目光投向他们的健康领域,关注老年疾病的防治。本期特别策划,我们聚焦老年人易患的9大疾病,邀请国内知名的老年病医学专家,详谈相关防控措施,为天下所有的银发老人送上一份秋日的关爱。

>>专家评药 P36

活性维生素D,老人补钙好搭档

(孙尔维/程志安/高芸艺)

对于老人常患的骨质疏松,补钙是主要的治疗措施。在补钙时,常同时需要补充维生素D。维生素D分为普通的和活性的,而越来越多老年病学家认为,老年人补充活性维生素D在防治骨质疏松和骨质增生方面起着不可或缺的作用。活性维生素D为何如此受推崇?它与普通维生素D有什么区别?它能否替代后者呢?

每月健康扫描

4 | 时间/新知

热点关注

8 | “医闹入刑”的背后

本刊编辑部

专家门诊

疾病诊疗

- | | | |
|----|------------------|-----|
| 14 | 糖友,要降糖也要护眼 | 宋建功 |
| 16 | 骨关节疼痛来袭怎么办 | 刘祖春 |
| 18 | 头一动就晕,小心“耳石症”在作怪 | 席刚明 |

心脑血管及糖尿病

- | | | |
|----|-------------------|-----|
| 20 | 颈动脉有斑块并狭窄怎么办 | 王有国 |
| 22 | 银发族:谨防心衰“变脸”成哮喘 | 沈清来 |
| 24 | 突发脑溢血,最初5分钟急救至关重要 | 王小衡 |

预防与康复

- | | | |
|----|------------------|---------|
| 26 | 癌友康复宜多与宠物“牵手” | 欧阳学农/吴志 |
| 27 | 耳朵为什么“突聋” | 杨华 |
| 28 | 诊断食物过敏的金标准 | 关凯 |
| 30 | 甲胎蛋白:查肝癌我也需要“帮手” | 李增烈 |
| 31 | 顽固脑肿瘤竟从右耳长出 | 吴斌/亚静 |

名家面对面

人物专访

- | | | |
|----|--|-----|
| 32 | 新颖“日间手术”为疝气“打补丁”
——访复旦大学附属华山医院疝与腹壁外科微创诊疗中心主任姚琪远教授
复旦大学附属华东医院大外科主任唐健雄教授 | 赵非一 |
|----|--|-----|

名家论坛

- | | | |
|----|--------------|----|
| 34 | 血脂异常类型不同治疗有异 | 黄燕 |
|----|--------------|----|

用药之道

选药指南

- | | | |
|----|-------------------|---------|
| 40 | 警惕治疗乙肝的核苷酸药物引发软骨病 | 罗光荣 |
| 42 | 对阿司匹林,糖友别轻易说“不” | 胡爱民/徐乃佳 |
| 44 | 药食两用食品需慎用 | 谭敦民 |

传统医学

- | | | |
|----|---|-----|
| 46 | 中药治过敏性紫癜10方 | 王豪 |
| 48 | 沉香类中成药治胃病4例 | 陈金伟 |
| 50 | “背法”不可随意施行 | 王金山 |
| 51 | 治口腔溃疡新方 | 潘文昭 |
| 52 | 我来荐方:芋头大枣治皮肤瘙痒/单味佛手治疗梅核气/蛇蜕炒鸡蛋治疗流行性腮腺炎/川牛膝汤治疗子宫出血 | |
| 53 | 枸杞子酒治疗肝肾阴虚型老年性白内障/臭蒲根治皮肤瘙痒/单味薏苡仁治疗着痹 | |

>> 本刊健康产业合作伙伴

>>名医谈病 P54

冠脉支架植入后就可以一劳永逸吗

(曾春雨/于长青/黄十洲/韩林)

冠状动脉内支架植入是治疗冠心病的重要手段。然而，什么时候采取冠脉支架的安置以及放置支架后的注意事项，大部分患者并不完全知晓，尤其是部分患者错误地理解为“放置冠脉支架后能够一劳永逸”，而不遵医嘱服药，这是很危险的。本期名医谈病，就来谈一谈冠脉支架的安置、手术后注意事项及常见的认识误区。

问诊热线

- 58 烧伤后的瘢痕能消除吗/左心房扩大怎么办/患糖尿病服药无效怎么办
- 59 得了甲减能完全自愈吗/心功能减退如何用药/怎样正确服用辛伐他汀
- 60 如何照料好抑郁症患者/过敏体质会遗传吗
- 61 怎样预防鼻息肉复发/脑血管硬化应如何用药

健康生活

真相大白

- 62 水体污染了还能放心吃鱼吗 云无心
- 63 铁锅炒菜真能补铁吗 雨打芭蕉

身边的医学

- 64 手部穴位操，缓解癌症患者便秘难题 王维
- 65 游泳挥臂过猛小心伤肩 张峡
- 66 “三素”的毒副作用不容忽视 宁蔚夏

体检之窗

- 68 诊断糖尿病哪项检测更靠谱 林梓卿
- 69 内耳显影助力眩晕疾病诊断 金占国



家庭医药电子杂志App下载



家庭医药微信



家庭医药新浪微博

性与心理

- 70 语言暴力，并不那么简单 江波
- 72 性博士信箱

养生益寿文摘

- 74 老人选鞋标准：前宽、中韧、跟硬/做个药枕减困意/养肝护肾找“仁老太”
- 76 练好“三转”身体不生锈/寡言补气3种方式/颈部有两个止嗝穴/热敷脑后驱风寒
- 77 抗衰老从日常生活做起/5法应对控糖“倦怠期”/踮脚走路可防痔疮
- 78 落枕缓解小窍门/黑眼圈太重，试试艾草泡脚/睡前按按4大黄金保健区
- 79 早酒晚茶五更花，阎王把你双手拉/老人一天适合吃多少

医苑奇趣

- 80 益生菌在治疗上的新贡献 李增烈

营养美食

- 82 野蜂蜜会吃死人吗 罗志
- 84 秋食南瓜，养心养肺 伊永艳
- 86 秋来苹果最养人 杨俊琴
- 87 不要盲目贴秋膘 郭晓薇

互动交流

- 88 难忘的手术经历 陈刚

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。