

# 家庭医药

HOME MEDICINE 中国 3 亿家庭

# 就医选药

实用指南

刊号: CN 45-1301/R ISSN 1671-4954  
邮发代号: 48-69

04

2016

零售价: 8.00元

痔疮用药, 选择多多

辨证选药治“春咳”

看一看,  
您患心脑血管病风险大吗

解开肝囊肿的困惑

慢性肾病,  
老人健康的隐秘“杀手”

围绝经期女性心血管病为何会飙升

**问诊热线**  
频发房性早搏  
需要治疗吗  
巴雷特食管如何防治  
为什么手指  
长期麻木肿胀

# 延年益寿的 12大健康食品

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 2016 (07) 4月号上半月刊 (总第292期)

## >> 特别策划 P10

### 延年益寿的12大健康食品

(张禹)

健康长寿是人类的永恒追求。要想获得长寿,洁净的空气、适量的运动、营养的均衡、规律作息以及心态平和等都是必不可少的。而对于忙碌的现代人来说,除了要养成良好的生活习惯外,多多选择一些有助于延年益寿的食物也很有必要。

## >> 专家评药 P36

### 痔疮用药,选择多多

(王宴美/梅笑玲/陆基宗)

俗话说“十人九痔”,痔疮的发病率较高,办公室人员、司机、营业员、教师等久坐久站的职业人士更是痔疮的高发群体。大多数人,发现自己有了痔疮的第一反应就是自行到药房购买痔疮药,或内服或外用,希望药物能够将恼人的痔疮治愈。那么,他们的这一美好愿望能实现吗?有了痔疮,应该怎样选药用药呢?

## 每月健康扫描

4 | 时间/新知

## 热点关注

8 | 进口专利药价格有望“腰斩”

本刊编辑部

## 名家面对面

### 人物专访

32 | 膝盖毛病不用愁,关节镜下巧解除  
——访重庆医科大学附属第二医院骨科副主任陈世荣  
邱婷婷

### 名家论坛

34 | 抗癌力量在哪里?在“心”上 何裕民

## 专家门诊

### 疾病诊疗

14   慢性结膜炎为何难愈	陶海
15   长期一侧耳背,需警惕听神经瘤	戴勤弼
16   全身酸疼要警惕风湿性多肌痛	杨岫岩
18   蛔虫窜入胆道,岂止“到胆一游”	李定国

### 心脑血管及糖尿病

20   明明白白看血脂	蔡辉儒
22   冠心病:完全可以防患于未然	刘祖春
24   围绝经期女性心血管病为何会飙升	陈国伟

## 预防与康复

26   慢性荨麻疹:不可治愈,但可自愈	郝飞
28   多胎妊娠为什么一定要减胎	李媛
30   解开肝囊肿的困惑	李增烈

## 用药之道

### 选药指南

40   合理使用抗生素刻不容缓	张禹
42   脑梗塞用药参考	陈金伟
44   口服甘露醇巧治肠胃病	曹元成

### 传统医学

46   中医治癌:源远流长,成效显著	金昌凤/谭敦民
48   辨证选药治“春咳”	姜蕾
50   按摩,恰当的力量是关键	梁迎春
51   四妙散加减治疗痛风性关节炎	吴金莲
52   白酒浸泡紫草治疗鼻炎/皂荚粉外用方治疗过敏性鼻炎/一枝黄花饮治疗小儿急性扁桃体炎/生山梔泥贴治疗幼儿急性腹泻/玄明粉外服治疗疝证/单味榴莲皮治皮肤瘙痒	

## >> 名医谈病 P54

### 慢性肾病，老人健康的隐秘“杀手”

（丁小强/陈楠/邓跃毅）

肾脏是人体排除代谢废物和毒素、调节水盐代谢和内分泌功能的重要器官，其功能会随着年龄增长而逐步降低。老年人是高血压、糖尿病、脑卒中等慢性疾病高发人群，患病率逐年攀升。临床资料表明，在慢性疾病的基础上合并肾脏病，患者死亡风险将成倍增加。本期名医谈病，提醒老年朋友高度重视慢性肾脏病的防治。

## 问诊热线

- 58 | 为什么手指长期麻木肿胀/子宫肌瘤会导致经量增多吗/带状疱疹后神经痛如何治疗
- 59 | 频发房性早搏需要治疗吗/膀胱憩室用何种方法治疗最好
- 60 | 玻璃体后脱离需要手术吗/牛皮癣有什么良药良方根治
- 61 | 巴雷特食管如何防治

## 健康生活

### 真相大白

- 62 | 这些食品会让孩子性早熟吗（下） 钟凯
- 63 | 增加钙摄入量会造成结石吗 雨打芭蕉

### 身边的医学

- 64 | 别被“春困”蒙了眼 车驰
- 66 | 电动牙刷，没有那么美 宋墨

### 体检之窗

- 68 | 看一看，您患心脑血管病风险大吗 林梓卿



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 | 男人，年过四十要查睾酮水平 朱侃
- 72 | 性博士信箱

### 养生益寿文摘

- 74 | 牢记3个“不老”秘诀/直臂快走缓解便秘/春季养肝、护肝一个都不能少
- 75 | 为频繁起夜支招
- 76 | 牢记道家养生“十不过”，想不长寿都难/3个月换次药物牙膏/按两组穴位可健脾
- 78 | 腿有劲 寿自长/老人更要常照镜子/常揉两穴防心梗

### 医苑奇趣

- 80 | 《女医明妃传》与谈允贤 蒲昭和

### 营养美食

- 82 | 鸡精、味精真能致癌？ 邹静
- 83 | 糖友勿迷信“无糖” 郑宏庭
- 84 | 看、摇、品 选酱油“三字诀” 赵洪亮
- 86 | 如何挑出好酸奶 李园园

### 互动交流

- 88 | 致我的小患者和家长们 方铁
- 89 | 奶奶的败毒汤 程中学

## 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。

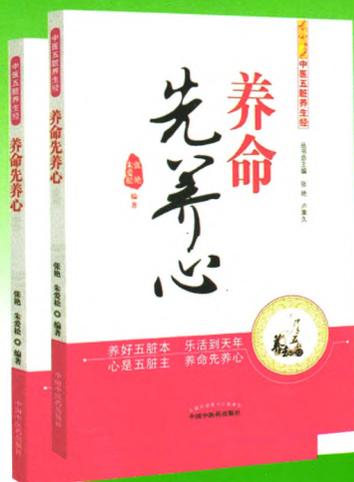
2. 稿件凡经本刊使用，即视作作者同意授权本刊其作品包括但不限于电子版信息网络传播权、无线增值业务权，并且本刊有权授权合作伙伴再使用。本刊支付的稿费已包括上述使用方式以及该文今后收录在本刊附属出版物、网站以及入编数据库的稿酬。来稿一经刊载，即按规定一次性支付稿酬。

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。

揭秘“养心救命”的秘籍，  
为“心脑血管病人”指点迷津。

# 《养命先养心》 免费赠送



每天阅读10分钟，  
远离猝死和偏瘫！

心脏是人体的“发动机”，主宰着人体的血液供应、身体健康，甚至寿命的长短。中老年人常见的高血压、高血脂、脑中风、肺心病等心脑血管疾病，都因为心脏病变而起！专家指出：

“养心就是养命”，治疗心脑血管疾病，“从心而治”才能保健康！

## 养命先养心，激活心动力

如何才能激活心脏动力？如何选择最好的养心秘籍？心肌细胞被激活、心脏动力全面恢复后，高血压、高血脂、脑中风、冠心病，会带来哪些意想不到的改善？建议您阅读最近风靡全国的、中国中医药出版社出版的畅销科普书籍《养命先养心》一书。该书站在当今医学的最前沿，旗帜鲜明的提出：只有清心+疗心，才能激活心动力！

该书一看就懂，一学就会，指导每一位中老年朋友，参照书中的养心方法，为心脏和大脑持续补充“氧气”，通过激活和恢复心脏动力，从根本上调理心脑血管疾病。很多读者看完本书后表示，这么多年吃药、打针、学养生都不见好，没想到激活心动力这么管用！

## 每天阅读10分钟，救心救脑救性命

据悉，《养命先养心》一书，已经让成千上万的高血压、高血脂、心脏病、脑中风患者从病痛、迷茫中，找到了最科学、最适合的“养心疗法”，体会到心脏动力恢复后，身体带来的巨大改善。据很多老年朋友反映，通过“养心疗法”的系统调理，很多人睡眠香甜了，手脚感觉有力气了，头晕头痛的现象消失了，胸口也不难受了。很多常年在床的脑溢血后遗症患者，能握筷子，吃饭不用人喂了，说话连贯了，再也不用拖累家人了。

“养心疗法”是一种综合的、系统的养生疗法，每天阅读10分钟，就能掌握救心救脑救性命的秘籍！”对《养命先养心》一书颇有心得的赵淑华读者这样说。

为了让更多老年朋友摆脱高血压、心脏病、脑中风的困扰，让更多人掌握科学、绿色的养心方法，《养命先养心》一书即日起面向全国免费发放，本次发书活动不收取任何费用，因数量有限，每天仅限200本，送完为止！

申领  
专线 **400-836-1363**

书刊号：ISBN 978-7-5132-1143-7 西藏央科生物科技有限公司

每天仅限200本，送完为止  
打全国免费电话领取