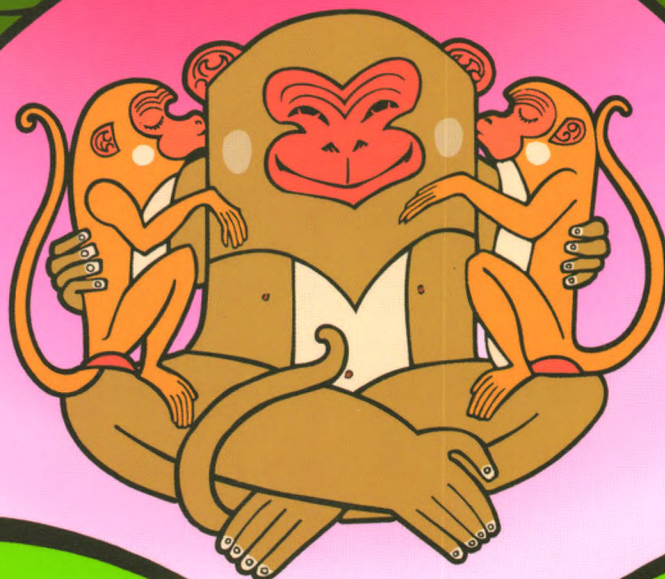


家庭中医药

FAMILY & TRADITIONAL CHINESE MEDICINE



2016/2



淹没在历史中的女医

——从《女医·明妃传》说起 P10

二胎妈咪更应坚持母乳喂养 P29

备孕二胎，爸爸们如何准备 P32

苏东坡和他身后的东坡泡菜 P70

阿胶不是每个人都能吃 P48

要让“大宝”爱
“二宝” P24

ISSN 1005-3743



零售价: RMB 10元
邮发代号: 82-654



目次

contents

本刊所载方剂请在医师指导下使用
本刊如存在印刷质量问题，请与杂志社联系调换。电话：010-64052170



卷首语

01 “二孩时代”元年来临 / 廉庄

微博直通车

05 看病不应拘流派等四则 / 韩强等

首席专家论坛

06 两岸猿声啼不住 / 温长路

祖国医学长廊

08 猴年趣话猴 / 林南

10 淹没在历史中的女医
——从《女医·明妃传》说起
/ 容成

13 医案聊斋续篇
——失明案 / 张大明

15 斯人斯疾 / 欧阳军

本期专题——关注生二胎

17 “二胎”时代，男性怎么办？
/ 马卫国

20 二胎备孕中卵巢储备功能的
自我测评 / 沈凌宇

24 要让“大宝”爱“二宝” / 雷媛媛

26 “原因不明”的不孕症有因可查
/ 孙清廉

27 从优生优育角度谈二胎 / 周佩云

29 二胎妈咪更应坚持母乳喂养
/ 姜艳辉

32 备孕二胎，爸爸们如何准备
/ 王继升

编读往来

34 八卦走转怎么个走法

儿科

35 中医治疗宝宝厌食 / 石效平

小儿推拿

- 38 小儿推拿呵护孩子健康成长(十九)
——不可不知的小儿过敏性鼻炎
/ 张慧 张珍珠 朱琳 王方颖

男科疾病

- 43 男人的杀手——代谢综合征
/ 马春晓 马健雄

常见病防治

- 45 泌尿健康养生茶,你喝对了吗?
/ 汉生
- 46 穴位按摩平息了我的顽固
“心颤病” / 王祖远
- 48 阿胶不是每个人都能吃 / 天海
- 49 防治高血压必须关注的问题
/ 孙清廉
- 51 小小子实功效不凡 / 朝阳
- 52 预防并发症,保护糖尿病人的未来
/ 寒山

- 54 用中药治腰椎病,内服加外用效果
好 / 宣健

- 56 中药治疗动脉硬化闭塞症 / 黄永信
- 58 骨质增生是病吗? / 欧阳军

颐年有道

- 60 节日综合征 节后咋摆脱 / 白素菊
- 62 中国古代四位皇帝的长寿秘诀
/ 杨吉生

用药安全

- 65 常见8大煎药疑问,你中招了吗?
/ 王宏蕾 郭桂明

春播贴敷

- 68 五倍子在透皮技术中的妙用
/ 周战利 赵艳利
- 69 穴位贴敷治疗口腔炎 / 郑国华

名人与饮食

- 70 苏东坡和他身后的东坡泡菜
/ 单守庆





药膳食疗

72 “天然水果罐头”——柚子 / 韩德承

74 我家的保健粥谱 / 温树成

精神卫生

76 正视多事之秋 平安度过更年期

/ 孙川

家园

79 故乡的金樱子 / 江初昕

家有儿女

81 孩子，我要离你三步远 / 管洪芬

04 敬告本刊作者

04 本刊郑重声明

41、42 广告

82 邮购新书

封二、插页、封三、封底 广告

《家庭中医药》(月刊 1993年创刊)

主 管 国家中医药管理局
主 办 中国中医科学院中药研究所
(地址:北京东直门内南小街16号
邮编:100700)

主 编 张瑞贤
编辑部主任 李国坤
责任编辑 李岱
出版日期 2016年2月8日

编辑出版 《家庭中医药》杂志社编辑部

地 址 北京东直门内南小街16号

邮 编 100700

电 话 010-64052170/64553649

投稿邮箱 jtzyy@126.com

博客地址 <http://blog.sina.com.cn/jtzyy>

微博地址 <http://weibo.com/jtzyy>

广告总代理 数源汇通(北京)医药科技有限公司

电 话 010-68469867-6010

地 址 北京市海淀区西三环北路11号
海通时代商务中心A1栋

图文设计 北京腾彩图文设计中心

广告许可证 京东工商广字第0029号

印 刷 北京强华印刷厂

发 行 国内:北京报刊发行局

(邮局订阅代号82-654)

国外:中国国际图书贸易总公司

(北京399信箱,国外代号:M1309)

定 价 每册10元 全年120元

中国标准连续出版物号 ISSN 1005-3743
CN 11-3379/R

敬告本刊作者

稿件一经刊用,本刊即具有该作品以下专有使用权:印刷版和电子版的复制权、发行权、汇编权(文章的部分或全部)、翻译权、信息网络传播权及许可文献检索系统或数据库收录权,本刊将一次性支付稿酬并寄发样刊。

本刊郑重声明

任何媒体转载本刊内容,请务必注明作者和出处。

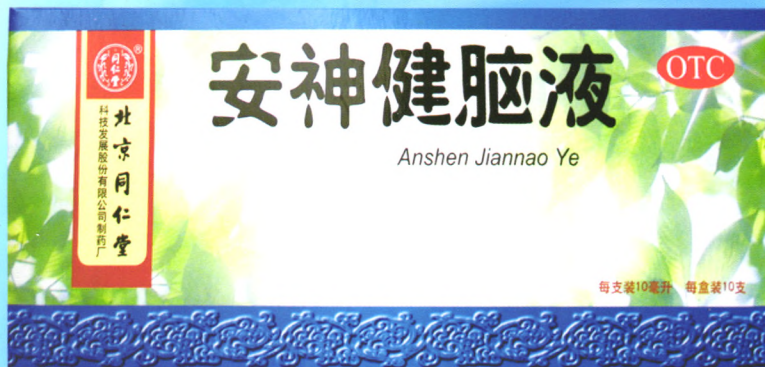


北京同仁堂

头晕 头痛

失眠 多梦

心悸 乏力



神疲 健忘
好睡眠 好状态

安神健脑液

OTC 功能主治：

益气养血，滋阴生津，养心安神。用于气血两亏、阴津不足所致的失眠多梦，神疲健忘，头晕头痛，心悸乏力，口干津少。

禁忌：外感发热患者忌服。

注意事项：对本品过敏者禁用，过敏体质者慎用。

不良反应尚不明确，其它注意事项详见说明书。

请按药品说明书或者在药师知道下购买和使用

国药准字Z11020290 京药广审（文）第2015090410号

北京同仁堂科技发展股份有限公司

广告