

# 家庭中医药

FAMILY & TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

2016/4

海昏侯墓中的医药发现 P11

良药、毒品说罂粟 P14

一曲《胡笳》消忧愁

——从音乐论肝炎的调护 P18

伤肝的主要原因与护肝原则 P26

孕妇花粉过敏首选中医治疗 P52

## 肝病防治

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 万象皆与春气生 / 廉庄

## 微博直通车

05 优胜劣汰有利中医发展等四则  
/ 王敬等

## 首席专家论坛

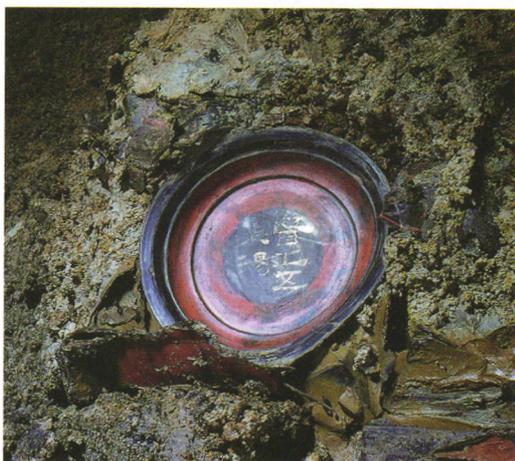
06 春眠不觉晓 / 温长路

## 祖国医学长廊

08 医案聊斋续篇——不食案 / 张大明

11 海昏侯墓中的医药发现 / 廉庄

14 良药、毒品说罂粟 / 孙清廉



## 本期专题——肝病防治

16 丙肝发病增长快 防治须加强 / 林南

18 一曲《胡笳》消忧愁  
——从音乐论肝炎的调护 / 孙旖旎

20 春气融融话养肝  
——访葆德堂陈敬文大夫 / 李岱

23 走出阴霾，告别脂肪肝 / 郭一

26 伤肝的主要原因与护肝原则 / 孙清廉

## 临床医生园地

28 针灸也能治股骨头无菌性坏死  
/ 蔡晓刚

## 男科疾病

29 前列腺增生小心合并症用药  
/ 马健雄

30 智能手机——新时代的“健康杀手”  
/ 王继升 张渊博

## 妇科门诊

32 妊娠期注意事项和分娩方式的选择  
/ 马埜 董美玲

34 月经不调不简单 / 张庆

35 更年期谨防“更年期心” / 宫云静

## 小儿推拿

36 小儿推拿呵护孩子健康成长  
(二十一)——孩子多汗怎么办  
/ 张慧 张珍珠 朱琳 王方颖

## 中医原生态

39 熏蒸外用显神效  
——吹药入鼻一嚏生 / 张效霞 莫芳芳

## 常见病防治

38 儿童春季咳嗽要清肺 / 朝阳  
42 传统中医药治疗腰腿痛有良效  
/ 黄黎明  
43 蔓越莓真的能防治尿路感染吗?  
/ 志新  
44 中医治小儿多涎症 / 贾佩琰  
45 中医外治法辅助治疗溃疡病 / 王淼  
46 社区综合管理初诊糖尿病患者  
/ 寒山  
48 温肾利水法治疗老人尿频 / 马献军  
50 巧治呃逆 / 周梦波

## 中医药在海外

52 孕妇花粉过敏首选中医治疗 / 刘兴方

## 颐年有道

54 《诸病源候论》导引系列之“风身体手足不随候”导引法 / 谢青云  
56 活到84岁的10个小秘密 / 陈世高

## 民间疗法

57 民间独特疗法——灯火灸 / 贾佩琰

## 春播贴敷

60 经方药对的贴敷应用 / 万柏林 安小林

## 用药安全

62 中药毒副反应产生的原因及其对策  
/ 孙川

## 中医美容

65 花中自有颜如玉 / 元秀  
68 中药美容并非万无一失 / 彭永强

---

## 药膳食疗

### 69 春天的“洗肺药”——侧耳根

/ 梅松政

### 71 水肿食疗方 / 元秀

---

## 家庭药箱

### 74 药食两用说紫苏 / 胡献国

### 75 用药茶治疗梅核气好得快 / 王琰

---

## 名人与饮食

### 76 王昭君：面筋最是心头好 / 单守庆

---

## 精神卫生

### 78 勿予儿童恐怖的阴影 / 王淼

---

## 家有儿女

### 79 把孩子还给他的爸爸妈妈 / 马志国

---

## 家园

### 81 舌尖上的春天 / 章中林

### 04 敬告本刊作者

### 04 本刊郑重声明

### 40、41 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4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

OTC

## 同仁堂坤宝丸 更年期 伴您度过



潮热多汗 失眠健忘 心烦易怒



### 功能与主治：

滋补肝肾，镇静安神，养血通络。用于妇女绝经前后，肝肾阴虚引起的月经紊乱，潮热多汗，失眠健忘，心烦易怒，头晕耳鸣，咽干口渴，四肢酸楚，关节疼痛。

注意事项：对本品过敏者禁用，过敏体质者慎用。

禁忌、不良反应尚不明确，其它注意事项等详见说明书。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用 国药准字Z11020185 京药广审（文）第2015090414号

## 北京同仁堂股份有限公司

广告