

# 家庭中医药

FAMILY & TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

2016/6

## 肾病防治

不可不知的慢性肾炎9大误区 P15

肾虚肾衰中医西医大不同 P24

青年人如何养肾 P30

中医治“鬼” P56

夏日必备的传统中成药 P62

浅谈糖尿病的情志养生 P76

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 慢性肾病,积极调养 / 廉庄

---

### 微博直通车

05 中医药又一世界大奖等四则 / 董洪涛等

---

### 首席专家论坛

06 供御香方加减频 / 温长路

---

### 祖国医学长廊

08 医案聊斋续篇——呃逆案 / 张大明

10 中医药堂传奇第一回

菜市口诞生鹤年堂 蒯鲁班求医

丁药王 / 花永刚

12 清化痰阻治失眠 / 姜厚德

13 端午说艾蒲 / 胡献国

---

### 本期专题——肾病防治

15 不可不知的慢性肾炎 9 大误区

——访北京中医药大学东直门医院

肾病科主任周静威 / 李岱

18 条分缕析谈糖尿病肾病

——访北京中西医结合医院

李建民主任医师 / 李岱

22 关注高血压的重要靶器官

——肾脏 / 郭一

24 肾虚肾衰中医西医大不同 / 吕传彬

28 关爱肾脏警惕肾病偷袭 / 孙川

30 青年人如何养肾 / 靳宇智

32 中医眼中的慢性肾炎 / 林丽

---

### 中医药在海外

35 中医药在瑞士合法吗? / 刘兴方

---

### 临床医学园地

38 感冒了,去扎针、拔火罐嘛 / 蔡晓刚

---

### 专家门诊

42 滑膜肉瘤的病因和中医防治方法

/ 储真真 石可金

---

### 中医原生态

44 劝说开导说季梁 / 张效霞 莫芳芳

## 小儿推拿

- 45 小儿推拿呵护孩子健康成长(二十三)  
——宝宝流鼻血,手法来帮忙

/ 张慧 左伟斌 张珍珠 朱琳

## 男科疾病

- 48 备孕二胎:精液不液化该怎么办

/ 王继升 耿金海

## 乳腺疾病

- 50 心情决定乳腺癌治疗效果 / 张宇清

- 52 什么最伤乳腺?

——乳腺疾病日常食疗预防

/ 储真真 金花

## 常见病防治

- 55 腰椎骨性关节炎患者的福音 / 王志文

- 56 中医治“鬼” / 高群

- 57 探讨中医望诊

——自己给自己当医生 / 李佩文

- 60 得了肩周炎,锻炼不能少 / 姚扶有

- 62 夏日必备的传统中成药 / 朝阳

- 67 女性更年期知多少 / 天海

## 药膳食疗

- 63 中药食疗可缓解放化疗不适 / 林南

## 颐年有道

- 66 《诸病源候论》导引系列之

“风不仁候”导引法 / 谢青云

## 春播贴敷

- 68 “毒药”外敷,治疗腰椎间盘突出症

/ 陈琼媛

- 69 远志外敷治疗早期未化脓乳腺炎

/ 徐恒苗

## 体质养生

- 70 不良饮食习惯“谋杀”了我们的  
健康 / 心知

- 71 阴虚体质的人夏天如何锻炼 / 光流



---

## 名人与饮食

72 张国：花卉是宝贵的素食食材

/ 单守庆

---

## 家庭药箱

74 起死回生的人参 / 马元泉

75 补益之“子” / 唐云鹤

---

## 精神卫生

76 塞翁失马 焉知非福

——浅谈糖尿病的情志养生

/ 雷永华

---

## 家有儿女

79 输给孩子 / 刘长虹

---

## 家园

80 我家的豆腐情结 / 汪志

04 敬告本刊作者

04 本刊郑重声明

40、41 广告

43 第三届全国悦读中医活动正式启动

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6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

清热泻火

散风止痛



**功能主治：**  
清热泻火，散风止痛。用于热毒内盛、风火上攻所致的头痛眩晕、目赤耳鸣、咽喉肿痛、口舌生疮、牙龈肿痛、大便燥结。

**注意事项：**忌烟、酒及辛辣食物。孕妇慎用。  
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，其它注意事项详见说明书。  
国药准字Z11020213

散风清热

泻火止痛



**功能主治：**  
散风清热，泻火止痛。用于风热上攻、肺胃热盛所致的头晕目眩、牙齿疼痛、口舌生疮、咽喉肿痛、耳痛耳鸣、大便秘结、小便短赤。

**禁忌：**脾胃虚寒者禁用。  
**注意事项：**忌烟、酒及辛辣食物。孕妇慎用。  
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。  
国药准字Z11020229

## 北京同仁堂股份有限公司同仁堂制药厂

北京市东城区西打磨厂46号 请按药品说明书或在药师指导下购买和使用 京药广审(文)第2016040174号

广告