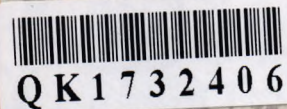


# 家庭中医药

FAMILY & TRADITIONAL CHINESE MEDICINE



QK1732406

2017/10

## 前列腺炎患者不宜秋冻 P24



慢性前列腺炎的保健小妙招 P22

糖针——舒适化针灸 P25

治脱肛灸百会 P45

何首乌伤肝事件频发，如何避免不良反应？ P64

ISSN 1005-3743



9 771005 374175

零售价 人民币12元

万方数据



微信公众号



订阅直通车

# 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 送走酷暑迎金秋，当心疾病也上门  
/ 萧玖

## 微博直通车

- 05 针灸调身亦调心等三则 / 董洪涛 等

## 首席专家论坛

- 06 夕阳无限好 / 温长路  
08 秋治阴虚 / 傅杰英

## 祖国医学长廊

- 10 重阳茱萸辨识 / 程超寰  
12 卢照邻染风疾卧病余生 / 胡正旗  
14 医案聊斋续篇——症案 / 张大明  
17 中医药堂传奇第十八回  
同仁堂移址大栅栏 乐凤鸣精修  
方剂册 / 花永刚

## 本期专题——前列腺疾病

- 20 前列腺增生的防与治 / 孙清廉  
22 慢性前列腺炎的保健小妙招  
/ 代恒恒 党进 李海松  
24 前列腺炎患者不宜秋冻 / 党进

## 中医药在海外

- 25 糖针——舒适化针灸（上） / 王少白

## 本刊特稿

- 30 波罗芬高原——中药材的天然王国（一）  
高原明珠巴松镇 / 姚佑楦

## 专家门诊

- 33 从头到脚的养生方法 / 张雪亮

## 小儿推拿

- 36 小儿推拿呵护孩子健康成长（三十九）  
——小儿哮喘别害怕，秋冬及时来  
调护 / 丹茜 尚可新 刘文可 等

## 临床医生园地

- 39 从汽车轮胎波状热引发爆胎看中医  
甘温除大热法之神奇 / 陈四清

## 妇科门诊

- 42 年龄小也不应忽视乳房保健  
/ 庞广赫 夏仲元

## 中医原生态

- 44 以意治病现神奇  
提壶揭盖通小便 / 张效霞 莫芳芳

## 常见病防治

- 45 治脱肛灸百会 / 贾佩琰  
46 防治糖尿病可贴耳豆 / 蔡晓刚  
48 治腰痛，活血通络还要固本 / 苏佩清

## 颐年有道

- 49 进入老年期 男性如何颐养天年  
/ 王琰  
53 “猴王”崔龙海以芋头为养生法宝  
/ 陈卫卫

- 56 正确姿势预防中风 / 王森

- 57 《诸病源候论》导引系列之  
“病热候”导引法 / 谢青云

## 中医美容

- 58 黑眼圈不妨试试针刺加闪罐调理  
/ 蔡晓刚

## 体质养生

- 60 秋季养生肺当先 / 霜天  
61 金秋话脾虚 / 君行

## 春播贴敷

- 62 中药透皮技术可治疗婴幼儿非感染  
性腹泻 / 叶洪旺  
63 中药透皮技术治疗颈椎病效果好  
/ 李峰

## 用药安全

- 64 何首乌伤肝事件频发，如何避免不  
良反应？ / 高燕菁

## 家庭药箱

- 47 来自御药房的滋补上品 / 天海
- 55 开创“滋阴大法”的补肾名方  
/ 知心
- 67 连翘镇吐止吐的功能是如何发现的?  
/ 丁兆平
- 70 霜桑补益保健康 / 金药

## 名人与饮食

- 72 老子：甘其食 / 单守庆

## 药膳食疗

- 74 “海中人参”——海参 / 孙川
- 76 栗子 补肾坚筋骨之果 / 马元泉
- 77 滋阴润肺防秋燥 秋梨最佳 / 林南

## 家园

- 78 记忆中的南瓜羹 / 魏咏柏
- 80 八段锦健身效果好 / 顾昊岳
- 69 2018 年征订启事
- 79 稿费邮寄通知

### 封面文物说明

《按摩导引养生秘法》图册(清)

现藏中国医史博物馆。长 36 厘米、宽 26 厘米。以按摩导引养生为题材绘制的图册，文字简明，图像生动，共十二幅。

摄影 / 董树平 文字 / 侯如艳

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 于越  
封面设计 刘建辉  
出版日期 2017 年 10 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 010-68469866-6010  
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

广告许可证 京东工商广登字 20170076 号  
印刷 北京顶佳世纪印刷有限公司  
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 12 元 全年 144 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。



同仁堂健康

—同仁堂1669始创—

无糖  
升级

# 懂健康

# 自然更懂凉茶

健康配方：传统配方改良，天然黄酮含量高达每100ml含黄酮≥40mg。

平和清润：采用三花三叶三草一果，健康无糖，平和、清淡、爽口。

匠心品质：同仁堂340多年的品质承诺。

同仁堂凉茶代言人

高圆圆



百年匠心 草本饮品

产品以实物为准

ISSN 1005-3743  
CN 11-3379/R  
万方数据

本刊地址：北京东直门内南小街16号 邮政编码：100700 邮发代号：82-654 定价：12元