

# 家庭中医药

FAMILY&TRADITIONAL CHINESE MEDICINE



2017/4

## 宝宝感冒前奏曲

P22

农村大娘的治病高招

P53

胡适:常喝黄芪水

P70

用七种方法治疗春季呼吸道疾病

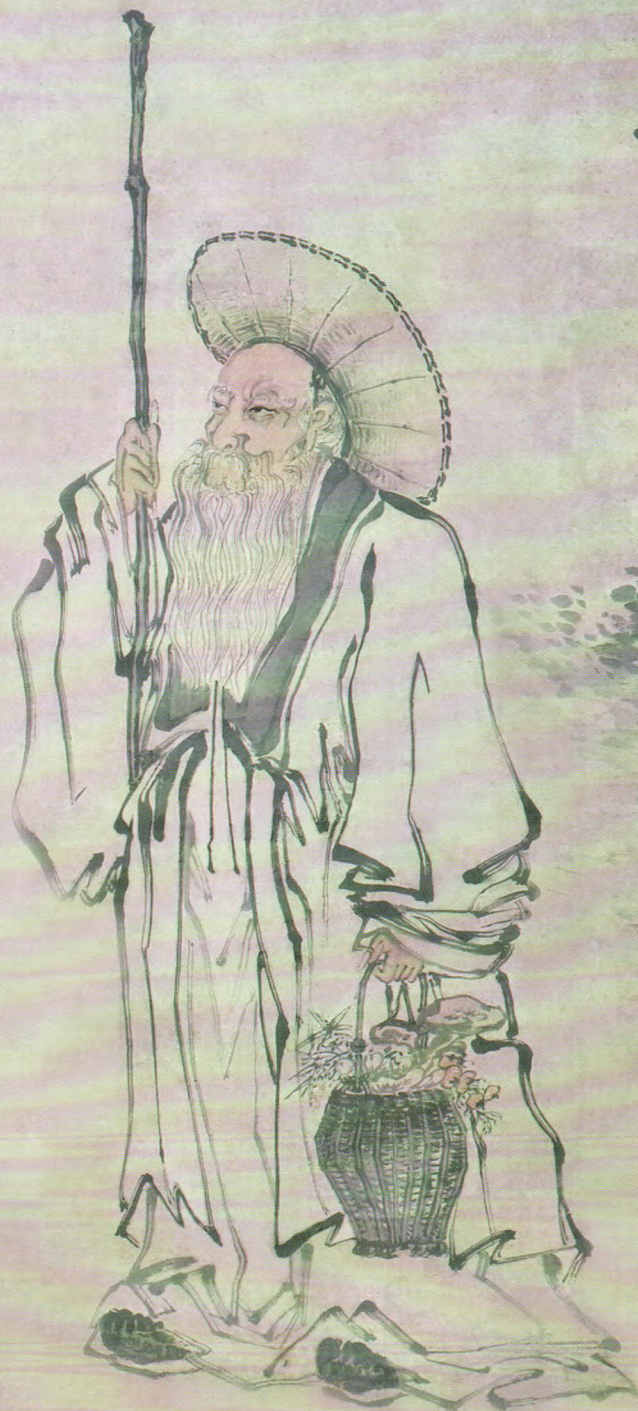
P50

中国有50%的老年人营养不良

P60

食用蜂蜜并非绝对安全

P76



ISSN 1005-3743



零售价: RMB12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 孩子感冒，小事不小 / 廉庄
- 

### 微博直通车

- 05 虚人运动当以微汗出为度等四则  
/ 董洪涛等
- 

### 首席专家论坛

- 06 无竹使人俗 / 温长路  
08 要想小儿安，常带三分饥和寒  
/ 傅杰英
- 

### 祖国医学长廊

- 09 小小食盐治顽疾 / 姜厚德  
11 医案聊斋续篇——下血案 / 张大明  
12 中医药堂传奇第十二回  
简亲王资助叶文机，叶开泰兴起  
汉正街 / 花永刚  
15 本草探源 / 程超寰
- 

### 中医原生态

- 17 阴阳五行辨药性  
剧毒药物用罐装 / 张效霞 莫芳芳

---

### 本刊特稿

- 17 神秘之旅（一）  
探寻野生金线莲 / 姚佑楣
- 

### 本期专题——小儿感冒

- 22 宝宝感冒前奏曲 / 苑嗣文  
26 孩子感冒发烧，还要去输液  
吗？ / 田昕  
28 远离感冒，茁壮成长 / 张慧  
30 小儿感冒中的内伤因素 / 赵海亮
- 

### 专家门诊

- 33 五行学说 真的能指导治病吗  
/ 张雪亮  
36 憋尿腹痛？当心间质性膀胱炎！  
/ 常日 庞然
- 

### 小儿推拿

- 40 小儿推拿呵护孩子健康成长（三十三）  
——抓住春夏生长好时机  
/ 张慧 左伟斌 尚可新 等



---

## 男科疾病

### 42 舌尖上的“性福”

/ 李霄 王继升 李海松

---

## 中医药在海外

### 44 圣彼得堡行医漫谈(四)

——论脾阳、肾阳与肥胖 / 潘良

---

## 临床医生园地

### 47 妇科良方生化汤 / 孙清廉

---

## 常见病防治

### 35 肝火旺不妨试试它 / 光流

### 48 落枕了怎么办 / 半夏

### 50 用七种方法治疗春季呼吸道疾病

/ 贾佩琰

### 51 妇科良药,男人也需要 / 天海

### 52 内外兼治腰三横突综合征 / 李宁

### 53 农村大娘的治病高招 / 郭岳峰

---

## 颐年有道

### 56 防癌秘方:改变不良习惯 / 陈壮忠

### 58 《诸病源候论》导引系列之

“虚劳膝冷候” / 谢青云

### 60 中国有50%的老年人营养不良

/ 敖拉哈

---

## 家庭药箱

### 61 四月春光无限好 庭院连翘金辉耀

/ 丁兆平

### 64 阳春三月药草香 / 戚姝娅

---

## 精神卫生

### 67 防治抑郁——春季关注肝阳虚

/ 朱爱华

---

## 中医美容

### 69 单味白花蛇舌草治粉刺 / 郭旭光

---

## 名人与饮食

### 70 胡适:常喝黄芪水 / 单守庆

---

## 春播贴敷

### 72 运用咳喘灵散穴位贴敷治疗支气管

炎 / 尹显德

## 73 中药透皮技术治疗鼻衄临床疗效观

察 / 李梓源

## 体质养生

### 74 特禀体质穴位按摩法 / 君迁

### 75 吃了黄花菜，让你“顺”起来

/ 陆陆

## 用药安全

### 76 食用蜂蜜并非绝对安全 / 高燕菁

## 家园

### 78 苦艾米果暖春日 / 吴嘉

## 家有儿女

### 80 敲打手心促清醒 / 郭华悦

### 04 敬告本刊作者

### 04 本刊郑重声明

封面文物说明

采药图（清）

现藏中国医史博物馆。画面主体为药师山中采药归来，左手持篮与灵芝，右手执锄，线条简练自然，形神通肖。右上方墨书“采药图”，左侧中部落款闲贞，并有红色钤印。闲贞（1730—1788年）字正斋，湖北武穴人，扬州八怪之一。

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 李岱

美术编辑 刘建辉

出版日期 2017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 010-68469866-6010

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。

以质为命 至优至精 崇尚仁德诚信



2015年第二届“中国商标金奖”颁奖大会在上海举行。中国北京同仁堂(集团)有限责任公司是唯一荣获“中国商标金奖-商标运用奖”和“马德里商标国际注册特别奖”两项殊荣的企业。集团公司党委书记、董事长梅群出席并作为获奖企业代表进行大会发言。



同仁堂集团董事长梅群代表同仁堂在第五届北京影响力接受十大影响力品牌荣誉



国务委员王勇为同仁堂集团总经理高振坤颁奖



## 北京同仁堂

是一个具有348年历史的中医药老字号。集团组建20多年来，锐意改革，创新发展，企业文化不断丰富，海内外影响力持续提升，经济实体与文化载体的双重功能得到了充分显现。同仁堂擦亮了一块金字招牌、形成了三大主业板块、创造了五个全国同行业第一、成立了包括三个上市公司在内的六个二级集团。实现了从北京走向全国、从中国走向世界的跨越。

同仁堂的历史，是一部质量和诚信的历史，一部传承和创新的历史，一部中医药和民族企业的发展史。

“十三五”期间，同仁堂将按照专业化、规模化、集团化的发展目标，进一步把主业做深，做精，做强，做优，做大，打造成为国际知名、国内领先的以中医中药为核心的健康产业集团。