

家庭中医药

FAMILY&TRADITIONAL CHINESE MEDICINE



QK1729803

2017/8

更年期如何做个健康“硬骨头”

P26

“秋老虎”发威，

无病也会三分虚 P8

您了解这些针灸常识吗? P46

走路有助于治疗干咳 P52

夏季宜饮解暑茶 P78



ISSN 1005-3743



零售价: RMB12元



微信公众号



订阅直通车

万方数据

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 “高温模式”更要防病养生 / 廉庄

微博直通车

- 05 中医现代化不能抛弃阴阳五行理论
等四则 / 董洪涛等

首席专家论坛

- 06 菟丝附蓬麻 / 温长路
08 “秋老虎”发威，无病也会三分虚
/ 傅杰英

祖国医学长廊

- 11 蒲黄治舌胀满口 / 马元泉
12 藜藿辨 / 程超寰
14 医案聊斋续篇——发热案 / 张大明
16 中医药堂传奇第十六回
杨周臣接手永安堂 检药渣走出都
察监 / 花永刚
19 欧阳修启民智三论医药 / 胡正旗

本刊特稿

- 22 神秘之旅（五）
探寻野生金线莲 / 姚佑楣

本期专题——骨质疏松

- 26 更年期如何做个健康“硬骨头”
/ 张庆
28 女性年龄渐增 慎防骨质疏松
/ 刘妤 姜艳辉

中医原生态

- 31 因机配伍为方剂
改药一味即神医 / 张效霞 莫芳芳

临床医生园地

- 32 感冒后久咳不愈可拔火罐、温和灸
/ 蔡晓刚

专家门诊

- 34 养生就是“管住嘴、迈开腿”
/ 张雪亮

妇科门诊

- 37 刮痧、拔罐、中药助力产后增乳
/ 姜艳辉、郭月莹



小儿推拿

- 40 小儿推拿呵护孩子健康成长(三十七)
——宝宝汗多别担心, 小儿推拿
来出招 / 尚可新 等

中医药在海外

- 43 波士顿市售中成药举隅 / 赵际勳 樊蕾

男科疾病

- 49 增精丸治疗精子异常 / 贾佩琰

常见病防治

- 33 不只空调能帮你安睡 / 天海
46 您了解这些针灸常识吗? / 蔡晓刚
50 中药成炭效果更佳 / 陈壮忠
52 走路有助于治疗干咳 / 韩银
54 小儿疝肿有膏方 / 胡献国
55 腰突症有年轻化趋势 / 郭会卿

体质养生

- 56 阳虚体质知多少——养生解析
/ 葡萄



春播贴敷

- 58 前列腺病也可用中药透皮技术治疗
/ 李游

名人与饮食

- 60 陈卫川: 口以慎为贵 / 单守庆

颐年有道

- 62 《诸病源候论》导引系列之
“胁痛候”导引法 / 谢青云

药膳食疗

- 63 良药佳蔬马齿苋 / 孙清廉
65 再生障碍性贫血的食疗选方 / 王森
66 夏季食鸭正当时 / 孙川
67 清热解毒绿豆香 / 刘绍义
78 夏季宜饮解暑茶 / 孟昭群

用药安全

- 68 服用藿香正气水, 当心双硫仑样反
应! / 高燕菁

精神卫生

70 中医药如何防治焦虑 / 靳宇智 王亚娜

家庭药箱

72 明目亮眼用桑叶 / 丁兆平

家园

74 母亲，在爱中重生（四）

——心理创伤 / 小常

76 爱，艾草的爱 / 赵文静

医药资讯

39 《中国缺血性中风中成药合理使用

指导规范》全国巡讲启动

/ 腾飞 徐蕾

04 敬告本刊作者

04 本刊郑重声明

封面文物说明

泉州沉船药材（宋）

现藏中国医史博物馆。包括一艘海船模型及一组药物。

其中四个圆盒分别装有玳瑁、朱砂、乳香、龙涎香；三个圆筒装有降香、沉香、芸香；博山炉器内装有胡椒。反映了宋代香料药物贸易的兴盛。

摄影 / 董树平 文字 / 侯如艳

封二、插页、封三、封底 广告

万方数据

《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8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 $\frac{\text{ISSN } 1005-3743}{\text{CN } 11-3379/\text{R}}$

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。

北京同仁堂中医医院

地 址：北京市东城区西打磨厂街46号
联系电话：010-67038686 010-67010315

