



QK1850482

邮发代号：82-654

家庭中医药

JIATING ZHONGYIYAO

2018/10

节日养生要护好胃 P28

胃下垂的内外调养法 P22

也来谈谈“胃气” P24

如何防治子宫脱垂 P36

以脚养生，你会吗？ P42

到底是什么夺走了我们的睡眠 P69

ISSN 1005-3743



9 771005 374182



微信公众号



订阅直通车

零售价：RMB12元
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 秋季养生，不能听任“胃口大开”

/ 廉庄

微博直通车

05 是否应该取消西医开中药的资格等

四则 / 不灵半成仙儿等

首席专家论坛

06 一人独钓一江秋 / 温长路

08 性格情绪对于气机的影响

——C、D型性格 / 傅杰英

祖国医学长廊

11 顾亭林友傅山 析韵《内经》

/ 胡正旗

14 医案聊斋续篇——眩晕案 / 张大明

17 中医药堂传奇第三十回

张益堂落脚天津卫 同仁堂药酒传

天下 / 花永刚，花晨

20 药中补益绵黄芪（上） / 程超寰



本期专题——胃病

22 胃下垂的内外调养法

/ 廖华君，钟玉梅

24 也来谈谈“胃气” / 周希禛

26 怎样才能治好胃窦炎 / 王富蓉

28 节日养生要护好胃 / 孙清廉

眼科疾病

31 爱眼有道系列之十

干眼者怎样度过秋燥难关 / 张玉平

小儿推拿

32 小儿推拿呵护孩子健康成长（五十一）

——孩子呕吐不用怕

/ 刘文可，尚可新，王悦 等

妇科门诊

36 如何防治子宫脱垂 / 余宪文

本刊特稿

- 38 让现代中药足够现代,传统中药足够传统——记承德颈复康药业之行 / 廉庄

常见病防治

- 42 以脚养生,你会吗? / 兰政文
45 我家的治病保健小秘方 / 牛润科
46 卧床病人褥疮的科学防治 / 李沫言
48 养护膝盖也有方 / 陶诗秀
49 天气冷了,孩子感冒一定属风寒吗? / 光流
50 夏秋应重视肠道保健 / 孙川
52 胰腺癌所致疼痛的中医外治法 / 何威华 蔡昂
53 突发牙痛,按压穴位可缓解 / 宋禄法
54 职业腰痛早防治 / 仇湘中



家庭药箱

- 27 不好好吃饭的未必都是“熊孩子” / 朝阳
55 茯苓健脾 孩子健康 / 张帮俊
56 女贞子临床新用 / 丁兆平
58 枸杞到底是怎么养生的? / 马娜

春播贴敷

- 60 胃脘痛应该怎么贴敷? / 李翠兰

体质养生

- 62 求医更要求己的类风湿关节炎 / 葡萄

颐年有道

- 64 《诸病源候论》导引系列之“腹胀候”导引法 / 谢青云
66 养生在旅途中 / 张雪亮
69 到底是什么夺走了我们的睡眠 / 程延君

药膳食疗

- 70 吃中药类零食有学问 / 廉洁
74 人类不应当拒绝鸡蛋 / 李佩文
76 松赞干布与石榴
——解毒止泻说石榴 / 胡献国

家有儿女

- 79 一分钟的凝视 / 曹春雷



- 04 敬告本刊作者
04 本刊郑重声明

封二、插页、80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
封面设计 刘晓笛
出版日期 2018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 $\frac{\text{ISSN } 1005-3743}{\text{CN } 11-3379/\text{R}}$

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。



同仁堂健康

— 同仁堂 1669 始创 —



焕醒活力

乐此不疲

ISSN 1005-3743
CN 11-3379/R

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

万方数据