

家庭中医药

JIATING ZHONGYIYAO



QK1830904

2018/6

- 夏天的护身要穴 P36
- 高血压患者的食疗方 P23
- 养生就要搞好关系 P46
- 您是高血压体质吗 P32
- 注意药酒服用的安全性 P58

高血压，
并非一降了之 P26



ISSN 1005-3743



零售价：RMB12元
方方数据



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 高温天气,不能放松对高血压的警

惕 / 廉庄

微博直通车

05 中医人应当精熟针灸等三则

/ 董洪涛,傅延龄,张宝旬

首席专家论坛

06 寻苗枸杞香 / 温长路

08 如何养元气? / 傅杰英

祖国医学长廊

10 中医药堂传奇第二十六回

白氏创制敬字眼药 数代皇族传递

奇迹 / 花永刚,花晨

13 袁随园交名医 兼通养生

/ 胡正旗

16 利胆退黄夸茵陈 / 程超寰

20 医案聊斋续篇——项毒案

/ 张大明



本期专题——高血压

23 高血压患者的食疗方 / 孙清廉

26 高血压,并非一降了之 / 赵海亮

28 高血压多发,试试针灸控血压

/ 刘文君

30 高血压防治误区 / 林南

32 您是高血压体质吗 / 闫玉冰

常见病防治

19 暑湿来袭,养生应有方 / 朝阳

35 三黄膏治带状疱疹有奇效

/ 郭旭光

36 夏天的护身要穴 / 张玉平

38 冬病夏治 巧治风湿骨痛 / 邓敦

小儿推拿

39 小儿推拿呵护孩子健康成长(四十七)

——宝宝便秘怎么办,小儿推拿

来支招

/ 王悦,尚可新,刘文可等

本刊特稿

- 44 波罗芬高原——中药材的天然王国(九)
遍地可种菜,到处有野果 / 姚佑楣

专家门诊

- 46 养生就要搞好关系 / 张雪亮

眼科疾病

- 50 爱眼有道系列之六
眼前飞蚊是什么 / 张玉平

妇科门诊

- 52 艾烟轻缭绕,闺房得安宁(四)
——艾灸治性冷淡、青春痘、蝴蝶斑
/ 姜艳辉

中医美容

- 55 辨痘识体质,战“痘”到底
/ 钟玉梅,廖华君



用药安全

- 58 注意药酒服用的安全性
/ 梅全喜 唐志芳

春播贴敷

- 62 中药贴敷治疗足跟痛
/ 沈义伟
- 63 腰椎间盘突出,贴敷有办法
/ 尹少俊

体质养生

- 64 六月端午 提防心悸 / 葡萄

颐年有道

- 66 《诸病源候论》导引系列之
“脾病候”“肺病候”导引法
/ 谢青云
- 68 久病虚损理脾阴 / 乾九四

药膳食疗

- 70 夏季良药鱼腥草 / 廉洁
- 72 亦食亦药马齿苋 / 谢基立

补肾益精

74 来自沙漠中的“不老药”

——说说锁阳固精丸

/ 琴箕

家庭药箱

76 银杏出国有故事 / 丁兆平

名人与饮食

78 马克思：葡萄酒也是一种药物

/ 单守庆



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 jtzy @126.com
博客地址 <http://blog.sina.com.cn/jtzy>
微博地址 <http://weibo.com/jtzy>

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。



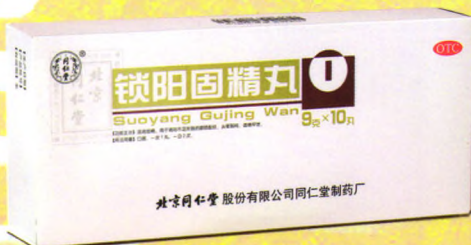
同仁堂

固精 + 益精

收月好甚好

推荐联合

锁阳固精丸 + 固精
五子衍宗丸 + 益精



国药准字Z11020033



国药准字Z11020188



OTC 锁阳固精丸

功能主治：温肾固精。用于肾阳不足所致的腰膝酸软、头昏耳鸣、遗精早泄。禁忌，不良反应：尚不明确。注意事项：详见说明书。请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。

OTC 五子衍宗丸

功能主治：补肾益精。用于肾虚精亏所致的阳痿不育、遗精早泄、腰痛、尿后余沥。禁忌，不良反应：尚不明确。注意事项：详见说明书。请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。

北京同仁堂股份有限公司同仁堂制药厂
地址：北京市东城区西打磨厂46号

广告