



QK1837293

邮发代号：82-654

家庭中医药

JIATING ZHONGYIYAO

2018/7

夏日，一不小心就伤了肾
P22

『重女轻男』的肾病
P28

冬病夏治 三伏艾灸效果好
P42

华发早生也是病

贴肚脐 可降压
P53 P50

如何养谷气

P08

ISSN 1005-3743



9 771005 374182



定价：10.00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 小心翼翼保养肾 安度暑伏最热时

/ 桔梗

微博直通车

05 《国际疾病分类》纳入中医证候等 三则

/ 九星悬朗七曜周旋，北京市教委，等

首席专家论坛

06 日午独觉无余声 / 温长路

08 如何养谷气 / 傅杰英

祖国医学长廊

09 蒲松龄哀民生 普及医药 / 胡正旗

12 药草恒山和北岳恒山 / 程超寰

14 中医药堂传奇第二十七回

广升聚药贸恰克图 王志远坐堂

莫斯科 / 花永刚，花晨

17 医案聊斋续篇——便血案 / 张大明

20 红楼梦与中医药 / 段振离

本期专题——肾病

22 夏日，一不小心就伤了肾 / 萧婷

25 慢性肾病患者保健须知 / 孙川

28 “重女轻男”的肾病 / 心知



专家门诊

30 天人合一也要与时俱进 / 张雪亮

小儿推拿

33 小儿推拿呵护孩子健康成长（四十八） ——孩子老咳嗽怎么办

/ 王悦，尚可新，刘文可，等

本刊特稿

36 波罗芬高原——中药材的天然王国（十） 神秘莫测的北纬 15°

/ 姚佑楣

眼科疾病

38 爱眼有道系列之七

维护眼表菌丛, 合理使用抗菌素

/ 张玉平

常见病防治

42 冬病夏治 三伏艾灸效果好 / 杨果平

45 可以没有遮阳伞, 不能没有“清凉丸” / 朝阳

46 总出虚汗怎么办 / 孙清廉

49 千年古方三拗汤, 止咳、化痰、平喘 / 钱乐斌

50 华发早生也是病 / 黎淑贞

52 皮肤变化与内脏肿瘤 / 程菊珍

53 贴肚脐 可降压 / 胡献国

春播贴敷

54 中药透皮技术儿科治疗验案 / 余练胜

55 贴敷治小儿肠系膜淋巴结炎 / 杨斌



体质养生

56 夏季感冒更难受! 调理体质根源是关键 / 葡萄

颐年有道

58 诸病源候论导引系列之

“肾病候” “膀胱病候” 导引法

/ 谢青云

补肾益精

60 从“长生之术”到“养生之术”—— 中医怎么抗衰老 / 琴箕



家庭药箱

- 62 “七十二变”地黄丸 / 戚姝娅 樊冬鹤
65 清热消暑山栀子 / 胡献国
66 “内外兼修”的桑白皮 / 丁兆平

药膳食疗

- 69 补虚损疗恶疮的良药芝麻 / 马元泉
70 亦食亦药话芹菜 / 谢基立
72 夏日喝汤 消暑增液保健康 / 廉洁
74 菱荇满回塘 / 乾九四
76 最适合胖人去脂减肥的保健食品
/ 林南

名人与饮食

- 78 尹传红：解读吃的困惑 / 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 肖婷
封面设计 刘晓笛
出版日期 2018 年 7 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。

北京同仁堂（安国）中药饮片有限责任公司

企业简介

北京同仁堂（安国）中药饮片有限责任公司是北京同仁堂药材参茸投资集团子公司，2013年3月在安国市工商局注册，地址是在安国市中药现代产业园区，注册资本1.2亿元，公司占地135亩，建筑面积近三万平方米。2017年10月，一次性通过一般中药饮片、毒性中药饮片和直接口服中药饮片的GMP认证，通过认证的品种一般中药饮片821个，毒性中药饮片13个，直接口服中药饮片23个。生产范围包括一般中药饮片（净制、切制、蒸制、煮制、燀制、煅制、炒制、发芽、发酵、水飞、制炭、煨制、炙制）；毒性中药饮片（净制、切制、炒制、蒸制、煮制、发酵、水飞）和直接口服中药饮片。公司设计年生产中药饮片2万吨。

2018年1月，公司正式进入生产运营阶段。目前，公司通过GMP认证的生产车间12000平方米，库房7000平方米，公司厂房设施、生产设备、化验仪器等硬件配套设施完善。一流的生产设备为中药现代化、产业化生产提供强有力的生产保障。尤其是水飞自动化生产线设备真正实现了省时、省工、高效、低成本生产，是省内唯一一家水飞自动化生产线。公司引进了液相色谱仪、气相色谱仪、原子吸收分光光度计、薄层色谱仪等先进检测设备，可进行含量测定、农残、重金属、黄曲霉素等检测内容，基本涵盖《中国药典》2015年版的中药材和中药饮片检验项目，对中药材原料和净料的质量检测和质量控制提供有力的技术支持。

公司设有质量管理部、生产制造部、设备工程部、采购经营部、财务运行部、综合办公室6个职能部门，现有员工200余名，其中技术人员90名。我们深知“同仁堂质量无小事”，在日常管理中，我们做到“五真”，即“真重视、真自查、真整顿、真提高、真规范”，真正夯实质量管理基础，提高公司管控水平，严格按照GMP要求，不走捷径；在生产过程中，我们把握“入口、过程、出口、售后”四个关键环节，不断加强各环节的责任意识，用实际行动维护同仁堂品牌。

公司正式运营半年时间，产品销售市场已覆盖东三省、京津冀、内蒙、山东、河南、山西、陕西、四川等地，畅销的产品主要有三七粉、西红花、枸杞子、灵芝孢子粉等品种，产品销量不断增加，市场持续扩大，公司发展前景广阔。

在国家推进京津冀协同发展的大背景下，北京同仁堂（安国）中药饮片有限责任公司会紧抓机遇，按照集团公司专业化发展的定位要求，围绕“做长、做强、做优、做大”的战略规划，在生产和经营中恪守同仁堂“炮制虽繁必不敢省人工，品味虽贵必不敢减物力”的企业理念，发扬“同修仁德，济世养生”的企业精神，严把质量关，保证产品质量和疗效，把国药第一品牌更加发扬光大，为提高人类健康水平和生命质量，振兴和繁荣我国中医药事业做出积极贡献。



北京同仁堂

（安国）中药饮片有限责任公司