



QK1955339

邮发代号：82-654

# 家庭中医药

百子題

JIATING ZHONGYIYAO

2019/12

如何远离可怕的“心源性猝死” P29

萧龙友诊治冯国璋脉案赏析 P16

中风后常见并发症

——偏身水肿 P22

食疗也能去水肿 P19

历史上的“黑色恶魔”

——鼠疫 P32



ISSN 1005-3743



零售价：RMB16元

万方数据



微信公众号



微店

# 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 融融冬日，小心水肿

/ 廉庄

---

### 微博直通车

#### 05 那个一紧张就胃痛的小姑娘等三则

/ 耕夫中医，大耳朵中医，  
选择中医 \_ 董洪涛

---

### 首席专家论坛

#### 06 畏老老转迫 / 温长路 程延宏



---

### 祖国医学长廊

#### 09 中医药堂传奇第四十四回

乐镜宇勇闯东流水 宏济堂亮相万  
博会 / 花永刚 花晨

#### 12 龟甲的历史功绩 / 程超寰

#### 16 萧龙友诊治冯国璋脉案赏析

/ 陈腾飞

---

### 本期专题——水肿

#### 19 食疗也能去水肿 / 王新志 何世楨

#### 22 中风后常见并发症——偏身水肿

/ 朱爱华 方婷

---

### 糖尿病

#### 26 多管齐下辨治“老年糖尿病”，助您稳

坐仍从容 / 周雨桐

---

### 本刊特稿

#### 29 如何远离可怕的“心源性猝死”

/ 陈腾飞

#### 32 将上亿人“一波带走” 历史上的“黑色恶魔”——鼠疫 / 容成

---

### 小儿推拿

#### 37 小儿推拿呵护孩子健康成长(六十五) ——小儿肠胀气怎么办?

/ 刘文可 王悦 张英



## 家庭自灸

### 42 面神经麻痹的自灸处方

/ 张仁

## 眼科疾病

### 43 爱眼有道系列之二十四

别小看翼状胬肉 / 张玉平

## 常见病防治

### 46 血管常清理 健康长伴随 / 朝阳

### 47 望甲知病 / 王居义

### 50 化痰止咳 重调脾肺 / 蒲昭和

### 52 尿路感染常复发? 试试这几招!

/ 刘东瓚

### 53 小儿百病, 食积为先 / 天海

### 54 产后腰痛知多少 / 程延君

### 56 我的腰突治疗历程 / 郑雷

### 58 孝敬父母, 从关爱他们的腰开始

/ 曹新峰

## 体质养生

### 59 冬日起居必做事 / 魏微

### 60 思伤脾, 心操多了容易瘦

/ 关晓棠

## 春播贴敷

### 62 浅谈中药透皮技术治疗小儿发热

/ 官开均

## 中医外治法

### 64 寒风来了, 当心面瘫

/ 尹友鑫

## 颐年有道

### 66 《诸病源候论》导引系列之

“齿痛候” “风齿候” 导引法

/ 谢青云

---

## 家庭药箱

68 核桃仁治喘医案 / 丁兆平

---

## 名人与饮食

70 邵万宽：中国人吃的智慧与吃的  
真相 / 单守庆

---

## 用药安全

72 老年健康“药”谨慎  
/ 居正

74 树熟的柿子并不是都能直接吃  
/ 高燕菁

---

## 家园

77 草药，竖行文字里的水木清华  
——一支箭 / 余显斌

78 父亲与柿子树  
/ 李成林

---

04 敬告本刊作者

04 本刊郑重声明

79 2019 年第 26 卷总目次（卷终）

封二、插页、84 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  
封面绘图（木芙蓉） 陈小芸  
封面设计 刘晓笛  
出版日期 2019 年 12 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 jtzzy@126.com  
博客地址 <http://blog.sina.com.cn/jtzzy>  
微博地址 <http://weibo.com/jtzzy>

广告总代理 数源汇通（北京）医药科技有限公司  
电 话 010-68469866-6027  
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 16 元 全年 192 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

文章版权归《家庭中医药》杂志所有，未  
经授权谢绝转载、摘录。

# BABY G

儿

童

咳

液

OTC

【规格包装】

玻璃瓶装 10毫升×6支/盒

玻璃瓶装 10毫升×10支/盒

用于咳嗽气喘，吐痰黄稠或咳痰不爽，咽干喉痛。



清热  
润  
肺

祛  
痰  
止  
咳

注意事项：对本品过敏者禁用，过敏体质者慎用。  
 禁忌、不良反应尚不明确，其它注意事项详见说明书。  
 请按药品说明书或在药师指导下购买和使用  
 国药准字Z11021255 京药广审(文)第2019030126号  
 地址：北京市丰台区南三环中路20号

广告



北京同仁堂科技发展股份有限公司制药厂

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：16元

万方数据