



QK1931352

邮发代号：82-654

家庭中医药

JIATING ZHONGYIYAO
2019/7

西瓜传入路线图 P10
防治近视趁暑假 P34
吃掉西瓜皮 P62
冬病夏治，也适用于家庭自灸 P30
藿香荷叶茶可祛除体内湿气 P79

P20
预防尿石症
“会吃会喝”是保证

ISSN 1005-3743



零售价：RMB16元
万方数据



微信公众号



微店



目次

contents

本期所载方剂请在医师指导下使用
本书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 别让盛夏的“果实”变结石 / 桔梗

微博直通车

05 让中医药接受科学洗礼等三则
/ 中新网，大剑碑，陈亮很油菜花

首席专家论坛

06 鱼际太渊任转篷 / 温长路



祖国医学长廊

08 萧龙友防疫妙方赏析 / 陈腾飞

10 西瓜传入路线图 / 程超寰

14 中医药堂传奇第三十九回

左宗棠临危收新疆 胡雪岩仗义
司后勤 / 花永刚，花晨

本期专题—— 结石症

17 中医眼中的胆结石 / 王帅

20 预防尿石症“会吃会喝”是保证
/ 居正

23 尿石症的中医治疗 / 曹淑芬

24 何以攻石——中医药外交中的泌尿
系结石医案 / 张历元



小儿推拿

27 小儿推拿呵护孩子健康成长（六十）

——食积咳嗽莫担忧

/ 刘文可，王悦，张英

家庭自灸

30 冬病夏治，也适用于家庭自灸 / 张仁

眼科疾病

34 爱眼有道系列之十九

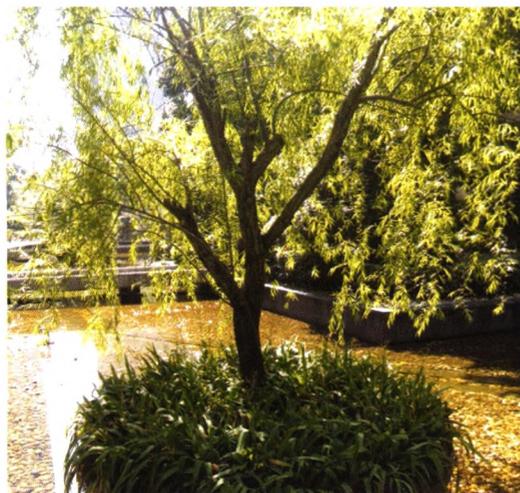
防治近视趁暑假 / 张玉平

常见病防治

- 37 远离牙菌斑，口腔更健康 / 戴鼎
- 38 反流性食管炎的防治经验 / 孙川
- 42 骇人听闻的幽门螺杆菌 / 王帅
- 45 前列腺钙化就是癌吗 / 关晓棠
- 46 糖尿病“一少”仅指体重下降么？
/ 秦颖哲
- 48 医生的好帮手——蝉蜕
/ 王新志，何世桢
- 50 雨季来临 谨防湿邪危害健康 / 林南

补肾益精

- 52 补肾，不能错过夏天时机 / 琴箕



春播贴敷

- 54 中医透皮技术用治夏季小儿病
/ 刘林凤
- 55 小儿肠系膜淋巴结炎怎么治 / 张太平

体质养生

- 56 是什么让你的肝脏伤痕累累 / 魏微
- 57 便秘≠上火了！ / 刘东瓚

用药安全

- 59 盛夏到了，警惕中药霉变！ / 高燕菁

药膳食疗

- 62 吃掉西瓜皮 / 谢基立
- 64 夏季去痒试试民间疗法 / 朱文雄
- 66 消暑解暑 美容保健话柠檬 / 孙清廉
- 68 妇人保健佳品——墨鱼 / 胡献国



家庭药箱

- 63 三伏天必备的防暑药 / 朝阳
72 美容护肤说丝瓜 / 胡献国
74 不尽的大枣情思 / 丁兆平
79 藿香荷叶茶可祛除体内湿气 / 曹淑芬

颐年有道

- 70 《诸病源候论》导引系列之
“转筋候”导引法 / 谢青云

名人与饮食

- 76 苏维邦：草药不可小瞧 / 单守庆

家园

- 78 母亲的中药园 / 谢尚园

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
封面绘图(金莲花) 陈小芸
封面设计 刘晓笛
出版日期 2019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
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 010-68469866-6027
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

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，公司地址安国市中药现代产业园区，注册资本1.2亿元，占地135亩。2017年9月通过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。公司设计年生产中药饮片2万吨。

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，可检测内容基本涵盖《中国药典》2015年版检验项目，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。

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”，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。公司畅销产品有三七粉、西红花、枸杞子、灵芝孢子粉等品种，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，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。

