

家庭中医药

李平道
印



QK2002461

JIATING ZHONGYIYAO

2020/1

糖尿病患者能吃水果吗? P34

警惕五大“节日病” P46

不是酒鬼也会有酒糟鼻吗 P58

合理饮食，预防癌症 P64

酒与药的“爱恨情仇” P22

P13

让人欲罢不能
又爱又恨的“酒”

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 辞旧岁,迎新春,举杯为健康

/ 桔梗

微博直通车

05 幽门螺杆菌用不用根除等三则

/ 董洪涛, 中医田应旭, 溜肩膀 123

首席专家论坛

06 枕上片时春梦中 / 温长路



祖国医学长廊

08 中医药堂传奇第四十五回

马千里开办女学校 乐达仁创新

达仁堂 / 花永刚, 花晨

10 “鬼督邮”考辨

——天麻为什么有鬼督邮之名

/ 程超寰

本期专题—— 饮酒与健康

13 让人欲罢不能 又爱又恨的“酒”

/ 陈四清, 朱子阳

15 饮酒,到底是好还是坏呢 / 王帅

18 饮酒与酒瘾 / 朱爱华

22 酒与药的“爱恨情仇” / 高燕菁



小儿推拿

25 小儿推拿呵护孩子健康成长(六十六)

——小儿肺炎恢复期的手法治疗

/ 刘文可, 张英, 王悦

家庭自灸

28 自灸助你远离功能性消化不良 / 张仁

糖尿病

30 日常降糖好方法, 中医食疗效力彰

/ 索文栋

34 糖尿病患者能吃水果吗? / 周雨桐

眼科疾病

38 爱眼有道系列之二十五

不知不觉失明了!什么原因?

/ 张玉平

常见病防治

42 针刺治心绞痛及常用八穴 / 蒲昭和

46 警惕五大“节日病” / 林南

49 荨麻疹瘙痒难耐,何不试试防风

通圣散 / 袁检仔

51 脾胃气滞多因肝胃不和 / 刘东瓚

体质养生

53 养胃六法 缺一不可 / 魏微

54 中医面诊到底有多“神”? / 关晓棠



春播贴敷

56 扁桃体炎并发颈淋巴结炎 贴敷见

效快 / 顾孝明

57 小儿肠系膜淋巴结炎的中医疗法

/ 徐华峰

中医美容

58 不是酒鬼也会有酒糟鼻吗 / 张历元

中医外治法

60 老年失眠多苦闷,耳穴压豆来帮忙

/ 尹友鑫

药膳食疗

62 羊肉 补肾的好东西 / 王新志,何世桢

64 合理饮食,预防癌症

/ 王历花,储真真

颐年有道

68 《诸病源候论》导引系列之

“喉痹候”导引法 / 谢青云



家庭药箱

70 家庭解酒方药集锦 / 孙清廉

73 核桃：夺得春光来在手 / 丁兆平

名人与饮食

76 徐纪英：呼之欲出的“茶树花挂面”

/ 单守庆

用药安全

78 阿胶的小脾气 / 高燕菁，王融冰

04 敬告本刊作者

04 本刊郑重声明

封二、插页、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
封面摄影 童心
出版日期 2020年1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

文章版权归《家庭中医药》杂志所有，未经授权谢绝转载、摘录。



亚宝九和(北京)健康管理有限公司

YABAO JIUHE (BEIJING) HEALTH MANAGEMENT CO., LTD



微信公众号



网上商城



亚宝九和(北京)健康管理有限公司

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
热线：400 133 8909 网址：www.yabaojiuhe.com

ISSN 1005-3743
CN 11-3370/报

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