



QK2017088

邮发代号：82-654

家庭中医药

李浩
题

JIATING ZHONGYIYAO

2020/4

中医药抗疫有妙法 P31

中医战“疫”效验录 P16

清肺排毒汤为什么要配大米汤 P66

清代皇宫的预防医学 P28

时疫来袭，中医教你“治未病” P34

李浩：防治新冠肺炎，科学利用药膳 P72

ISSN 1005-3743



零售价格：RMB16元



微信公众号



微店

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 万物芳盛,不负春光
/廉庄

微博直通车

- 05 这“三药三方”临床证实有效等
三则 / 人民网,北京晚报,凤凰网财经

首席专家论坛

- 06 春来踏青收获多 / 温长路



祖国医学长廊

- 08 中医药堂传奇第四十八回
丁甘仁沪上胜洋医 丁济万军营
救伤员 / 花永刚,花晨
- 12 谁动了中医的奶酪 / 商鞅
- 16 中医战“疫”效验录
/ 胡正旗,杨瀚驰,陈金

- 21 苏东坡和“圣散子方” / 程超寰
- 25 孙思邈与屠苏酒 / 晓芬,洪文旭
- 26 影响历史的传染病 / 容成
- 28 清代皇宫的预防医学 / 肖奇国

本刊特稿

- 31 中医药抗疫有妙法 / 陈腾飞

本期专题——防疫

- 34 时疫来袭,中医教你“治未病”
/ 徐则林
- 38 中医看“非典” / 顾植山
- 41 简单易行防流感六法 / 贾佩琰

家庭自灸

- 44 春季小心“缠腰龙” 家庭自灸止痛
佳 / 张仁

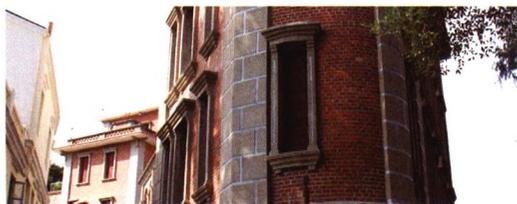


小儿推拿

47 小儿推拿呵护孩子健康成长(六十八)

——小儿推拿助力改善便秘

/ 张英, 刘文可, 王悦, 陈千吉



眼科疾病

50 爱眼有道系列之二十八

看眼病, 有急也有缓 / 张玉平

常见病防治

52 风邪伤人速 避风如避箭 / 孙清廉

54 你的心情决定胃肠的健康 / 刘东瓚

55 中药治强直性脊柱炎有优势 / 刘勇

春播贴敷

56 中药透皮技术治疗颈肩腰腿痛

/ 韩晓峰

57 头皮血肿不妨贴敷治

/ 李梓源



体质养生

58 睡觉不好也是病, 时间长了也要

命! / 魏微

59 年龄在变, 体质也在变

/ 关晓棠

颐年有道

61 《诸病源候论》导引系列之

“嗜眠候”导引法

/ 谢青云

62 中医导引法一八段锦(一)

两手托天理三焦

/ 代金刚

药膳食疗

66 清肺排毒汤为什么要配大米汤

/ 高燕菁

家庭药箱

68 艾叶烟熏法能预防人禽流感

/ 杨吉生

70 地龙白糖液，湿疹无处藏

/ 王新志 何世桢

名人与饮食

72 李浩：防治新冠肺炎，科学利用

药膳 / 单守庆

用药安全

74 关注麻黄的配伍禁忌 / 高燕菁

76 重视六神丸的合理使用 / 高燕菁



04 敬告本刊作者

04 本刊郑重声明

封二、插页、79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
封面摄影 童心
出版日期 2020年4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/D

万方数据

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