

人人健康 目次

总第 292 期 2010 年第 23 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333

新闻

健康时评

✓ 再穷不能穷卫生,再苦不能苦病人

健康快报

特别主题

6 人生必修课——艾滋病健康教育

记者观察

// “曲美”事件之后重申减肥

本月聚焦

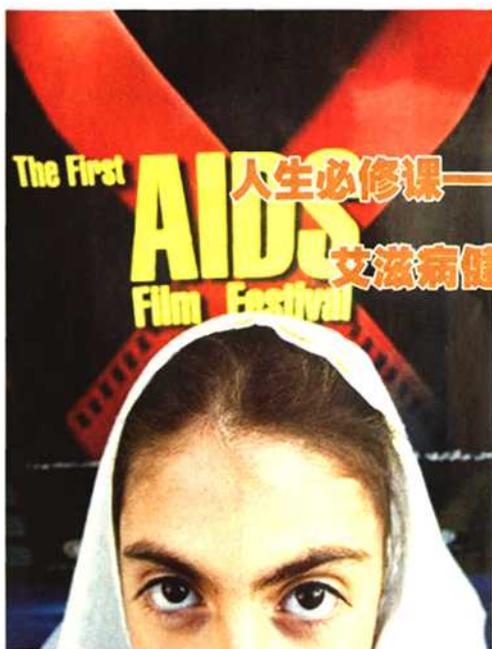
// 广州亚运新项目在大众健身娱乐中发展

健康人物

// 整形与美容外科也是一门艺术
——访我国首例“换脸”手术医生郭树忠教授

健康讲坛

// 现代人的颈椎病



人人健康医院

就医指南

22 专家教你看病省钱的六个妙招

专家门诊

23 经皮穿刺内镜下胃造瘘术——不能经口进食患者的福音
24 如何早期发现乳腺癌
25 何人易患胆结石

老年保健

26 骨质疏松的您会补钙吗?
27 拔火罐的三大误区
老年人要警惕表现各异的心绞痛
28 老年人溃疡病防治 9 法,等

每月一解

30 莫名眩晕当心耳石症

心血管保健

31 心脑血管病年轻化 三大误区有待纠正

高血压防治

32 厨房里做出“降压药”

糖尿病之友

33 糖尿病患者的四大“通病”

儿童保健

34 宝宝吃蔬菜的十大错误
别忽视了宝宝的爬行
35 怎样用奶瓶喂宝宝,等

家庭用药指南

36 五类药保管不当最易失效变质
教你辨别正规保健食品的六招
39 中药材的保管与养护注意事项

癌症关怀

40 7 大癌症与饮食习惯密切相关
胰腺癌别错当“老胃病”
41 治疗肿瘤要警惕 7 大陷阱
42 七种瘤不是癌
“老来红”未必都是癌,等

医患连线

44 女性贫血怎么办
脚底发热咋回事
经常嗜睡怎么办,等

他健康

- 46 冬季进补,男人吃什么
- 47 体验男人的衰老警戒线
准爸爸也不可以乱用药

她健康

- 48 皱纹里的“健康密码”
- 49 及早治疗女性生殖器畸形

心理处方

- 50 职场交往五原则扫清障碍
跟孩子“说理”要讲究方法
- 51 养老院老人更缺乏安全感,等

两性地带

- 52 高潮时有尿意,正常
分居久了性能力会下降吗
性爱就怕被打断,等

运动手册

- 54 改变方式,让运动上瘾
公交健身,和赘肉说拜拜

生活百事通

- 55 “腰突”患者冬季如何保健

营养潮流

- 56 熟悉的南瓜,不熟悉的吃法
- 57 三晋献血



读者园地

一起读本刊拉近老人的距离

事情是这样的,今年11月的一天,我在小区看《人人健康》杂志,其中特别主题《家有“糖”人》一文引起了老人们的关注,大家围拢过来,争着要看。我就临时充当读报员,给大家诵读起来。

大家都认为《人人健康》通俗易懂,受到了很大的教育,身体不舒服的老人还表示要及时到医院检查一下,再也不能拖下去了。我感到《人人健康》不但让老年人更关注自己的健康,还拉近了大家之间的距离,增进了老人之间的和睦氛围,活跃了老年人的晚年生活。

希望《人人健康》能多刊登一些老年人常见疾病的防治知识,让老年人更爱看!

太原市本刊忠实读者 周广明

主管单位 山西省卫生厅
主办单位 山西省健康教育所
编辑出版 人人健康杂志社

总策划 白剑峰

社长 张勇进

副社长 康爱成

主编 金朝晖

副主编 李国庆 李旭曦

责任编辑 石成长 霍哲楠

美术编辑 杨红萍 史琦

广告发行部 白冰 姜涛 宿祥生

制版印刷 山西玉月影视文化传媒有限公司

广告登记证号:1400005000135

邮购杂志汇款地址 太原市漪汾街千峰北路77号茂华小区4号楼1602室

本刊合作办刊成员单位 及人人健康理事会名单

(排名不分先后)

北京大学人民医院	院长 王杉
北京肿瘤医院	院长 游伟程
中国医学科学院肿瘤医院	院长 赵平
重庆三峡中心医院	院长 李庆平
山西省人民医院	院长 张汉伟
山西医科大学第一医院	院长 杜永成
山西医科大学第二医院	院长 肖传实
山西医科大学第三医院	院长 刘越泽
山西省肿瘤医院	院长 王国平
山西省儿童医院 妇幼保健院	院长 白继庚
山西省心血管病医院	院长 李保
大庆龙南医院	院长 李海华
太原市中心医院	院长 商广喜
山西煤炭中心医院	副院长 刘变英
太原市红十字血液中心	主任 李晋保
太原市人民医院	院长 魏正琍
太原市第二人民医院	院长 任笑异
太原市第三人民医院	院长 李玉杰
太原市第四人民医院	院长 范梦柏
太原市妇幼保健院	院长 陈援安
太原市中医医院	院长 焦国梅
太原市第八人民医院	院长 杨慧珍
山西省太原精神病医院	院长 陈刚
大同市第三人民医院	院长 戎有平
山西省汾阳医院	院长 白林海
临汾市第三人民医院	院长 郭小平
山西红十字口腔医院	院长 冀新江
武警山西省总队医院	院长 袁慧欣
太钢总医院	院长 南培宏
西山煤电职工总医院	院长 马建民
太原华晋医院	院长 苏竞梅
山西康宝药业	董事长 周满祥
山西振东药业	董事长 李安平