



1999年的5月1日,《中华人民共和国执业医师法》正式施行。旨在加强医师队伍建设,提高医师职业道德和业务素质,保障医师的合法权益,这是中国卫生法制史上的一件大事。

2002年5月1日,《中华人民共和国职业病防治法》正式施行。旨在预防、控制和消除职业病危害,防治职业病,保护劳动者健康及其相关权益,促进经济发展。

5月8日,世界红十字日。1948年,红十字会协会把国际红十字组织创始人亨利·杜南的生日5月8日作为世界红十字日,以便国际社会能围绕主题开展活动。

5月12日,国际护士节。1820年5月12日现代科学护理学创始人南丁格尔诞生。南丁格尔是英国一名女护士,在克里米亚战争中,率领38名护士赴前线参加伤病员护理工作,建立医院管理局制度,提高护理质量,使伤病员死亡率迅速下降。她一生倡导救死扶伤精神,并建立了第一所护士学校。

1749年的5月17日,爱德华·琴纳诞生。琴纳是牛痘接种创始人,他经过多年的探索、研究,1796年为一名8岁男孩接种了牛痘,牛痘疫苗从此产生。接种牛痘的技术被全世界采用。1980年,世界卫生组织宣布天花被彻底消灭。

5月19日,世界肝炎日。旨在提醒全球公众提高对病毒性肝炎的认知和重视程度。每分钟有一人感染乙肝病毒,旨在呼吁更多民众提高预防意识,行动起来,预防肝炎。

5月20日,中国学生营养日。其目的在于广泛、深入宣传学生时期营养的重要性,大力普及营养知识。这一时期饮食习惯、营养状况不仅关系到目前的身体发育,也关系到一生的健康。

5月20日,全国母乳喂养宣传日。母乳喂养是最经济、最安全、最营养的,对新生儿成长发育也最有益。据统计,目前我国的纯母乳喂养率在25%左右,产妇应在生产后30分钟内早开奶,早吸吮,这是提高母乳喂养率的关键。

1860年5月21日,荷兰病理学家爱因托芬诞生。他发明了心电图记录仪,发现心脏的电特性,因此获得1924年诺贝尔生理学及医学奖。

1518年5月26日,我国明代杰出医药家李时珍诞生。1596年,《本草纲目》出版,书中记载有药物1892种,附图1126幅,是中医科学最重要的典籍,是对世界医药学的巨大贡献。

5月31日,世界无烟日。今年无烟日的主题是“烟草致致命如水火无情,控烟履约可挽救生命。”

聚焦

- 1 图说城事
- 健康视点
- 8 小饭桌 大话题
 - “小饭桌”也要吃出营养健康
 - 太原市杏花岭区“小饭桌”有了准入证
 - “小饭桌”应尽快监管到位
 - 方兴未艾的“小饭桌”,需要那只“看得见的手”
- 12 器官捐献走进普通人
- 本月聚焦
- 14 药驾猛如虎
 - 山西的护士下南洋
 - 煤矿井下400米的“诺亚方舟”
- 健康人物
- 20 吴孟超:不老的柳叶刀
- 医海拾贝
- 22 美国手术室外的家属
 - 欧洲最人性化医院是什么样
- 记者观察
- 24 静脉曲张袜瘦腿不靠谱
 - 强化食品怎么吃
 - 每月健康黑榜
 - 47种“违法添加非食用物质”与22种
- 26 “易滥用食品添加剂”品种公布
 - 直击“染色馒头”事件
 - 重庆查获26吨三聚氰胺奶粉 厂家用于生产雪糕

生活

- 30 新主张
 - 博弈健脑
 - 工间操,上班族的贴身小棉袄
 - 艺术与健康
- 32 秋水长天
 - 李顺通先生印象
- 指南
- 36 喉咙里卡住东西怎么办
 - 尿液带着颜色,是怎么回事
- 百科
- 38 正确配戴隐形眼镜

目次

身体

- 健康快报
- 40 换季衣服,晒晒再穿
少用肥皂,手不脱皮
换季季节谨防身体过敏,等
- 糖友生活
- 42 潜伏在您身边的隐形糖
炎炎夏日里的误区
戒烟只为抗击糖尿病
行动
- 44 春夏交替谨防鼻窦炎报到
又到细菌性痢疾防治时
自测
- 46 易被误诊误治的颈椎病
内脏有病面部先知
真相
- 48 胶原蛋白的福与惑
口腔溃疡非小事
- 健康宝典
- 50 颈动脉——谁堵住了你的血管
癌症关怀
- 52 射频消融术治疗肿瘤专家答疑
记住防癌密码
专家说病
- 54 脑血管病贵在预防
用药指南
- 56 常被误解的中成药
千奇百怪的药物副作用
男子健康课堂
- 58 不都是前列腺炎惹得祸
男性朋友的抗衰老处方
女子健康课堂
- 60 今年好好养肾
尿失禁别自己扛

人人健康

心灵

- 诊室
- 62 考生如何克服“穿针心理”
我喜欢她该怎么办
怎样让孩子接纳父母
专栏
- 64 缘分与命运
病
职场
- 66 一周解压课程表

潮流

- 创意
- 68 小改变让生活更开心



人人健康杂志 下半月刊

大型健康生活杂志
1982年创刊 2011年5月15日出版
国际标准连续出版物号 ISSN 1004-597X
国内统一连续出版物号 CN 14-1033/R
发行范围 公开
国内邮发:山西省邮政报刊发行局 邮发代号:22-29
定价 8元
地址:太原市漪汾街千峰北路77号茂华小区4号楼1602室
邮编:030024 电话:(0351)3377160
E-mail:rrjk365@yahoo.com.cn
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
社长 张勇进
副社长 康爱成
总编 金朝晖
副总编 李国庆 李旭敬
责任编辑 任庆兰 良阳
美术编辑 良阳 张杰
广告发行部 白冰 姜涛 宿祥生

制版印刷 山西春秋映月影视文化传媒有限公司

广告登记证号:1400005000135

订阅杂志汇款地址 太原市漪汾街千峰北路77号茂华小区4号楼1602室

正确配戴隐形眼镜