

# 人人健康 目次

总第 308 期 2011 年第 8 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333

## 新闻

### 健康时评

✓ 医生尊严何处来

✓ 健康快报

### 特别主题

✓ 从三项整治到卫生城市全覆盖

吕梁, 迎来一场城市的革命

✓ 草药生活

### 记者观察

✓ 伪劣养生书“疯狂”终落幕

### 健康人物

✓ 现代烧伤医学主要开拓者——盛志勇

### 天下医事

✓ 难以解释的死而复生事件

## 读者来信

### 期待每一期都更加精彩

我一直喜欢读医疗保健方面的文章,去年 11 月,身边的同志向我强烈推荐《人人健康》,我索性订了 1 份。元旦刚过,我就收到了今年的第一期杂志。

拿到杂志后,我花了 3 个小时,先把每篇文章大体翻阅了一遍,再把自己喜欢的文章又细细品读了一番。过后,我又不时拿起来重读了几遍。总体来说,所有版面我都比较喜欢,大多数文章我都爱读,内容非常丰富。像“金色年华”版丰富的健康科普知识抓住了老年读者最重要的心理需求,而且字体也非常好阅读(比平常的字体大一号),非常不错。“医患连线”设置深得我,也相信是其他读者的青睐,俗话说有病乱投医,通过这个栏目让专家给一些患者提出了治疗方案和指导意见,现在很多报刊没有这么认真,一副“我办报,你看报,不管读者味道,只顾自己说教”的架势,这不好。另外,“家庭用药指南”、“心血管保健”也很好,就不一一详述了。

总之,订阅半年多来,《人人健康》让我心生好感,期待贵刊的每一期都能更加精彩!

吕梁读者:赵耀华

2 RRJK

万方数据

## 人人健康医院

### 就医指南

26 哪些人应该查胃镜  
专家教你看体检报告

### 专家门诊

27 强直性脊柱炎的防治  
28 胆结石的预防及治疗  
28 癫痫病的防治  
29 口腔溃疡应排查白塞氏病

### 金色年华

29 早餐宜迟不宜早  
怎样预防消化不良  
29 老年人低烧要引起足够重视

### 每月一解

29 胸腺瘤合并重症肌无力让女子 5 年抬不起眼皮

### 心血管保健

29 心衰患者如何巧度暑天

### 高血压防治

30 轻度高血压患者的生活调理和用药选择

### 糖尿病之友

31 糖尿病患者饮食不可“矫枉过正”

### 儿童保健

32 怎样带婴儿安全游泳  
磨牙不仅仅是蛔虫原因  
32 与阳光亲密接触

### 家庭用药指南

32 安全使用滴眼剂  
夏天煎药有讲究  
33 5 个原因 让晕车药不管用

### 癌症关怀

33 肾癌患者的术后饮食  
六种小病最易转变为癌症  
33 抗癌食物知多少

### 医患连线

33 宝宝还没满周岁能做 X 线检查吗  
肺气不足该咋办  
眼睛老流泪咋办

### 新中医时代

34 中医养生贵在按时

### 看图识病

34 急性胃肠炎

## 他健康

- 42 你身边的他有这些健康隐患吗?
- 43 预防脱发的简单方法  
各年龄阶段的养生之道

## 她健康

- 44 盘点 5 个容易长斑时期  
女性经期最好穿棉质内衣  
什么情况下不能服用避孕药

## 心理处方

- 46 总是情绪低落怎么办  
治疗病态怀旧应从心开始
- 47 老人有哪些心理需求

## 两性地带

- 48 性爱越久她为什么越没有高潮  
年过花甲为何房事后尿不出来  
多长时间遗精一次正常
- 50 教你 8 招延长性爱时间

## 健康自测

- 51 手的细节你知道吗  
鼻子反映健康状况

## 生活百事通

- 52 令你更健康的饮食习惯  
服用消炎药一周内不宜饮酒
- 53 这些另类头痛你知道吗

## 营养美食

- 54 洋葱的秘密
- 55 自制 4 款海带家常菜

## 媒体互动

- 56 夏防血黏度增高有良方  
护好人体的金三角

## 三晋献血



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

出版人 金朝晖

策划人 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 李旭敏

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 山西春江映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 魏正利
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 陈援农
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