

人人健康

Every one is well

中国社区健康促进读物

2012年 第19期 总第336期

——人人健康10月上半月——
中国优秀科普期刊

三晋献血
用血液温暖人生

如何远离手机幻听
性健康的10个小问题

养生要走正道

秋季进补吃什么
皮肤瘙痒 糖尿病的最早预兆
最常见的妇科疾病——宫颈糜烂

打造有温度的医院

全科医生离您有多远
脂肪肝的病因及防治

定价: 人民币**8.00**元

ISSN 1004-597X



邮发代号: 22-29

万方数据

山西省卫生厅主管 山西省健康教育中心主办

本期刊广告发行热线
(0351) 6861522
3803495333

人人健康 目次

总第 336 期 2012 年第 19 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333

新闻

健康时评

1 挂号难为何成了“老大难”

8 健康快报

特别主题

10 打造有温度的医院
做一个有温度的医生

城市创卫

14 从卫生屯留向健康屯留迈进

本月聚焦

18 别让肛周疾病陪你过节

记者观察

20 养生要走正“道”

团队访问

28 全科医生离您有多远

人人健康医院

就医指南

25 协和就医挂号攻略

专家门诊

26 靶向治疗:晚期肺癌的新希望
脂肪肝的病因及防治
重视脊髓疾患肌无力,肌萎缩

每月一解

29 一种新型的寄生虫病——犬恶丝虫病

金色年华

30 老年人如何应对类风湿性关节炎
老年人驼背中的危机

心血管保健

32 心血管疾病的“堰塞湖”现象
心肌梗死并非“一梗就死”
心跳的 5 个误解

高血压防治

34 高血压非药物干预

糖尿病之友

36 好习惯降低 2 型糖尿病死亡率
糖友运动的注意事项
糖友突发视物不清应查眼底
皮肤瘙痒,糖尿病的最早预兆

家庭用药指南

38 警惕药物引起的胃病
药物抑郁巧识别
吃胶囊的四个为什么
有些药物吃起来如吸毒

儿童保健

40 呵护孩子,预防龋齿
宝宝秋季喝水的重要性

癌症关怀

42 晚期肺癌疼痛如何治疗
肿瘤晚期疼痛的护理

医患连线

44 普通人能喝全脂奶吗
中风后疑心重该怎么办
什么原因引起的手脚蜕皮
便秘能自己灌肠吗

他健康

- 46 男性不育泌尿检查是关键
尿道炎不可盲目自治
正常遗精对男性生育毫无影响

她健康

- 48 乌鸡白凤丸的适宜人群
最常见的妇科疾病——宫颈糜烂

新中医时代

- 50 秋季进补吃什么？
秋季如何养护肝肺
如何正确吃姜

健康自测

- 52 你哪里上火了？
产后抑郁简便自测法

心理处方

- 54 让心灵晒晒太阳,别老觉得自己受伤
如何远离手机幻听
老人总是哭笑无常的原因

两性地带

- 56 男人下体弯曲会影响性生活吗？
早泄为何“喜欢”年轻人？
女人性冷淡最大原因是男人
性爱后戏不容忽视
性健康的 10 个小问题

生活百事通

- 60 洗手与健康
常看电子书小心“脑残”
必须学会的“十养”
长期吸烟者关节炎风险翻倍
舌头保健操你尝试过吗

营养美食

- 64 几种家常菜的错误搭配
白露养生食疗药膳
67 三晋献血

健康宝石

回味爱·拥有爱

这是属于好莱坞的情话,更是人世间爱的回音。亲爱的读者,让我们一起来倾听爱、相信爱、回味爱……

露丝,赢得那张船票是我一生中最幸运的事。它把我带到你身边,我感到很欣慰。真的,我感到很欣慰。露丝,你必须答应我,你答应我活下去,绝不放弃,无论发生什么,无论希望有多么渺茫。答应我,露丝,你绝不会食言的是吧?快答应我。

——《泰坦尼克号》

我可能不是一个聪明的人,但我知道什么是爱。

——《阿甘正传》

你是我活下去的唯一理由。我的职责就是保护你,远离他人的伤害……

——《暮光之城:新月》

其实,穿越一条街根本就不难。那取决于街的那一头谁在等你。

——《蓝莓之夜》

我想对你说,希望你永远不会偷窃、撒谎、欺骗。但是,如果一定要偷窃,请偷走我的悲伤;如果一定要撒谎,请在此生每个晚上与我同眠;如果一定要欺骗,请欺骗死亡。没有你的日子,我活不了一天。

——《闰年》

我们害怕变老,却从未意识到,和一个人一起慢慢变老是一件多么幸福的事。

——《附注:我爱你》

有些人浅薄,有些人金玉其外败絮其中,但是总有一天,你会遇到一个绚丽的人,她让你觉得你以前遇到过的所有人都只是浮云。

——《怦然心动》

我觉得我一生的努力就是为了一件事:来这儿找你。

——《廊桥遗梦》

“如果你只有一分钟不到的生命,你会怎么做?”

“我会让每秒都过得有意义。我会再吻你一次。”

——《源代码》

我不会被吓到。我不怕任何事。承受得越多,我就越爱她。危险只会增加我的爱。它会让爱变得敏锐,变得趣味盎然。我会是你需要的唯一天使。你丢下生命的时候,会比你拥有生命时更美。天堂会把你带走,看着你,说:只有一件事可以让灵魂完整,那就是爱。

——《朗读者》

爱和喜欢的区别很简单,如果你爱花,你会给它浇水,喜欢则会摘下它。

——《亚瑟和他的迷你王国》