

人人健康

中国社区健康促进读物

ISSN 1004-597X
CN 14-1033/R

Every one is well

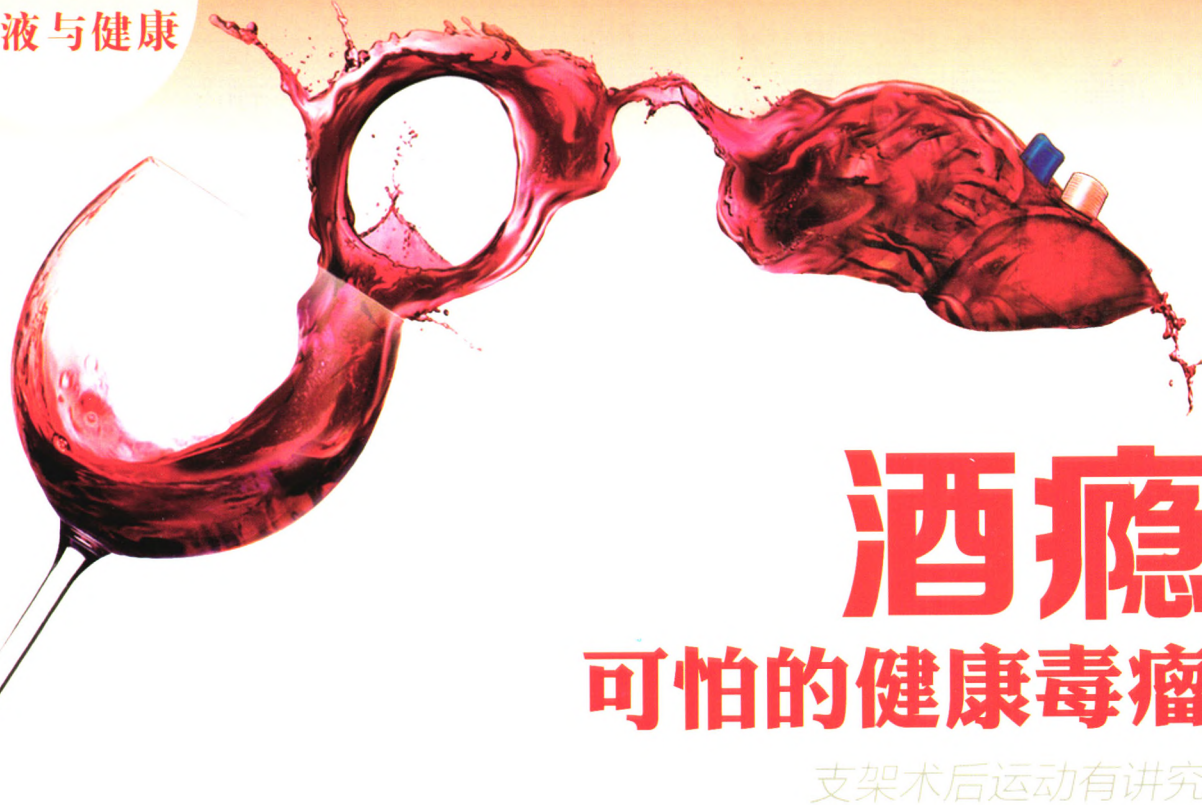
2014 年第13期 总第378期

——人人健康7月上半月——
中国优秀科普期刊



三晋献血
血液与健康

慎而不惧“放射源”
8招做个老来乐
预防手足口病“七字诀”
“碰撞”健身要适度
癌症护理“金三角”原则



酒癮 可怕的健康毒瘤

支架术后运动有讲究
瘦人也会得糖尿病

家庭主妇要警惕“鼠标手”

定价: 人民币10.00 元

ISSN 1004-597X



9 771004 597148

邮发代号: 22-29
万方数据



山西省卫生和计划生育委员会 主管
山西医药卫生传媒集团 主办

本刊广告发行热线
(0351) 6861522
13803495333

人人健康 目次

总第 378 期 2014 年第 13 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333

新 闻

健康时评

1 “全国看病中心”病根何在

健康快报

特别主题

10 酒瘾, 可怕的健康毒瘤

本月聚焦

14 慎而不惧“放射源”

18 小儿过敏知识手册

记者观察

20 “无药可用”不是危言耸听

名医讲堂

24 尿失禁也是一种病

医海拾贝

26 心脏起搏器的发展史

27 内镜的发展过程

人人健康医院

就医指南

28 敏感部位拍片的误区

专家门诊

29 突破眼病防治 4 个误区

重视甲状腺结节的评估与治疗
为何听不清男人的声音

金色年华

32 8 招做个老来乐

养生多做“口齿操”

“四个一”防腰痛

肥胖老人易患的疾病

影响老年人健康的 5 个信号

“碰撞”健身要适度等

心血管保健

40 胸闷不能掉以轻心

高血脂患者应该关注睡眠

支架术后运动有讲究

高血压防治

42 熬夜易引发高血压

高血压“自我诊断”要不得

高血压影响听力?

糖尿病之友

44 糖尿病患者应做肿瘤筛查

瘦人也会得糖尿病

糖友夏季当心腹泻

爱肾天地

46 高尿酸血症该不该治

保肝护航

47 肝纤维化患者治疗要早

乙肝病毒携带者怎样度夏

血液与健康

49 太原市第十个固定献血屋

“梅园爱心献血屋”正式启用

家庭用药指南

50 服用阿司匹林者不得不知的“秘密”

每月一解

52 迈不开腿怎么回事?

口腔保健

53 智齿该不该拔

牙齿修复不良体的“四危害”



酒瘾, 可怕的健康毒瘤

P10

儿童保健

- 57 便秘的孩子小心会变“傻”
小孩骨头响咋回事
预防手足口病“七字诀”
宝宝退热“火候”很重要

癌症关怀

- 56 癌症护理“金三角”原则
肺癌患者度夏须知

医患连线

- 58 舌尖痛有可能是啥病
为啥一起床就打喷嚏
老流鼻血会不会贫血
肚子胀咋回事
吃中药影响肝功能吗等

生活

他健康

- 60 男士剃须刀也要注意清洁
七类男需要生殖整形
小便刺痛可能是大问题

她健康

- 62 夏季为何更易痛经和闭经
妇科疾病的中内治法——舒肝养肝法

新中医时代

- 64 夏季养生的6个注意点
防风揉揉风市
桑叶 明目护肤佳品

健康自测

- 66 10个动作测身体好坏
五官看出全身症状

心理处方

- 68 怎样改变犹豫个性
如何克服心理变异
做事拖拉 是“心”病在作怪
职场倦怠怎么办等



街边早餐的安全吃法

P80

两性地带

- 72 高潮后头疼该咋办
影响中年夫妻“情与性”的因素
压力最易偷走性
这样的私处按摩增性能力
自慰会伤了女人身吗
男人都有三个性危险期等

生活百事通

- 78 家庭主妇要警惕“鼠标手”
经常落枕颈椎“亮红灯”
怎样喝苏打水
街边早餐的安全吃法等

天下医事

媒体链接

行游世界

暑期亲子游

爱卫之窗

- 90 全国爱卫会
关于印发国家卫生城市标准(2014版)的通知
- 92 美丽夏季至 创卫正当时
呼唤莫若实干 心动不如行动
- 94 长治市接受国家卫生城市省级复查组检查
五寨县多措并举加大创卫工作力度
- 95 创卫知识百问百答
- 96 编读往来

欣得新®

【国药准字Z14020429】

益心酮片

32mg(24片×300盒)

- ✓ 来源于纯天然植物山楂叶
- ✓ 显著降低血脂
- ✓ 改善微循环，使血脉更通畅
- ✓ 全面治疗心脑血管疾病



万方数据

山西振东制药股份有限公司
地址：山西省长治县光明南路振东科技园
邮编：047100

电话：0355—8096088
传真：0355—8096055
网址：<http://www.zdjt.com>