

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23期 总第388期

——人人健康12月上半月——
中国优秀科普期刊

姓军为兵 服务百姓

健康军营

走进解放军第302医院



三晋献血
血液与健康

中国医生的过劳忧

懒是一种病 得治

你家地暖了吗

亲属活体肾移植 长期存活率最高

一所中国医院的防艾治艾之路

上火? 畏寒? 这样做舒服过冬

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
18611426933

人人健康 目次

总第 388 期 2014 年第 23 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333

新闻

健康时评

1 专家号不该成了“白菜价”

8 健康快报

特别主题

10 中国医生的过劳忧

本月聚焦

14 一所中国医院的防艾治艾之路

健康行动

16 懒是一种病 得治

记者观察

18 你家地暖了吗

名医讲堂

20 消化内镜治疗常见问题解答

医海拾贝

22 百年寻觅维生素

人人健康医院

就医指南

24 腋臭手术的注意事项

专家门诊

25 椎动脉型颈椎病的来龙去脉
不要把致密性骨炎当强直性脊柱炎术

金色年华

28 寒冬老年人易患疾病
四妙招预防关节炎
老年朋友晨练几注意
消除老年斑 多吃黑色蔬菜
关爱老人 从睡眠开始
冬季老年人有五防 等

心血管保健

34 腿抽筋不一定是缺钙
心导管打通心脏危机

高血压防治

36 儿童高血压的症状
血压突然升高怎么办
午后经常头痛警惕高血压
血压正常之后怎么减少药量

糖尿病之友

38 糖尿病并发症知多少
注射胰岛素的技巧

爱肾天地

40 亲属活体肾移植 长期存活率最高

健康军营

42 爱的奉献
——解放军第 302 医院为人民健康事业奉献纪实

46 溶进“传染世界”
——解放军第 302 医院专家群体素描

50 传染世界的“美丽天使”
——记全国巾帼建功标兵、解放军第 302 医院妇产中心护士长王新华



一所中国医院的防艾治艾之路

人人健康医院

保肝护航

57 脂肪肝到底要不要用药

家庭用药指南

58 服药别犯这些错

这些药会让小便变色

可能会影响睡眠的药物

布洛芬会增加中风风险

每月一解

60 罕见的多中心性血管肿瘤——卡波西肉瘤

口腔保健

61 小心牙齿被“冻坏”

儿童保健

62 “气蛋”与“水蛋”

7种导致高热的常见病

巧选宝宝衣服

癌症关怀

64 胃癌检查 5 大常见误区

胃癌作祟的 4 个征兆

医患连线

66 复方药和复合药有啥不一样

头痛该挂哪一科

老拉肚子要吃药吗

缺钙会导致血糖高吗 等

生活

他健康

68 阴囊老出汗该咋办

冬季如何防前列腺炎

男性的健康 自己的责任

浅谈隐匿性阴茎

她健康

70 白带发黄是怎么回事
神奇的子宫

健康自测

72 5种不健康脸色你有吗
3个测试测出健康问题

心理处方

74 何时该看精神科
为何老年人也开始赶潮流
做一个有“度”的人
家有抑郁孩子怎么办
别让心灵背负过期的“债”

两性地带

78 如何吻出浪漫
走出性爱的误区
体毛过多不是“好色”
治疗多久性病才能算治愈
4种锻炼法提高性能力
60岁性爱有技巧
女性自慰可致不孕 等

82 天下医事

84 媒体链接

健康论坛

86 大专护理专业组织胚胎学教学方法的探讨

营养美食

88 上火？畏寒？这样做舒服过冬

行游世界

90 泡温泉

血液与健康

92 献血亦要“约法三章”

94 编读往来

苦舒®

复方苦参注射液
FUFANG KUSHEN ZHUSHEYE

● 国家医保目录品

摆脱癌痛 增效减毒

肿瘤联合用药首选



- 激活阿片类受体镇痛机制，有效缓解各种癌痛
- 调节机体免疫力，显著降低放化疗所致不良反应
- 增效减毒，显著提高生存质量和延长中位生存期
- 20~40ml/天剂量抑制肿瘤与镇痛疗效更显著

万方数据

 **振东制药**
ZHENDONG PHARMACEUTICAL

地址：山西省长治县光明南路振东科技园

电话：0355—8096088

传真：0355—8096055

网址：<http://www.zdjt.com>

邮编：047100