

人人健康

中国社区健康促进读物

ISSN 1004-597 X
CN 14-1033/R

Every one is well

2015年 第13期 总第402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

夏季更要防寒
药价放开 真的狼来了?

路怒症是病 得治

医患共同决策 不妨一试
中老年减肥的4足4少原则
动脉粥样硬化 国民健康的头号杀手

定价:人民币10.00元

ISSN 1004-597X



9 771004 597155

邮发代号: 29



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
13803495333

人人健康 目次

总第 402 期 2015 年第 13 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333



图说城事 P8

暴力伤医: 难解的医患关系症结



本期视点 P18

拒做三围人



全程体验 P24

一个戒毒者的自述:
戒了, 我要活好每分钟



中医中药 P43

夏季更要防“寒”

新闻

- 1 健康时评
“超级医院热”何时降温
- 12 封面文章
“路怒症”是病, 得治!
- 16 记者观察
药价放开 真的“狼来了”?
- 18 本期视点
拒做三围人
- 20 名医讲堂
健康的 3 个里程碑
- 22 健康热词
“医患共同决策”不妨一试
- 24 全程体验
一个戒毒者的自述: 戒了, 我要活好每分钟
- 26 名院访问
走进台大医院

养生

- 31 养生物语
健康身体“走”出来
- 34 睿智人生
莎士比亚的人生智慧 NO.1
- 36 长寿宝典
夏季喝水补水有讲究
有乐有为才能健康又长寿
防中暑应该注意什么
老年人要慢做 7 件事
中老年减肥的 4 足 4 少原则 等
- 42 中医中药
适合乙脑的中药——大青叶
小偏方让你摆脱细菌性阴道炎
夏季更要防“寒”
- 44 健康达人
“轻瘦”达人郑多燕 de 夏令营
斯琴格日乐: 生活教我慢下来



心脑血管 P52

动脉粥样硬化:国民健康的“头号杀手”



妇幼保健 P64

孩子身材矮小 家长莫忽视



家庭用药 P67

正确选择清火中药



爱卫之窗 P90

让创卫成果惠及每一位市民

——繁峙县创建国家卫生县城纪实

每期专栏

- 8 图说城事
- 10 声音传递
- 28 天下医事
- 32 健康快报
- 62 健康自测
- 68 医患连线
- 72 心理处方
- 76 两性地带
- 82 食疗订制
- 84 媒体链接
- 85 编读往来
- 92 就医服务

慢病

- 47 专家门诊
说“痲”
关于类风湿关节炎治疗的几个误区
浅谈黄斑病变
- 50 心脑血管
高血压该如何“避暑”
头晕和眩晕不是一回事
老年房颤治疗的4大经验
动脉粥样硬化:国民健康的“头号杀手”
- 51 糖友天地
糖友如何放心吃西瓜
糖尿病视网膜病变问与答
- 51 呼吸消化
打鼾不控制 多种疾病惹上身
您需要做胃肠镜吗?
- 58 爱肾保肝
夏天当心结石堵塞“下水道”
脂肪肝您知道多少
- 60 肿瘤防治
9种人易患癌症
防癌体检帮你忙

身心

- 64 妇幼保健
孩子身材矮小 家长莫忽视
荷尔蒙对女性的影响
- 66 家庭用药
夏季外用药都该怎么用
正确选择清火中药

专题

- 87 三晋献血
太原市开展系列活动
庆祝第12个“6·14世界献血者日”
- 88 爱卫之窗
大同市爱卫办严格按照省检查标准开展爱国卫生工作
让创卫成果惠及每一位市民

苦舒®

复方苦参注射液
FUFANG KUSHEN ZHUSHEYE

●国家医保目录

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