

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 18 期 总第 407 期

——人人健康 9 月下半月——
中国优秀科普期刊



9·20 爱牙专辑
山西红十字口腔医院爱牙行

国庆生活
更要 Hold 住快乐
更要 Hold 住健康



定价: 人民币 10.00 元

ISSN 1004-597X



9 771004 597155

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 407 期 2015 年第 18 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333



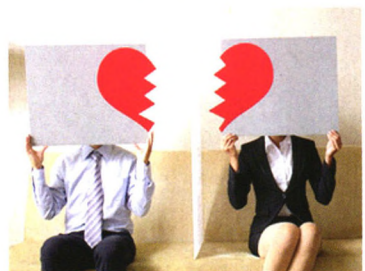
图说城市 P10

华盛顿 悼念“9·11 事件”14 周年



常见牙病防治 P58

幼儿蛀牙知多少



情感热线 P81

解密女性出轨心理



潮流美食 P92

12 道风味(下篇)

学术·论坛栏目投稿热线: 13834379354 王编辑

新闻

- 卷首
- 2 远足过后,总有故事可说
- 专栏
- 8 卖新鲜鱼喽——
- 9 谈情说爱这种病
- 封面文章
- 11 国庆生活 Hold 住快乐 更要 Hold 住健康
- 健康热词
- 16 “智慧医疗”需要“迈大步”
- 记者观察
- 18 谁为廉价救命药“续命”?
- 本期视点
- 20 远程医疗 让“坐在家中看门诊”成为现实

生活

- 百科
- 26 别丢弃可食用的水果籽
- 行动
- 28 教你打败午后瞌睡虫
- 宝典
- 30 晨起 5 妙招,让你神清气爽一整天
- 新主张
- 32 为你的生活做减法

爱牙专辑

- 封面文章
- 37 “牙名片”的不老之术
——写在“全国爱牙日”到来之际
- 口腔人访谈
- 40 在改革创新中涅槃重生
——本刊专访山西红十字口腔医院院长冀新江
特色诊疗
- 46 睡眠治疗——儿童牙病的舒适疗法 等
- 口腔健康自测
- 51 你的口腔健康吗 等
- 常见牙病防治
- 60 洁牙相关十五问 等

人人健康杂志 半月刊

大型健康生活杂志

1982年创刊 2015年9月15日出版

国际标准连续出版物号 ISSN 1004-597 X

国内统一连续出版物号 CN 14-1033/R

发行范围 公开

国内邮发代号 22-29

定价 10元

地址:太原市长风商务区万国城 MOMA15-2-301

邮编:030024 电话:0351-5273790

E-mail:rrjk365@163.com

主管单位 山西省卫生和计划生育委员会

主办单位 山西医药卫生传媒集团

编辑出版 人人健康杂志社

特邀总策划 白剑峰 唐先武

社长 臧长海

主编 金朝晖

副主编 李旭曦

编辑总监 陈威

上半月刊编辑部

主任编辑 刘国昇

责任编辑 范琪琦

美术编辑 史琦

下半月刊编辑部

主任编辑 王琳

责任编辑 常晓

美术编辑 韩佩佩

发行总监 刘丽萍

发行主任 宿虎根

发行服务 甄文选 宿祥生

广告总监 李旭曦

广告主任 姜涛

广告服务 卢丽洁

北京新闻中心

北京市广安门外大街西堤红山 11 号楼 2207 室

新闻办主任 齐晓雪 13010187937

上海新闻中心

上海控江路 1734 号 405 室

新闻办主任 王建英 13801969341

沈阳新闻中心

沈阳市皇姑区崇山东路 4-14 号 3-6-1 室

新闻办主任 蔡志刚 13840005605

广告发行总代理 春江映月文化发展集团

山西地区代理 山西思语天成文化传媒有限公司

(广告登记证号:1400005000135)

广告刊登业务电话 13803495333(并) 18611426933(京)

法律顾问 叶文魁(高级律师 副主任)15834101948

4 RRJK

万方数据

护身

疾病自测

70 你脸上有张疾病图

用药指南

72 孩子慎吃复方感冒药

慢病防治

73 脖子一转就响当心椎间盘缺血

两性夜话

74 男人的“性福”拿什么来衡量

养心

情绪密码

77 8招教你打通情绪堵塞

心理测试

78 测测你的恋爱类型

养心处方

80 秋季别让抑郁症左右了你

情感热线

82 冷战:最具杀伤力的婚姻杀手

潮流

新知

85 有些动作为何让人钻心地痛?

视界

86 小长假将至 7部“旅行电影”陪你过

美容

88 夏秋换季护肤“7步走”

旅游

90 当中国驾照在境外

美食

92 12道风味(下篇)

三晋献血

95 太原:“神州专车”无偿献血 大爱无疆

苦参®

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