

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

2015年 第20期 总第409期

——人人健康10月下半月——
中国优秀科普期刊



从杨浦到安亭 奇迹再耀东方

走进第二军医大学第三附属医院东方肝胆外科医院安亭新院



呦呦鹿鸣 食野之蒿

屠呦呦 一株青蒿 夺诺冠

定价: 人民币10.00元

ISSN 1004-597X



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) 5273790
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



健康热词 P24

“电脑医生”的未来



生活宝典 P40

过敏季,怎么打好“脱敏战”



慢病防治 P65

口臭预示 4 种疾病



银发心事 P81

退休老人如何平衡心理落差

学术·论坛栏目投稿热线: 13834379354 王编辑

新闻

卷首

1 当你踏上家乡土地,可曾听到她哭泣的声音

专栏

8 辫子唱戏与科普宣传

9 像约会一样去看病

声音传递

14 “晒步热”或影响健康

封面文章

16 呦呦鹿鸣 食野之蒿 屠呦呦一株青蒿夺诺冠

记者观察

20 安平视点:中医药在中国

健康热词

24 “电脑医生”的未来

本期视点

26 莫让家有“早更妻”

生活

百科

22 世界名醋知多少

指南

34 用对颜色 随时随地都养生

行动

36 对的时间 做对的事

孕婴

38 秋季怀孕——做好“三防”与“三好”

39 孩子半夜哭闹的 7 个原因

宝典

40 过敏季,怎么打好“脱敏战”

人人健康杂志 半月刊

大型健康生活杂志

1982年创刊 2015年10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

护身

专家说病

60 妊娠合并卵巢囊肿处置方案

疾病自测

62 嘴里的五味杂陈

慢病防治

64 腿痛腿麻 留神糖尿病

自我诊疗

66 一张图识清肝胆问题

合理用药

68 中医治疗肿瘤之利器 复方苦参注射液

两性夜话

70 夫妻时刻 女人别做8件事

养心

情绪密码

72 把自己从负面情绪中拽出来

心理测试

74 测测你的“另一面”

养心处方

76 向着身心幸福再进一步

情感热线

78 5个方法将爱进行到底

职场解惑

80 5要诀收获职场友谊

银发心事

82 退休老人如何平衡心理落差

潮流

新知

84 多少运动量才算合适

视界

84 减压音乐

美容

86 擦亮心灵的门窗

健身

90 跟着外国元首学健身

美食

92 5大养生豆腐 秋季润肺排毒

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