

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 4 期 总第 393 期

——人人健康 2 月下半月——
中国优秀科普期刊

本期人物

赵国柱

人生的另一重境界



健康艺苑



三晋献血
血液与健康



我爱太极拳

全套太极拳谱与您相约新春

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 393 期 2015 年第 4 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333



图说城事 P10
你好,二胎宝贝



记者观察 P18
这个春天开始
哪些病有了新疗法



生活百科 P30
盘点各国国酒



生活指南 P32
春节过后肠胃如何调理

新闻

卷首

1 省长亲管“米袋子”意味着什么
专栏

8 大别山深处过春节

9 秘密在暗处

封面文章

12 我爱太极拳

全套太极拳谱与您相约新春

18 记者观察

这个春天开始 哪些病有了新疗法

聚焦医改

20 基层医改的柳林探索

全程体验

21 靠小验方治愈了我的顽疾——冬咳

生活

百科

30 盘点各国国酒

指南

32 春节过后肠胃如何调理

孕婴

34 迟迟不孕或与心理因素有关

宝典

36 必做的抗衰老准备

美容

38 每日按摩向小 V 脸看齐



疾病自测 P62
脚部显示的健康密码



两性夜话 P73
揭秘骨盆真相



情感热线 P80
透视男人那些不能说的隐私



潮流美食 P93
正月十五，
花样元宵来斗秀

每期专栏

10 图说城事 26 天下医事 28 每月健康黑榜
41 健康艺苑 58 健康快报 95 三晋献血

护身

- 专家说病
- 61 学会严重过敏时的自救
- 疾病自测
- 63 经常犯困的病兆
- 慢病防治
- 64 一定要做的 6 项救命体检
- 用药指南
- 65 老伙计们务必科学用药!
- 两性夜话
- 70 前列腺炎的 6 大危害解读

养心

- 情绪密码
- 75 给心灵做个“大扫除”
- 心理测试
- 76 十几秒读出你的性格
- 养心处方
- 78 春季谨防心理疾病
- 情感热线
- 80 透视男人那些不能说的隐私
- 职场解惑
- 82 莫要变成“众人嫌”
- 银发心事
- 83 老年人如何保持健康心理

潮流

- 新知
- 85 宅比胖更要命
- 视界
- 86 12 部本世纪最棒的小说
- 旅游
- 88 丝绸之路上的健康游途
- 健身
- 90 小动作 打发约会中的等待时间
- 营养
- 91 5 个补救方法让你快速灭食火
- 美食
- 93 正月十五, 花样元宵来斗秀

苦参®

复方苦参注射液
FUFANG KUSHEN ZHUSHEYE

●国家医保目录品种

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