

人人健康

中国社区健康促进读物

ISSN 1004-597X
CN 14-1033/R

Health For Everyone

2016 年 第11期 总第424期

——人人健康6月上半月——

中国优秀科普期刊

三晋献血
血液与健康

晋商行天下
品牌长征路

——本刊专访山西省商务厅
党组书记、厅长孙跃进



暑期放假 安全不放假
别因孩子小，就忽视血压
关于胰岛素，你不知道的还有多少

擦亮心灵之窗

定价: 人民币10.00 元

ISSN 1004-597X



9 771004 597162

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 424 期 2016 年第 11 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333



记者观察 P20

“儿童专用”食品的占位与缺位



睿智人生 P38

追忆杨绛先生:淡泊背后亦风华



长寿宝典 P41

如何化解“情绪短路”



妇幼保健 P66

治疗宝宝咳嗽有妙招

聚 焦

- 1 健康时评
给医生一个冒险的理由
- 12 封面文章
擦亮心灵之窗
- 16 本期视点
晋商行天下 品牌长征路
——本刊专访山西省商务厅党组书记、厅长孙跃进
- 20 记者观察
“儿童专用”食品的占位与缺位
- 22 声音传递
暴力伤医何时“零容忍”
医患:我们本是一条心
- 26 健康热词
终结“吊瓶森林”

养 生

- 31 养生行动
运动中如何掌握正确的呼吸方式
- 34 名医讲堂
中医养生之“冬病夏治”
- 36 第一时间
暑期放假 安全不放假
- 38 睿智人生
追忆杨绛先生:淡泊背后亦风华
- 40 长寿宝典
护心远离 7 种“伤心”食物
如何化解“情绪短路”
身边最不起眼的长寿食物
怀旧,悠着点儿 等

慢 病

- 45 专家门诊
正确认识热性惊厥
对银屑病的几点答疑
改变生活习惯,预防胆囊结石
- 48 心脑血管
多措并举降低压
别因孩子小,就忽视血压
腿肿痛警惕下肢深静脉血栓 等

人人健康杂志 半月刊

大型健康生活杂志

1982年创刊 2016年6月1日出版

国际标准连续出版物号 ISSN 1004-597X

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:030021 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

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 常晓

美术编辑 史琦

下半月刊编辑部

主任编辑 王琳

责任编辑 高雅倩 程显俊

美术编辑 史琦

发行总监 刘丽萍

发行主任 宿虎根

发行服务 甄文选 宿祥生

新媒体事业部 李波

广告主任 姜涛

广告服务 卢丽洁

北京采稿中心

北京市广安门外大街西堤红山11号楼2207室

主任 齐晓雪 13010187937

上海采稿中心

上海控江路1734号405室

主任 王建英 13801969341

沈阳采稿中心

沈阳市皇姑区崇山东路4-14号3-6-1室

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

52 **糖友天地**
当糖尿病遇上甲亢
关于胰岛素,你不知道的还有多少

54 **呼吸消化**
警惕雾化吸入的5种并发症
养胃12招,你会几招

56 **爱肾保肝**
体外震波碎石的注意事项
乙肝病毒携带者7注意
从手掌看出肝病程度

58 **肿瘤防治**
从疲劳到癌症只有5步
癌症护理3原则

60 **认识罕见病**
令人生畏的“东方美女病”

身心

64 **健康达人**
如风少年杨洋
“范爷”的护发心得

66 **妇幼保健**
治疗宝宝咳嗽有妙招
宫颈糜烂与宫颈炎的区别

68 **合理用药**
感冒慎用抗生素
安眠药不能治所有失眠 等

70 **医患连线**
狭颅症该怎么治
缺维生素B₂容易致癌吗 等

74 **心理处方**
患上拖延症怎么办
换新工作有适应障碍怎么办 等

86 **学术论坛**
经动脉内急诊栓塞治疗妇产科继发性出血患者的临床护理
腰椎外伤性骨折并完全脱位患者的术后康复护理方法及效
二石生肌散对老年肛瘘患者术后创面愈合的疗效观察 等

每期专栏
8 图说城事 28 天下医事 30 节气养生
22 健康快报 62 健康自测 78 两性地带
82 食疗订制 84 三晋献血 92 编读往来



国药准字B20020126

芪蛭通络胶囊

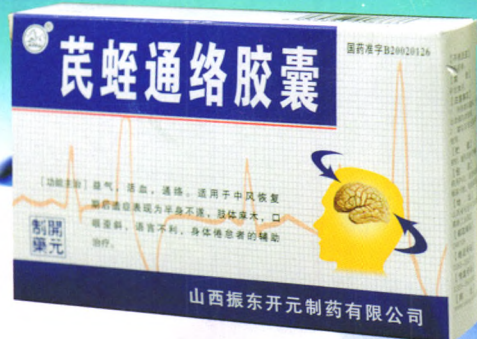
防治脑中风后遗症、短暂性脑缺血发作、脑栓塞、冠心病心绞痛

益气

通络

活血

涤痰



地址：山西省长治市屯留康庄高新工业园区
电话：0355-3565111 传真：0355-3565082
网址：<http://www.zdjt.com> 邮编：046108

万方数据