

人人健康

中国社区健康促进读物

ISSN 1004 - 597 X
CN 14 - 1033/R

Health For Everyone

2016年 第8期 总第421期

——人人健康4月下半月——

中国优秀科普期刊



三晋献血
血液与健康

中以携手·美源论道

——美源医疗集团山西红十字口腔
医院与以色列科特斯种植体战略合作并
医学互联·世界同步 微论坛精彩直播

春夏换季养生指南
十人九腰痛 你是哪一种
你的肝脏 亚健康了吗

玻璃人的 易碎人生

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 421 期 2016 年第 8 期 (1982 年创刊)

广告、发行热线直拨: 13803495333



记者观察 P20

找到药物成瘾的“闸门”



情感热线 P81

“缴获”心仪对象新技巧



潮流新知 P84

10 大健康习惯的惊人副作用



潮流美容 P91

6 步送走闭口粉刺

学术·论坛栏目投稿邮箱: 15234135277 王编辑

2 RRJK

万方数据

聚焦

卷首

1 愿全世界的小萝莉都能遇到猴神大叔

声音传递

14 打击医院“号贩子” 互联网医疗 是良方还是添堵?

封面文章

16 “玻璃人”de 易碎人生

记者观察

20 找到药物成瘾的“闸门”

本期视点

22 中以携手·美源论道

——美源医疗集团山西红十字口腔医院
与以色列科特斯种植体战略合作并“医学互
联·世界同步”微论坛精彩直播

26 你的肝脏“亚健康”了吗

生活

百科

22 “香喷喷”的中药,你认识么?

指南

34 细致护理 远离疟疾

孕婴

36 产后哺乳常见困惑(上)

37 8 妙招解决宝宝打嗝

宝典

38 春夏换季养生指南

人人健康杂志 半月刊

大型健康生活杂志

1982年创刊 2016年4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: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 姚丽楠

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

护身

- 60 专家说病
神经性皮炎相关问题解答
- 63 疾病自测
5个症状说明肝脏受损
- 64 慢病防治
皮肤癌 or 老年斑
- 67 自我诊疗
不要强迫症
- 68 合理用药
胖大海:长期泡服不应该
- 72 两性夜话
女人也要学会调情

养心

- 75 情绪密码
闷气也宜疏不宜堵
- 76 心理测试
找出你的性格“死穴”
- 78 养心处方
远离产后抑郁 争做快乐妈妈
- 80 情感热线
向家庭暴力 Say No
- 82 职场解惑
让自我形象闪耀职场
- 83 银发心事
跟旋风孝子学孝敬

潮流

- 86 视界
2015“年度十大好书”
- 88 旅游
“行走”去西藏
- 90 健身
健康孕妇动起来
- 92 美食
“金木水火土”de 五行食疗方

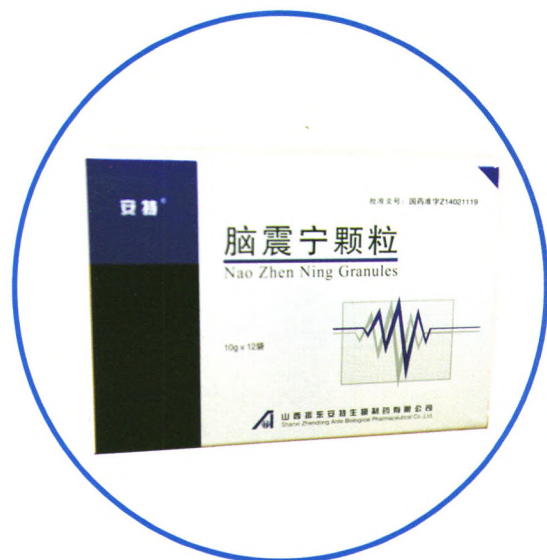
国药准字Z14021119

脑震宁颗粒



脑震荡专用治疗药物

用于脑外伤后引起的头痛、头晕、烦躁失眠、健忘惊悸、恶心呕吐



功效独特

组方合理

安全性高

独家产品



- 》遵循中药配伍原则，将人体作为一个精巧的平衡体系提供全面的治疗方案
- 》具有突出的改善微循环、镇静安神等效果，成为脑震荡专用治疗药物

内部资料，仅供专业人士阅读



地址：山西省长治县光明南路振东科技园 邮编：047100
电话：0355-8096088 传真：0355-8096055 网址：<http://www.zdjt.com>