

健康让生活更美好

国家卫生和计划生育委员会 主管
人民卫生出版社 主办
国家卫生计生委首届优秀期刊

生活与健康

LIFE AND HEALTH

2015.04 总第175期

风情迈阿密

让隔代爱
恰到好处

从小培养孩子的
公德心

虚邪贼风 避之有时

春季谨防
儿童过敏性疾病

医与患
生与死

明明白白用
“伟哥”

防癌之道

关于养生的几个热点话题

定价/RMB 8.00元

ISSN 1009-3613



9 771009 361157

欢迎到当地邮局订阅
邮发代号 2-702

国内统一刊号 CN 11-4435/P

国际标准刊号 ISSN 1009-3613

本刊战略合作伙伴



郑州人民医院

PEOPLE'S HOSPITAL OF ZHENGZHOU



北京首大耳鼻喉医院

SHOU DA ENT HOSPITAL OF BEIJING



无锡市第二人民医院
南京医科大学附属无锡第二医院
WUXI NO.2 PEOPLE'S HOSPITAL

山东省立医院西院

山东省立医院集团眼耳鼻喉医院



乐陵市人民医院

LAOLING People's Hospital



临汾市妇幼保健院儿童医院

LINFENSHIFUYOUBAOJIANYUANERTONGYIYUAN



郑州市第六人民医院

abbvie

艾伯维

公示

根据国家新闻出版广电总局要求,本刊对申领记者证人员的资格进行了严格审核,现将本刊拟领取新闻记者证人员名单进行公示,公示期2015年4月1日—4月10日。

拟领取新闻记者证名单:郭沂涟 陈娟
举报电话为:010-59787217。

《生活与健康》杂志
2015年4月1日

健康让生活更美好

CONT

Guide · 生活向导

01 零缺陷

News · 时讯刷新

04 哮喘患者要多补维C和维D

长在宫颈上的“青春痘”

后脑勺白发预示肾气不足

中国营养学会第十二次全国营养科学大会将在京召开

05 诺华银屑病新药在日本获批

萝卜解药属误区

艾滋病的地理源头被发现

红色胎记需治疗吗

Focus · 特别关注

06 关于养生的几个热点话题

前不久,《生活与健康》杂志承担了国家卫生计生委的“中央国家机关健康巡讲”项目,于康教授在财政部作了《关于养生的几个热点话题》的精彩演讲,得到现场听众的高度评价。现将讲座的内容刊登在杂志上,以飨读者。

Health · 健康频道

14 医学探秘 解读基因检测

17 健康提示 春季谨防儿童过敏性疾病

18 为父母解说孩子生长痛

21 诊室故事 “胃痛”原来是“心伤”

22 养生内经 虚邪贼风 避之有时

24 保健养生 防癌之道

通过全面防癌的科学的研究以及有效控制活动表明, 1/3 癌症可以通过预防而不发病; 1/3 癌症如能及早诊断, 则可能治愈; 1/3 癌症患者经合理而有效的治疗可使生存质量得到改善。为此, 一些专家提出: 现代人要重视“全面防癌的养生之道”。

28 问诊技巧 不宁腿是怎么回事

30 医学人文 医与患 生与死

Life · 品味生活

33 养生厨房 会吃才排毒

34 法律在线 股权质押效力问题

涉外婚姻登记

35 一物二卖犯了什么罪

EVENTS



本刊图片合作网站: 123RF

- 36 动物饲养人能否减轻民事责任
37 拾得遗失物归还出问题
38 行走天下 风情迈阿密
42 食品安全 选对鸡肉 预防沙门氏菌食物中毒
44 生活帮贴 5 招赶走眼睛干涩
教你挑个好榴莲
洗手液和香皂哪个更好
巧切松花蛋
这样抽烟不可取
45 早更女莫灰心
抛弃坏习惯, 保护好牙齿

Psychology · 心理空间

- 46 养儿育女 哪些行为会损害孩子好奇心
48 中外心理 家庭中的创伤教育
50 心灵港湾 放慢生活脚步
52 咨询手记 当下流行成功焦虑症
54 家长里短 让隔代爱恰到好处
56 趣味测试 剩女郎的婚姻方程式
58 热点聚焦 从小培养孩子的公德心

Sex · 性趣收藏

- 61 两性信息 男性不育的 5 个日常因素
绝经不绝性生活
多喝含糖饮料会导致月经初潮提前
62 周围女性越少 男性越专一
初恋成功比例仅两成
62 生殖门诊 明明白白用“伟哥”

“伟哥”的出现, 是男人的福音, 但很多人存在胡乱服用的现象, 本文的 4 个误区、4 项注意教您明明白白用“伟哥”。

Service · 互动服务

- 64 健康问答 呵护乳房 关爱女性(二)

下期预告

请享受慢食
健康从“心”做起

主管单位 国家卫生和计划生育委员会
主办单位 人民卫生出版社

主编 陈贤义
副主编 郝阳 杜贤
编辑部主任 麻春玲
策划编辑 郭沂涟 陈娟
值班编辑 麻春玲
医学顾问 殷大奎 胡大一 向红丁 李舜伟
杨秉辉 万承奎 洪昭光 赵霖
徐光炜 郭冀珍 马有度 赵旭东
法律顾问 北京市岳成律师事务所
编辑出版 《生活与健康》编辑部
地址 北京市朝阳区潘家园南里 19 号
人卫大厦
邮政编码 100021
编辑部电话 010-59787217/7218
发行部电话 010-59787219
发行部传真 010-59787169
广告垂询 010-59787217
网址 shyjk.pmph.com
新浪博客 http://blog.sina.com.cn/shyjk
新浪微博 http://e.weibo.com/shyjk
邮箱 sh_yjk@126.com
设计制作 北京深度创意广告有限公司
广告总代理 北京人卫保康广告传媒公司
联系电话 010-59787112/7094
电子邮箱 baokang@pmph.com
广告经营许可证 京丰工商广字第 0066 号
国际标准连续出版物号 ISSN 1009-3613
国内统一连续出版物号 CN 11-4435/R
国内总发行 北京报刊发行局
邮发代号 2-702
国外总发行 中国国际图书贸易总公司
国外发行代号 M5104
印刷单位 北京汇林印务有限公司
出版日期 每月 1 日
定价 8.00 元

声明

请作者保证所投稿件为原创、首发稿, 一经采用, 版权归本刊所有。本刊图片文字, 未经授权, 不得为任何目的、以任何形式或手段复制、翻印、传播, 或以其他任何方式使用。

凡在本编辑部邮购杂志者, 每本加寄邮资 1 元。

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-59787491

凡属印装质量问题请与本社生产中心退换, 电话: 010-59787445

人卫社官网 www.pmph.com 出版物查询, 在线购书

人卫医学网 www.ipmph.com 医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

发现、治疗并治愈每一位结核病患者

2015年3月24日 世界防治结核病日

- 肺结核主要通过咳嗽、打喷嚏和随地吐痰传播 ·
- 多通风、强身健体可以有效预防肺结核 ·
- 咳嗽喷嚏掩口鼻、不随地吐痰可以减少肺结核的传播 ·
- 如果咳嗽、咯痰2周以上、午后低热盗汗，应及时到医院检查，早诊断 ·
- 肺结核患者要到定点医院接受规范治疗 ·

“你咳嗽、
咯痰有两周了吗？”

“会不会是
感染了肺结核？
要及时到
医院检查哦！”



国家卫生和计划生育委员会