

天津市一级期刊

食品与健康®

2011年03月

月刊 总第211期(1989年创刊)



主管 / 天津市科学技术协会
主办 / 天津市科技期刊学会
协办 / 天津市科学技术信息研究所
天津市科普中心

编辑出版 / 《食品与健康》编辑部

顾问 / 许先

主编 / 叶缘民

副主编 / 靳强

编辑部主任 / 韩霜

责任编辑 / 王媛

美术编辑 / 郭洋

市场部 / 陈熾夷

网址 / www.spyjk.com

电子信箱 / spyjk@tisti.ac.cn

电话 / 022-23374664 23330583

传真 / 022-23374664

邮编 / 300074

地址 / 天津市河西区吴家窑大街22号

天津市科学技术信息研究所

发行范围 / 公开

邮发代号 / 6-46

发行 / 天津市邮局

印刷 / 天津市恒远印刷有限公司

广告经营许可证号 / 1201034000163

国际标准连续出版物号 / ISSN 1004-0137

国内统一连续出版物号 / CN 12-1188/R

出版日期 / 2011年3月5日

定价 / 4.80元

目次

CONTENTS

卷首

01 组团时代 亦喜

资讯

04 ω -3 脂肪酸能预防失明 / “人之初,性本善”程度男女有别 / 铅污染可能导致孕妇血压升高 / 老人多练快步走可提高记忆力 / 黑巧克力抗氧化能力优于超级水果 / 幼儿常吃垃圾食品影响智商 / 酗酒致死率超过艾滋病和肺结核 / 四部委严查问题火锅底料 / “嗅癌犬”能辨肠癌

天地人谈

06 天津的餐饮与京剧文化 通庆楼主

聚焦

话题 : 漫谈进口食品

09 进口食品聪明购 徐梦夏

10 进口食品,时尚新宠 艾津

12 “洋货”之感 董江涛

科学

14 痛风与饮食 项琦

生活

- 16【家庭用药】中西药齐上阵，
打好春季流感歼灭战 李红珠
- 17 忙趁东风放纸鸢 王延群
- 18 糖尿病人的饮食调理 王平
- 20 使用按摩椅，悠着点！ 王君
- 21 常食猕猴桃可减肥 陈继培
- 21 主妇熬粥秘笈 严巍
- 22 解密“益生元” 许圣义

安全

- 24 铁强化酱油：放心食用不必忧 刘国信

百姓

- 27 孩子患上扁桃体炎，到底要不要切除？ 吕斌
- 28 瘦身族饮食一点通 张晔
- 30 饮食与老年健忘 阿俊
- 31 莫忘定期体检的五类人 孙清廉
- 32【妈咪·宝贝】夜间育儿必修课
——宝宝的睡眠 冯黛眉

食物志

- 34 五花八门食用油 购买选择有讲究 李威
- 36【新食材】杏鲍菇 沂南

食疗·药膳

- 37 根据疾病选药枕 王炎
- 38 腹胀者宜选食物 12种 谢桂珍
- 39 经行腹痛有药膳 胡献国

隆顺榕养生

- 40 春分养阳正当季 润肺健脾滋肝时 张盼
- 40 合理进补 益智助长 田露
- 41 妇女节，送点啥？ 樊帆

文化

- 42 古人的调味品 王春华
- 43 做做“红楼”里的平民菜 李新刚

本刊声明

1. 凡投给本刊的稿件均视为作者将该稿的专有使用权转让给本刊，本刊有权将其刊登于本刊出版的纸质版和电子版。该稿不能再投给他人，如发现一稿多投，不付稿酬。作者不同意前款规定，可以不投稿。

2. 本刊所载稿件版权所有，未经许可不得转载。

3. 内文插图纯为装饰用，与文字内容无关。

4. 本刊所载食疗、偏方仅供参考，请在医生指导下服用。

5. 如发现错页、缺页等质量问题，请将刊物寄至编辑部调换。

本刊编辑部

旅游

- 44 版纳美食，雨林盛宴 傅映平
- 45 尼日利亚的传统美食 欧阳军

文摘

- 46 民间传闻的高寿征象可信吗？ 朱志明
- 47 晕车药为啥不好使 马虹英

环保

- 48 地球人低碳进行时 芮慧强

声色·饕餮

- 49《梅花烙》之子孙饽饽 宜晴

美食

- 50【汤羹】杂粮参鸡汤 文怡
- 51【菜蔬】肉酱烤茄子 豆牛
- 52【河鲜】酸菜鱼 文怡
- 53【主食】蕉叶腊味糯米饭 豆牛

面对面

54 桃花泡茶应该注意些什么？ / 环境噪声的标准是多少？ / 吃了韭菜为什么会腹痛？ / 血钙正常就表示不缺钙吗？ / 服用叶酸有副作用吗？ / 色盲能治吗？

书屋

56《养生的智慧》/《给宝宝做按摩》/《全方位对症养生蔬果汁》/《刮痧变美》