

ISSN 1004-0137

CN 12-1188/R

食品与健康®



SHIPIN YU JIANKANG



QK2307527

本刊
视点

饮食与疾病

营养不良与酒精性脂肪肝

合理安排饮食 助力治疗胃癌

经常呛咳 小心吞咽功能出问题

桶装水安心喝 饮水习惯是关键

阿斯巴甜可能致癌? 代糖还能吃吗?

主管单位：天津市科学技术协会

主办单位：天津市科学技术期刊学会

出版单位：《食品与健康》编辑部

编委：(排名不分先后)

刘霞 徐凯 谭龙 傅涛 宋洋

朱孝兵 刘爱峰 李喜宏 杨静静 高维新

崔华威 程文娟 谭桂军 王志达 李远栋

编辑部主任：李婧

主编：李娜

编辑：杨蕊

美术编辑：郭洋

电子信箱：lina02@tj.gov.cn

电话：022-23374664

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：国内外公开发行

邮发代号：6-46

发行单位：天津市邮局

印刷单位：天津恒远印刷有限公司

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：2023年9月5日

定价：15.00元

万方数据

目次 contents 2023年 09 月

食品与健康®

月刊 总第 358 期 第 35 卷 (1989 年创刊)

卷首语

01 世界的尽头是一碗人间烟火

本刊视点②饮食与疾病

04 营养不良与酒精性脂肪肝

06 合理安排饮食 助力治疗胃癌

08 经常呛咳 小心吞咽功能出问题

10 肾结石患者的饮食注意事项

12 人过 40 岁一定要吃钙片吗

13 小儿积食不妨试试厨房里的“中药美食”

食有新意

14 食疗健脾 调治慢性咳嗽

16 讲究食用方法 让自热食品好吃又安全

18 变质食物中的微生物是这样被检验出来的

19 桶装水安心喝 饮水习惯是关键



生活智慧

- 20 千奇百怪的儿童误吞异物
- 22 “塑造”女性的激素
- 24 科学改善 帮助扁平足人群重塑足部健康
- 26 “美瞳”不等于美丽 谨慎佩戴才能保证视力健康
- 28 您必须掌握的烧烫伤急救知识
- 29 掌握这几点 选对优质奶
- 30 了解这些 帮您与“网球肘”保持距离

家人健康

- 32 做好预防 避免精神分裂症患者发生意外
- 34 尿酸升高 中医来调治
- 36 恼人的飞蚊症
- 38 带您了解医院的病理科
- 40 事前预防 避免流血又流泪——脑损伤预防实用建议
- 42 打好膝关节“保卫战”全力避免运动损伤

长寿乐园

- 44 必须终生服药的1型糖尿病
- 46 现代人的“健康杀手”——蛛网膜下腔出血
- 48 家用制氧机选购、使用有技巧
- 50 走近肝血管瘤

新知见闻

- 52 子宫内膜“出逃”记
- 54 幕后“消毒侠”——消毒供应中心
- 56 详解葡萄这颗“水晶明珠”的营养价值
- 57 精力旺盛、永不疲惫？应警惕躁狂症
- 58 急性一氧化碳中毒怎么办
- 60 可潜伏数十年的梅毒病毒

养生食堂

- 62 阿斯巴甜可能致癌？代糖还能吃吗？
- 64 水果帮您度燥秋



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、电子版等平台。
2. 本刊有权或授权合作伙伴对文章再次使用。本刊已许可中国知网等平台以数字化方式复制、汇编、发行、信息网络传播本刊全文。如有异议，请在投稿时说明，本刊将按作者说明处理。
3. 来稿必须保证作品著作权的完整性，文责自负，勿抄袭他人或一稿多投。
4. 凡向本刊投稿者，即表示同意上述条款。
5. 本刊所载稿件未经许可不得转载。
6. 本刊所载食疗、偏方仅供参考，请在医生指导下服用。
7. 投稿请联系本刊版权页上标注的编辑部信息。请作者切勿相信虚假网站。

本刊编辑部

欢迎 订阅



实用健康指南



贴身养生顾问



科普权威期刊



订 阅 电 话

022-23374664

万方数据

ISSN 1004-0137



9 771004 013235

定价: 15.00 元