

CONTENTS 目次



2011年第06期下半月版
(总第154期)

中文科技期刊数据库收录期刊
中国期刊全文数据库收录期刊
中国知网收录期刊
万方数据《中国核心期刊(遴选)数据库》收录期刊
中文期刊网络海外阅读前100名期刊

名誉社长: 高春秋
社 长: 王凤桐
总 编: 施永筠
副 社 长: 徐大平
副 总 编: 刘书良
主管单位: 河北省卫生厅
主办单位: 河北省医疗气功医院
电 话: 0335-4041257
创刊时间: 2001年1月

编辑出版:《现代养生》下半月版北京编辑部
主 编: 陈家忠
执行副主编: 黄 雷
记者部主任: 刘晓祺
编辑部副主任: 冯伟钢
设计制作: 张 广
地 址: 北京市海淀区学院南路86号402室
邮 编: 100081
电 话: 010-62147633 62144041
印 刷 者: 河北省廊坊市海涛印刷有限公司
发行范围: 公开发行
网络电子版:

期刊网
http://www.qikan.com

鳳凰網
http://mag.binance.com

读览天下
www.dooland.com

http://www.dooland.com http://www.bookan.com.cn

全球第一中文期刊网
bookan 博看网
www.bookan.com.cn

国际标准连续出版物号: ISSN1671-0223

国内统一连续出版物号: CN13-1305/R

刊 期: 半月刊

邮发代号: 18-99

国外代号: M1034

出版日期: 每月25日

广告许可证: 1303024000104

定 价: 10元

网 址: http://www.xdyangsheng.com

投稿邮箱: xdysszs@163.com

广 告: bjys999@163.com

卷首语

1 夏至

本刊编辑部

政策导读

4 张茅解读“十二五”卫生规划: 深化医改 便民惠民 周婷玉

7 国务院食品安全委员会办公室印发食品安全宣传教育工作纲要
周婷玉

特别报道

8 杏林聚会话养生
——“全国特色专科名医及养生专家联谊会”在京召开 冯伟钢

热点扫描

12 “塑化剂”来龙去脉 萧师言

特色专科

16 吴孟超 柳叶刀上的“肝胆”春秋

名医坐堂

22 心血管专家谈心律失常 马长生

名人养生

25 听“孝官”李宝库谈孝道与养生 陈家忠

29 向名家学养生: 乐观淡泊的经济学家

长寿星座

31 老红军向守志养生之道: 吃七分饱 乐观通达 安 宁

环球养生

32 北欧人将“简单生活”推向极致 青 木

34 欧洲大厨捧捧“分子美食” 李亚明 青 木

36 幸福的意大利“新老人” 老 古

37 意大利人长寿秘诀 方志祥

38 喝醉酒在英国不是私事 西 楠

寻医问药

39 吃药注意避开食物克星 徐 澄

40 金银花炮制不同 功用各异 胡本先

41 针灸有效防治头痛 张凌燕

43 中药服用时间有讲究 贺军成

食疗茶坊

44 洪昭光教授说燕麦 王继红 整理

目次 CONTENTS

- 46 走向中国人健康养生餐桌上的三主粮
48 吃人参不如吃大蒜
49 喝水不是小事 5个坏习惯破坏健康

孙 治
冯 辑

养生保健

- 51 自我保健123

冯 一创编 宋天彬执笔

生活百科

- 55 馒头为什么比大饼有营养？
56 贫血和低血压是两回事

万文娟

中医文化

- 57 宋天圣针灸铜人：乱世中消失的稀世珍宝

毛丽萍 胡玉梅

性爱宝典

- 60 告诉你清晨缠绵的9个理由
62 性生活大调查：国人4个性爱绝招
64 性欲减退十原因 对抗有妙招

杏 依
安 溪
舒 符

医药新知

- 66 便携式手持X射线仪可透视皮肤
67 人到中年大腹便便易患痴呆症

伊 新

魅力医学

- 68 人体大脑具有“蝙蝠视觉”能力

科 苑

珍闻博览

- 69 美国“换脸人”首次恢复“人样”
70 人与大肠杆菌：两个世纪的孽缘

李 婵

法律讲堂

- 72 瑞士安乐死胜地还能持续多久

环 讯

艺术天地

- 74 关仁山的性情书画
76 周明智和他的墨牡丹

尧山壁
陈家忠

杏林书斋

- 79 《梦溪笔谈》中的中草药

刘建英

顾问

(按姓氏笔划排序)

- 马志伟 全国政协常委
王治国 全国工商联原副主席
任玉岭 全国政协常委、
国务院参事室参事
孙隆椿 国家卫生部原副部长
张文范 国家民政部原副部长
国 林 国家铁道部原副部长
洪昭光 卫生部首席健康专家
程连昌 原国家人事部常务副部长
韩德乾 国家科技部原副部长

专家委员会

(按姓氏笔划排序)

- 王毓民 河北科技师范学院艺术学院客座教授
布明德 河北省医疗气功医院中医主任医师
向红丁 北京协和医院 主任医师
齐彦收 秦皇岛市老科协常务副会长
李三练 秦皇岛市科协主席
李 恩 河北医科大学 博士生导师
何裕民 中华医学会心身医学分会会长
上海中医药大学博士生导师
陈妙兰 中国医学科学院原副院长 教授
郑世芳 河北省文联副主席
祝总驷 中国科学院生物物理研究所
北京炎黄经络研究中心 教授
梅墨生 国家画院理论研究部副主任
一级美术师
甄永苏 中国工程院院士 著名微生物
药理学与肿瘤药理学专家
褚德莹 北京大学教授

稿件授权声明

凡向本刊投稿获得刊出的稿件，均视为作者自愿同意下述“稿件授权声明”之全部内容：

1. 稿件文责自负：作者保证拥有该作品的完全著作权（版权），该作品无侵犯其他任何人的权益并有权获得《现代养生》杂志支付的一次性稿酬。

2. 全权许可：《现代养生》杂志有权以任何形式，包括但不限于纸媒体、网络（含无线增值业务）、光盘等介质、编辑、修改、出版、使用该作品，而无须另行征得作者同意，亦无须另行支付稿酬。

3. 独家使用权：未经《现代养生》杂志社书面同意，作者不同意任何单位及个人以任何形式转载、张贴、结集、出版和使用该作品，著作权法另有规定的除外。

欢迎读者到本社读者服务部邮购，平邮免邮资。如有印刷、装订错误，请将杂志寄回本社更换。

封面人物：国家民政部原副部长、中国老龄事业发展基金会理事长李宝库