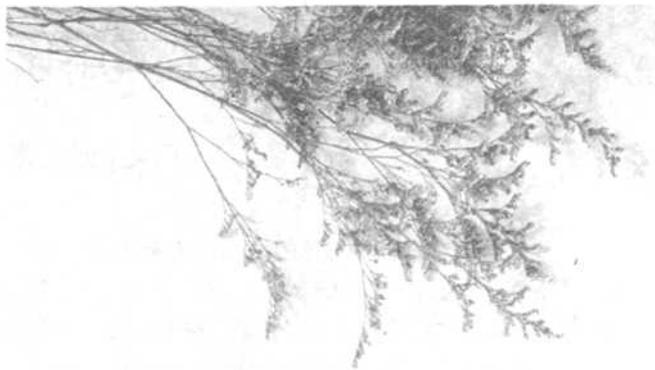


中华养生保健 目次

2011年第3期(总第252期) 2011年3月1日出版



卷首语

1 小心胃食管反流病要了你的命 / 西山雪

本刊关注

- 4 不容忽视的胃食管反流病 / 林子
- 5 胸口隐痛原来是胃食管反流在作怪 / 金雯
- 6 盘点胃食管反流的常见病因 / 常一栋
- 7 胃食管反流病有哪些特点 / 钱炜昂
- 8 胃食管反流病容易与哪些疾病混淆 / 田轩轩
- 8 哮喘与胃食管反流病关系密切 / 莫鹏
- 9 胃食管反流病需小心防范 / 林利谭
- 10 防止胃酸反流的四个原则 / 史航雨
- 10 孕妇如何预防胃食管反流 / 谭玲
- 11 治胃食管反流病两大误区 / 陈映平
- 12 胃食管反流的内外科治疗 / 吴继敏
- 14 治胃食管反流病中医药回春有术 / 朱生樑
- 15 警惕极易被误诊的咽喉反流病 / 林依然
- 16 胃食管反流病切勿乱吃药 / 陈贺
- 17 适当饮用苏打水可治疗胃食管反流 / 张广有
- 18 对于咽喉反流病坚持治疗才是硬道理 / 诗寒雨

专家论坛

19 “辛开苦降”治胃食管反流病 / 王庆其

养生讲堂

20 拨开迷雾说血虚 / 王凤岐

百病百家疗法

22 胸闷憋气 化湿清热除烦忧 / 项红

主管 国家中医药管理局
主办 中华中医药学会
地址 北京市朝阳区樱花园东街甲4号
承办 北京中医药大学
协办 以岭药业股份有限公司
编辑 《中华养生保健》编辑部
出版 《中华养生保健》杂志社
地址 北京市北三环东路11号
邮政编码 100029
本刊于1983年创刊
社长 龙致贤
名誉社长 郭双庚
总编 高思华
副社长 刘红晨(兼编辑部主任)
主编 王雷
副主编 傅立勤
编辑 张宝盈 赵继才 胡志华
电话 (010) 64286904 64286905
传真 (010) 64220034
广告代理 《中华养生保健》杂志社广告部
设计制作 李婷
印刷 北京隆昌伟业印刷有限公司
国内总发行 北京报刊发行局
邮订代号 80-266
定价 5.00元
国内统一刊号 CN11-4536/R
国际标准刊号 ISSN 1009-8011
广告经营许可证 京朝工商广字第8100号(1-1)
国外总发行 中国国际图书贸易总公司
国外代号 M702

★ 本刊要约 ★

欢迎广大读者踊跃投稿,本刊对所有采用文章有权编辑及删改,文章作者应保证作品不侵犯他人权利,本刊不承担任何因作者而引起的法律纠纷及连带责任。

稿件一经本刊使用后,即视为作者同意本刊集结成合刊、精选本等形式出版发行,同时不限于电子版使用权、信息网络传播权、无线增值业务权等使用方式;并且本刊有权授权合作伙伴再次使用。

本刊将稿费增至55元/千字,其中包含了上述使用费用,作者如不同意稿件以上述形式再次出版,请在来稿中说明。

E-mail: globalfashion@163.com
chinaedcine@yahoo.com.cn

网址: <http://www.cnysbj.com>
内文图片提供: 达志影像

- 23 吃出来的胃痛不防刮刮痧 / 王敬
25 女性尿频是什么原因 / 唐阳
26 针灸治疗急性腮腺炎 / 王新民

养生气功

- 27 20种经典保健功法集锦(三)
/ 北京中医药大学医学气功研究所

用药宝典

- 29 溃疡病的圣药——锡类散 / 唐略
30 中药应温服、热服还是凉服 / 谷万里
31 中药可助心“谱”出健康节律 / 东方慧

健康家园

- 32 春天的“风”与“风病” / 林雪
33 严重肺病患者的保养 / 罗大伦
35 季节转换不做“过敏”女人 / 宁雪露
36 小心随春而至的四种病 / 肖连立
37 春季谨防感冒“侵扰” / 颜翎
38 关爱女性,关注女性心脏健康 / 窦颖
40 这9种不良习惯会伤肾 / 王荣华

癌症防线

- 41 肿瘤病人缺少什么 / 潘苏白

性保健之窗

- 42 适量射精有助预防前列腺结石 / 林芒

家有儿女

- 43 孕妇感染,权衡利弊再用抗生素 / 宋丽华
44 气虚体质宝宝的健康大改造 / 庄雅惠
45 孩子得了鹅口疮怎么办 / 王维恒
46 小儿煎药须按年龄细分 / 张学

心语坊

- 47 每天10分钟,远离神经紧张 / 史论
48 美文祛疾,我的读书养生法 / 赵红军

养生逍遥游

- 50 书法养生之太湖冲浪 / 王炳尧
51 春天怎样养肝护脾 / 朱乐夫
52 艾灰的妙用 / 小黎
53 小小健身球,健康运于掌 / 王荣华
55 学习脚底养生法,轻松一下百病消 / 许凤

我爱中医

- 57 如何正确看待中医养生 / 王新陆
58 静养、俭朴、修德 / 李俊德

瑜伽与太极

- 60 太极拳的功力观(上) / 蓝晟
万方数据

品鉴收藏

我社还存有少量《中华养生保健》杂志合订本,由于许多读者因各种原因没有订到,特给您最低优惠。

2004年优惠价78.00元/本。

2006年优惠价78.00元/本。

2007年每本定价98.00元。

2008年每本定价98.00元。

2009年每本定价98.00元。

2010年每本定价98.00元。

以上刊物均免邮费,数量不多
请您抓紧时机,款到寄出,先品为快。

美容与减肥

- 62 远离痘患,内调外治更有效 / 李正亮
63 用食疗帮你消斑养颜 / 方晴
64 红花养红颜 / 吴大真
66 针灸减肥的五个误区 / 孙轩

营养食疗

- 67 春天为啥要多吃大枣山药 / 陈信
68 警惕反式脂肪酸 / 桑孝诚
69 牛奶性凉吗 / 孙文军
70 妊娠呕吐喝点砂仁粥 / 田栓磊
70 小姜块大学问 / 陈磊

每月提醒

- 71 春季养生的秘诀 / 钮雪松

编读往来

- 73 如何尽早识别精神分裂症病人 / 李新语

健康大视野

- 74 健康文摘

保健星空

- 21 六神丸的新用法 / 王广学

广告目次

封三:连花清瘟胶囊

本期责编:赵继才

封面人物:马伊俐 / 高波摄影工作室提供

封底:征订宣传