

中华养生保健



2013.9

国家中医药管理局主管
中华中医药学会主办
月刊9月1日出版

本刊关注

什么是介入治疗
心律失常怎么办

下肢水肿
怎么办

父母身高
未必影响孩子

如何挑选海参
神秘的盐养生

走出心脏介入治疗的误区

肿瘤的介入治疗&冠心病介入治疗后的饮食

ISSN 1009-8011



9 771009 801011

万方数据

中华养生保健 目次

ZHONGHUAYANGSHENGBAOJIAN

月刊1983年创刊

2013年第9期(总第282期) 2013年9月1日出版

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
出版 《中华养生保健》杂志社
编辑 《中华养生保健》编辑部
地址 北京市北三环东路11号
邮政编码 100029
社长 龙致贤
名誉社长 郭双庚
副社长 刘红晨
主编 王雷
副主编 傅立勤
编辑部主任 赵继才
编辑 张宝盈 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: ziwojiankang@sina.cn

内文图片提供: 达志影像

卷首语

1 青春,启航 / 赵继才

本刊关注

- 4 介入治疗脑血管病 / 李影
- 5 什么是介入治疗 / 商洛
- 7 心脏病介入疗法你知道多少 / 李茗茗
- 9 走出心脏介入治疗的误区 / 李剑颖
- 11 冠心病介入治疗后的饮食 / 程程
- 13 肿瘤的介入治疗 / 张铤
- 15 心房纤颤的射频消融治疗 / 紫欣
- 17 心律失常怎么办 / 李欣桐

专家论坛

- 19 健康需要管理 身体需要经营
——吴以岭院士谈中医“治未病”对健康的重要意义
/ 赵继才

大医堂 健康讲堂

- 24 白露天凉好个秋,心脑血管病要留神 / 王雷

百病百家疗法

- 28 呼字诀:防治腹泻的妙方 / 纪康宝
- 30 下肢水肿怎么办? / 吴晨
- 31 易被忽视的慢阻肺 / 邹雨
- 32 血糖高,慎做胃镜 / 兰苑
- 33 申脉——辗转难眠时的“催眠剂” / 梁兆松

用药宝典

- 34 吃药顺天时,疗效更显著 / 霍雨佳
- 35 香味中药能化湿 / 李红珠

国医养生堂 健康家园

- 36 享受健康生活,轻松降血糖 / 童小欣
- 38 走出家庭止痛8大误区 / 王荣华

- 40 补气摄血让月经不再提前 / 吴大真
42 老年人运动五忌 / 刘玉雯

癌症防线

- 43 好习惯远离癌症困扰 / 林然

性保健之窗

- 46 进入老年期勿忘性保健 / 胡可云

家有儿女

- 48 气管异物何时休? / 刘海燕
49 父母身高未必影响孩子 / 王娅青
50 五妙招让腹泻宝宝迅速康复 / 林雪
52 小儿风寒咳嗽有良方 / 韩平
54 血钙低 查明原因再补钙 / 胡俊

心语坊

- 55 俗言俚语话养生(三) / 温长路

养生一点通

- 58 《庄子》: 与众不同的养生观(三)
/ 林中鹏

我爱中医

- 60 撮谷道防便秘 / 大医堂
62 炎炎夏日谨防伤阳 / 刘立红
64 艾灸除落枕 / 北京灸道堂中医研究院

瑜伽与太极

- 65 太极拳内功的物质能量: 气 / 蓝晟
67 赤龙搅海: 五脏平安的保健大法 / 大医堂

美容与减肥

- 69 胖瘦有因, 根在脾脏 / 龚全心

营养食疗

- 71 如何挑选海参 / 子寒
72 神秘的盐养生 / 胡维勤
74 故弄玄虚的排酸肉 / 王斌

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。

2011年每本定价 98.00元。

2012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。

每月提醒

- 76 五招防猝死 / 陈雪娇

健康大视野

- 77 健康文摘

保健星空

- 8 易过敏慎贴膏药 / 张丽华

广告目次

封二: 东方神参

封三: 本刊推荐

封底: 以岭牌津力旺饮料

78 本刊推荐

79 本刊推荐

80 本刊推荐

■ 本期责编: 赵继才

■ 封面人物: 郑恺