

# 科普周报

Health Perspectives  
健康视界

国内统一连续出版物号：CN 50-0037 2025 年 11 月 13 日 第 82 期 总第 134 期  
本期 180 版 定价：20.00 元 邮发代号：77-25

膝盖疼就是关节炎？骨科医生教你辨别  
人体中隐藏的“缺口”——疝气  
性激素六项全解读  
你的饮食，关乎血管健康

中医教你调睡眠

**小针刀疗法：**  
**告别软组织粘连困扰**

肠镜检查：术前准备、  
术后护理全攻略



**安全  
用药**

**服药时间有讲究：**  
**饭前还是饭后**

抗生素不是“万能药”  
鼻咽癌放疗期间如何做好营养支持  
异常子宫出血的治疗方法  
肺结核患者，如何避免传染他人

