

《荷塘醫話：醫藥保健新知篇》 總目錄提要 - 3

201	突然多喝咖啡 飲後 1 小時缺血性中風風險倍增	99.12/17	251		100.12/9
202	食道壁沾胃酸，微量也氣喘；肺也有味覺，有助治氣喘	99.12/24	252		100.12/16
203	交通空污 乳癌、血癌風險倍增	99.12/31	253		100.12/23
204	長期吃安眠藥 傷記憶力，睡眠不足心臟病、中風風險倍增	100.1/7	254		100.12/30
205	吃葉黃素真能顧目矇？	100.1/14	255		101.1/7
206	吸幾口菸 DNA 瞬間受損致癌	100.1/21	256		101.1/14
207	反覆減、增重 更難拒絕美食	100.1/28	257		101.1/21
208	天寒地凍有助減肥，棕色脂肪細胞加速燃燒熱量	100.2/11	258		101.1/28
209	吃垃圾食物 孩子智商較低 負面效應恐影響一生	100.2/18	259		101.2/4
210	喝低卡汽水，中風率仍高 61%；咖哩有助腦細胞再生	100.2/25	260		101.2/11
211	別讓小孩濫用退燒藥	100.3/4	261		101.2/18
212	髒空氣刺激血栓、發炎，引爆心臟病，亦增罹癌風險	100.3/11	262		101.2/25
213	多吃大蒜、洋蔥、韭菜可預防退化性關節炎(髖關節、膝蓋及脊椎)	100.3/18	263		101.3/4
214		100.3/25	264		101.3/11
215		100.4/1	265		101.3/18
216		100.4/8	266		101.3/25
217		100.4/15	267		101.4/1
218		100.4/22	268		101.4/8
219		100.4/29	269		101.4/15
220		100.5/6	270		101.4/22
221		100.5/13	271		101.4/29
222		100.5/20	272		101.5/6
223		100.5/27	273		101.5/13
224		100.6/3	274		101.5/20
225		100.6/10	275		101.5/27
226		100.6/17	276		101.6/3
227		100.6/24	277		101.6/10
228		100.7/1	278		101.6/17
229		100.7/8	279		101.6/24
230		100.7/15	280		101.7/1
231		100.7/22	281		101.7/8
232		100.7/29	282		101.7/15
233		100.8/5	283		101.7/22
234		100.8/12	284		101.7/29
235		100.8/19	285		101.8/5
236		100.8/26	286		101.8/12
237		100.9/2	287		101.8/19
238		100.9/9	288		101.8/26
239		100.9/16	289		101.9/2
240		100.9/23	290		101.9/9
241		100.9/30	291		101.9/16
242		100.10/7	292		101.9/23
243		100.10/14	293		101.9/30
244		100.10/21	294		101.10/1
245		100.10/28	295		101.10/8
246		100.11/4	296		101.10/15
247		100.11/11	297		101.10/22
248		100.11/18	298		101.10/29
249		100.11/25	299		101.11/5
250		100.12/2	300		101.11/12