

■医线快报

年底加班疲劳诱发妇科病

冬季是妇科疾病的高发季节,由于早晚温差大,生物钟紊乱,再加上年底加班疲劳,容易诱发一些妇科疾病。据南京市妇幼保健院妇科门诊统计,进入冬季以来,看阴道炎、宫颈炎和盆腔炎等妇科的人比以往增加了两成多。

该院门诊部阚延静主任介绍,健康女性的子宫颈、阴道由于解剖结构的特点,对病原体的侵入有天然的防御功能,不会出现炎症。但是,当阴道的自然防御功能受到破坏时,尤其是在秋冬季,病原体易于侵入,从而引发阴道炎、宫颈炎、宫颈糜烂等妇科疾病。随着冬季气温的日趋下降,人们身上穿的衣服也越来越多,身体被厚厚的衣服包裹得严严实实,在增加保暖效果的同时也造成了肌肤表面空

气长时间停留,无法形成空气的正常流通,各种细菌在此条件下容易生长、繁殖,给身体带来众多的不安全因素。此外岁末年初,很多女性白领工作繁忙,加班加点,忽视个人卫生,也是导致妇科炎症高发的重要因素。

阚主任提醒市民,冬季不能每天洗澡,所以要特别注意避免不洁性交,同时要注意经常清洁外阴,勤换内裤,换下的内裤要用肥皂水洗净,放日光下暴晒或用饱和盐水浸泡消毒。妇科疾病会严重影响女性的身心健康,除了生活中多加注意外,还要坚持定期到妇科门诊进行检查,如果发生外阴瘙痒或白带增多症状不要讳疾忌医,要及时诊治。

通讯员 孔晓明
快报记者 金宁

啤酒加海鲜导致痛风性肾病

柳先生近日时常感到关节疼痛,夜间甚至痛醒。经医院检查确诊他患了痛风性肾病。原来柳先生平时喜欢吃海鲜畅饮啤酒。专家指出,近年来痛风性肾病患者增多,并且逐步呈年轻化趋势,这与人们的饮食结构发生的变化有关。

据南京北大肾科医院院长、著名肾脏病专家邹燕琴教授介绍,海鲜加啤酒这一“魔鬼组合”导致患病者众多,当鱼虾蟹等富含嘌呤类物质和啤酒结合作用后,血液中尿酸的浓度会迅猛提高,一旦呈饱和状态时,尿酸盐析出来的结晶就会沉积在关节和肾脏,造成对关

节和肾脏的实质性损伤。如早期没有得到有效治疗,甚至会导致肾功能衰竭。

“过量食用海鲜、动物内脏、腌制品等含嘌呤高的食物以及肉类、酗酒都有可能诱发痛风性肾病”,邹教授说,进食肉类可使尿呈酸性,尿酸易在肾脏结晶而造成肾损害;饮酒会使血清尿酸含量升高引起尿酸浓度升高而诱发肾损害,所以痛风性肾病也有说是“富贵病”。

每年春节前后也是痛风性肾病的高发季节。专家提醒切勿过食海鲜、酗酒贪杯,尤其勿以啤酒佐海鲜,可以葡萄酒、黄酒代之。

通讯员 严悦 快报记者 金宁

冬天从生活细节上防病

现代快报健康大课堂提醒市民防寒保暖

元旦之后,南京的气温跌至零下,寒冷的日子如何从生活细节上防病?近日,现代快报健康大课堂为市民做了生动讲解,专家建议市民眼下注意防寒保暖,不论吹空调、着装还是洗头,都应在细节上保护自己的身体。据悉,本次讲座由云南绿A集团协办。

由于白天工作繁忙,很多人喜欢晚上洗头或在早晨出门前洗头,但头发未干就睡觉或出门受冷风吹,会对健康造成很大威胁。主讲人绿A集团健康顾问康主任介绍,工作了一天,疲劳会使身体抵御病痛的能力大大降低。如果在冬天晚上洗头,又不充分擦干的话,湿气会滞留于头皮,一段时间后,会觉得头皮局部有麻木感,并伴有隐痛的头痛。早晨出门前洗头也是不可取的,尤其是在寒冷的冬季,因为头发

没有擦干,头部的毛孔开着,很容易遭受风寒,轻者也会患上感冒头痛。

为了在室内享受温暖,有相当一部分人,喜欢将空调的温度调至27℃或以上,使得室内温度如同春夏之交,的确使人感觉十分舒适。但长期在空调环境中的人容易鼻塞、咽喉干燥、口干、头痛、免疫功能下降。尤其冬令,室内外温差如在25℃以上,一旦有事外出,则极易患感冒,一些心脑血管疾病患者则有发生心肌梗塞、中风的危险。使用空调时,可在室内放置加湿器或一盆水,以便保持室内适度湿润。如要外出,应逐渐将温度调至15℃为宜,不要马上离开空调房间,这样能使鼻腔对空气温度有一个适应过程。晚上睡眠温度宜在15℃~18℃之间为佳。有感冒或其他传染病患者的家庭,不宜使用空调。

由于工作需要和个人爱好,一些女性有着一年四季都穿裙装的习惯。康主任告诉市民,在冬天寒冷潮湿的天气里穿着裙装,暴露在裙装外面的双腿会受到寒气的侵袭,出现发凉、麻木、酸痛等症。尤其是那些皮下脂肪偏少的女性朋友,更容易被寒冷空气冻坏,引发关节炎疾病。此外,受寒冷空气刺激后,引起下肢血管收缩,造成表皮血流不畅。大腿部位的皮下脂肪组织容易出现杏核大小硬块,有痛痒的感觉,这就是医学上的“寒冷性脂肪组织炎”。

康主任提醒冬天爱好裙装的女性,一旦发生了寒冷性脂肪组织炎,轻者只要注意保暖,用热水袋或热毛巾热敷患处,直至痊愈即可。症状较重者,要及时去医院就诊,并立即换上保暖较好的裤子。快报记者 金宁

防止动脉硬化应从青少年开始

冠状动脉粥样硬化从青少年时期就已经开始,发展到中年时就慢慢演变成冠心病。据江苏省人民医院冠脉中心杨志健主任医师介绍,医院接诊的患者中,一半以上都在40到60岁,年轻的男性还不到30岁,女性也在30岁左右。

杨主任指出,引起冠心病的原因除了高血压、高血脂、高血脂等自身危险因素外,生活习惯的改变如高脂

饮食、过多应酬、生活和工作节奏越来越快,因为工作压力大而导致的心里负担的加重及环境污染、气候因素不可忽视,杨志健主任告诉记者,冬季气温较低,是冠心病的好发季节,气温骤降引发的血管收缩、血压增高常会造成心脏事件的发

“研究显示,冠状动脉粥样硬化从青少年时期就已经开始”,杨志健主任展

示了一张示意图,清晰的显示了从泡沫细胞到脂质条纹、中间阶段损伤直至动脉粥样硬化甚至发展到纤维斑块及复杂病变、破裂的状况。他表示,目前冠心病患者中,肥胖者的比率在不断增加,市民在生活方面,要注意健康饮食,尤其是儿童青少年要避免过多摄入高脂食物,并积极锻炼,合理运动。

通讯员 周宁人 快报记者 金宁

男性健康“冬暖行动”暨白求恩基金男科治疗援助(江苏站)现场巡礼

“冬暖行动”在寒冷天里升温

中国性学会公布男性健康“冬暖行动”暨白求恩基金男科治疗援助详情(截至2008年元月6日):

前列腺疾病2807例;泌尿感染1844例;性功能障碍、不育1604例;包皮包茎手术1283例;男性性功能重建,韩式男性整形481例

■文 李鹏城 配图 刘芳

【鉴于“男性健康“冬暖行动”暨白求恩基金男科治疗援助(江苏站)中,许多男科专家预约号已排至08年元月中旬;许多男性也纷纷打电话来咨询冬暖行动的情况,并希望接受男科治疗援助,主办单位中国性学会及白求恩基金会领导专程从北京来到男科治疗援助“冬暖行动”(江苏站)活动现场,视察活动情况,并决定应广大男性的需求,将“冬暖行动”延续至2008年元月31日。在此期间接受治疗的,仍可享有白求恩基金会提供的100-2000元不等的男科治疗援助基金。活动延续以来,许多男性顶着寒风前来就诊,活动现场依然火爆。】

三大男科疾病 仍居疾病发病率前列

活动延续以来,执行机构南京市市长乐路238号建国男科医院导医台应接不暇,家住下关区的朱大爷不但自己参加“冬暖行动”,还带了亲戚朋友中的有不适的男性前来治疗,用他的话说就是“机会难得,已经延续了,不能再错过了”。还有许多来自苏北、苏南及安徽的男士打电话来询问活动内容和时间,他们当中很多人担心赶不上活动延续的末班车,就连南京本地的一些男士因为工作繁

忙,没有赶在原定的07年12月31日前接受治疗援助,现在也请假赶来了。

特地从北京赶来指导本次活动的中国性学会副理事长崔以泰告诉笔者,特别是延续以来,每天接受治疗援助的人几乎是翻倍,平均每天达到200多人,这也说明了江苏男性健康意识有了新的提高。用一位南京患者的话来讲真是“乖乖冬暖行动延续,参与的人更多啊”。中国性学会现场统计显示:截至08年元月6日,共接诊各类男科疾病患者8000余人次。其中前列腺疾病、泌尿感染、性功能障碍患者占就诊总人数的78%。

36岁的公司白领金先生说,平时应酬多,经常喝酒熬夜,夫妻生活明显力不从心。这次赶在“冬暖行动”延续期间,特地来建国男科医院找专家咨询。接诊的王成贵主任告诉金先生,他是患了早期的性功能障碍,若不及时治疗,就会拖成严重的性功能障碍。王主任为金先生制定了详细的治疗方案,系统治疗之后,效果明显。还有一位杭州的蒋先生婚后好几年都没有孩子,慕名而来找建国男科医院有“性福大使”之称的丁学刚主任医师咨询。丁主任通过“二十一关排查法”,找出了金先生不育的原因,原来金先生是患了前列腺炎而导致精子质量低下,存在少精、弱精、精子活力低下等问题。丁主任运用“五位一体疗

法”为金先生治疗。一个月后,金先生在当地一家医院复诊,检查出来精子质量已有明显的提高,接近正常值,金先生立刻来到建国男科医院再进行复诊,确诊之后,金先生连声对医护人员表示谢意。

六类人群易患男科疾病

中国性学会本次活动还有一项统计数据表明,就诊人数最多的是私企业主、司机、老年人、白领、教师、城市建设者这六类人群。实际上,这些人也最容易受到男性疾病侵袭的。比如说,白领男性大多数都有这样的“职业习惯”:早起上班,坐在电脑前工作8-10小时,回家后又坐在电脑或电视前数小时;工作时顾不上喝水,有尿也没时间上厕所;常常熬夜。这种生活方式让男性常常处于久坐、憋尿、接触辐射等状态中,使睾丸局部温度增高,易发生前列腺疾病、泌尿感染及不育等男科疾病。许多司机长期饱受前列腺炎、泌尿生殖感染、男性功能障碍等疾病的困扰。许多老年人出现排尿不畅、尿等待、尿线细、尿滴沥等现象是不会引起重视的,其实这是前列腺增生所致,目前“AS-21前列腺增生扩裂术”是较有效的治疗方法。在这几类人群中,尤其以30-45岁年龄段男性居多,他们长期处于亚健康状态的“透支”状态中,因此定期体检非常必要。

卓越医技 造福患者

“冬暖行动”开展以来,建国男科医院共开展各类生殖整形手术2000余例,体现了江苏男性对私处整形的关注有了极大的提高。医院副院长、医疗技术总监黄卫国主任医师说,07年11月中旬,他接诊了一名先天性尿道下裂的患者,病情相当严重,尿道口位于阴囊的中部,整个生殖器成弓形。据患者介绍,生殖器从来没有直过,影响排尿不说,而且发育也严重滞后,经常引发泌尿感染,已经快26岁了,生殖器的发育还跟七八岁的小孩一样,这样的生理缺陷让自己极度自卑。黄主任判断,这种畸形只能通过手术恢复,初步的治疗方案是重造尿道口,将生殖器修复,手术过后应该不影响生育。据黄主任介绍,这种病发病比较少,但患者发现后要尽快去医院就诊,不能拖,上述患者就是因为长期不治,结果本来是尿道口的问题,却严重影响到生殖器的发育,还引起了反复的泌尿感染。该患者在接受手术治疗1个多月后,目前已基本康复。

从事IT工作的李先生说,平时工作压力很大,夫妻生活1分钟都不到,这种情况已有3年多了,自己才29岁,所以心理极度自卑。这次赶在“冬暖行动”延续,特地来建国男科医院找专家咨询。接诊的鼓楼医院原泌尿外科主任、学科带头人

郑世广教授主任在详细检查之后,告诉李先生患了早泄,这次男科推广治疗技术援助项目中的“韩式早泄神经阻断术”,有白求恩基金提供的2000元的治疗援助,李先生当即表示接受手术治疗,目前正在恢复中。

患者武先生,37岁,某公司负责人,整日忙于事业,日积月累,前列腺炎自然找上门,尿频、尿痛、腰膝酸软等症状一直困扰着他,长期接受治疗,就是治不好。气温较高的时候,症状明显减轻,还以为疾病自然好了。可近来气温持续走低,让他越发感到身体不适,为此他陷入深深的困惑与苦恼之中。接诊的四一四医院泌尿外科严泽承教授在详细了解武先生的病史并进行了全面的检查之后,严主任为武先生制定了一套诊疗方案。运用ZRL定位可视腔道治疗仪等进行治疗几天

后,武先生前列腺炎的症状就有了缓解,目前已经基本康复。

严教授提醒,建国男科医院率先引进了“ZRL定位可视腔道治疗仪、腔内场效消融、强力透膜螺旋场效应、潜透CRS兆波等”,这也是应用于全国各大医院泌尿外科的创新技术,解决了前列腺疾病、泌尿感染等男科疾病迁延不治的难题。建国男科医院引进这些设备以来,受到患者的一致认可。

据了解,在男科治疗援助“冬暖行动”期间,由于白求恩基金提供单次援助100元到2000元不等的资金,某些病种治疗费用基本平时节省将近50%。因此,基本治愈男科疾病的费用大幅度降低。此外由于每天接诊人数较多,医院还特意开通男性健康援助专线025-52238888,方便患者选择最佳就医时间。



“冬暖行动”现场一角。