

教师健康特别活动引起广泛关注——

# 每一天,从关心健康开始

疾病不能只在出现时才去重视它,我们应该未雨绸缪:养成健康的饮食、作息习惯,合理运动,定期体检……教师节感恩献礼活动吸引了众多老师参与,六大机构也为老师检查出一些过去从未发现的疾病。尽管此次献礼行动即将接近尾声,但是我们对教师健康的关注不会因此而停止。

## 女性健康篇

### 北京老师追星到南京

年近5旬的张苏芳家住北京朝阳区,她是一名从教30多年的语文老师,同时也是一位医生30多年的“铁杆”粉丝。自从相识起,无论大小病,她都要找这位医生

治疗,30多年来从不改变。尽管这位医生辗转多地,可是她一直“痴心不改”,坚持“追星”。为了能得到这位医生的亲自治疗,罹患多发性子宫肌瘤的张老师竟从北京飞到南

京,“听说她在华世佳宝妇产医院,我就特意赶过来了。其实我的病情并不复杂,手术难度也不高,但是她对我身体的各方面情况都了解,心里觉得踏实,所以就来找她。”

张老师口中的“她”就是华世佳宝妇产医院首席专家何主任。谈到子宫肌瘤,何主任介绍说,这是育龄期女性最常见的良性肿瘤,临床上30多岁的女病人最多,目

前发病原因尚不明了。其临床症状首先是月经的改变。其次,当肌瘤增大时,可出现急性腹痛。也有人没有临床症状。

何主任提醒说,此类疾病一般无预防措施,只能做到早发现早治疗,做B超基本就能确定情况,而一些经验丰富的医生通过手摸也会发现异常,所以定期做妇科体检是预防的关键。

## 男性健康篇

### 前列腺增生和炎症不同

“我遇到过不少年轻人在被诊断有前列腺炎时,常常会问医生我这么年轻怎么会得老年人才有的病?他们之所以这么问,显然是把前列腺增生和前列腺炎混淆了。”南京建国男科医院泌尿科主任郑世广介绍说,男性刚出生时前列腺很小(1克左右),之后随着生长发育每年增长大约1克,到20岁左

右基本就增大到正常的重量。而到45岁左右它又开始两种发展趋势,一部分人趋于萎缩,另一部分人趋于增生,因此50岁以上的老年男性出现前列腺增生并不奇怪。导致这种现象的原因尚不明确,不过目前国内外大多数学者认为这与体内雄性激素平衡失调有关。前列腺炎是指前列腺特异性和非

特异感染所致的急慢性炎症,跟年龄无关,如果生活方式不健康很容易诱发。诱发的因素主要有两大类,一是细菌感染,比如包皮过长、性生活不洁,细菌会经尿道口上行进入尿道,再经前列腺导管侵入前列腺体,引起急性或者慢性前列腺炎。二是物理性因素,比如久坐可使会阴部的血液循环变慢,直接导致会阴及前列腺部慢性充血,使局部的代谢产物堆积,从而诱发慢性前列腺炎。所以对于久坐人群来说,最好能像学生上课一样每隔四五十分钟起来活动一下。

会时不时开些小玩笑逗大家开心,“看到她们憔悴的样子比生病还让我难受。”

说起治疗肿瘤的个人体会,刘老师对记者说,“光有良好的心态并不是以战胜病魔,同时还要有科学的治疗方法。而当时我所面临的并不是治疗方法的问题,而是如何减轻治疗副作用。”刘老师说,后来在朋友的介绍下,他开始服用中科灵芝孢子油,并在它的帮助下顺利完成了六次化疗,“食欲没有受到很大影响,现在恢复的情况还不错,掉的头发都长出来了。”

快报记者 李鑫芳

## 保健篇

### 自己患病却鼓励家人坚强

去年年初,刘老师经常出现咳嗽但痰不容易出来的情况,最开始家人以为是感冒,但吃了感冒药却一直不见效;后来又以为是气管炎犯了,但去医院检查后,结果却让他震惊——肺部出现了肿瘤。“我是个老烟枪,一写教案、改作业我就会习惯性地抽烟。虽然知道这对身体

不好,但我从没想过自己真的会长出肿瘤。”刘老师说,妻子得知他的病情后常常背着他流眼泪,而女儿也因此没心思工作。看着这些刘老师非常心痛,所以暗下决心,一定要挺过来,为了家人必须战胜病魔。在家人面前,不管遇到多大痛苦,刘老师都不会轻易表现出来,相反他

## 科技以人为本

迈入21世纪,科学技术发展的速度日新月异,但其最终目的是为人类所用,为人类服务,不断提高生活品质,这就是我们常说的“科技以人为本”。血糖仪虽算不上什么高精尖产品,但它同样闪现着科技的光芒和人性化的设计。今天我们就透过薄薄的血糖仪试纸来看看科技是如何体现以人为本的吧。

要测定血糖高低,必须先采集少许血液在试纸上,接下来才能进行数值测定和读取。试纸是血糖测定的直接载体,因此可以这么说,试纸是一台工作精准的血糖仪重要的组成部分。

血糖仪的大小、形状各不相同,试纸同样也是如此,有宽有窄,有厚有薄,有长有短。血糖仪根据工作原理分为光电型和电极型,电极型血糖仪当然少不了电极。电极的作用在于把血样中葡萄糖与试纸上的酶之间化学反应所产生的电子通过电流计数装置,读取电子数量,再转换成相应的葡萄糖浓度。让我们来看看这亮闪闪的金属电极吧。

大部分电极型血糖仪所使用的是碳电极,有些则与众不同,用的是珍贵的稀有金属——钯。钯的特点在于异常坚韧,硬度比铂金还高,不易变形,而且耐高温、耐腐蚀、耐磨损。钯电极跟碳电极相比,具有更高的稳定性、抗腐蚀性,因此结果更可靠,也值得信赖。以往钯大多用于对精确度和质量要求非常苛刻的领域,例如生物感应技术、外

科医疗器械等,不过如今这尊贵的“昔日王谢堂前燕”,随着血糖仪的普及也开始“飞入寻常百姓家”,服务于普通大众了。有了高科技的“内芯”,新型的优越型试纸在设计上更为贴心、更为人性化。我们来看看这款试纸和普通试纸相比,究竟有什么不同呢?第一,优越型试纸要比普通试纸更为宽大,也更为厚实,容易拿捏,而且手可以直接触摸试纸任一部位,这对于老年糖尿病患者来说,是非常方便的。第二,普通试纸都是中规中矩,方方正正的,而优越型试纸在采血区域有一弧形边缘设计,与手指的曲线自然吻合,采血的时候只要把手指贴近这一弧形,自然就会产生虹吸效应,采血快速方便。第三,只要是在15秒之内,患者都可以续加血样,不必担心第一次采血量不够而浪费一张宝贵的试纸。第四,在试纸上还有黄色的检测窗口可视设计,确保血量足够,避免重复测试。

科技,总是在细微之处闪现光芒,实现以人为本。

(刘建民教授:上海第二医科大学附属瑞金医院内分泌科主任,上海市内分泌代谢病临床医学中心副主任)



**南京建国男科医院**  
JIANGJIO ANDROLOGY'S HOSPITAL OF NANJING  
——男人自己的医院——

**专业男科**  
开启男性健康之门

**八大男科前沿技术 临床推广应用**

靶向强透透导技术 治疗前列腺疾病	动脉血管激活技术 治疗性功能障碍	CRS潜透技术 治疗泌尿感染	阴茎敏感神经降低术 治疗早泄
针式显微通腺技术 治疗精索静脉曲张	光波离子技术 治疗包皮、包茎	细胞免疫技术 治疗病毒疣、疹	定性排查介透技术 治疗不育

实力铸就品质 健康咨询: 025-5223 8888  
www.man321.com

地址: 南京市长乐路238号 (龙蟠中路路口、武定门旁)

**关爱教师 点亮心灵之窗**

**南京宁益眼科中心**  
(原鼓楼医院眼科)

08年9月1日至11日,凡持本人有效教师工作证可在配镜中心免费登记办理配镜优惠会员卡一张。持卡在中心配镜可享受全年0折优惠,并可享受免费维修、维护、保养眼镜等超值服务。(每人限办一张)可享受准分子激光手术优惠200元。术后赠送精美生肖纪念礼品一份。

地址: 鼓楼医院五楼门诊 就诊预约电话: 025-83224736 83304616-50565