

主讲 嘉宾

名医大讲堂



杨国联

信阳市第四人民医院外科主任,毕业于新乡医学院,平桥区专业技术拔尖人才。从事泌尿外科专业26年,两次获得信阳市科技进步二等奖。擅长前列腺增生Medigan术及肾肿瘤、部分肾切除手术。



付敏

信阳市第四人民医院妇产科主任,副主任医师,信阳市妇产科学会专业委员会。毕业于郑州大学医学部,从事妇产科专业26年,曾获得信阳市科技进步二等奖。率先开展宫颈病变筛查及利普刀治疗,擅长妇科肿瘤、子宫内膜异位症及产科急重症的治疗。

文/本报见习记者 袁野 戴子翔 整理 图/本报见习记者 袁野 戴子翔 摄

【开篇的话】

有一句话说得好:“一个人的身体健康是1,而财富、事业、家庭……都是1后面的0,没有了这个1,那么一切都将不存在。”

要想身体健康,你可以有一个合理的饮食、规律的作息、健康的生活习惯,但是,在避不及的疾病来临时,你需要找一个医德好、医技好的专家来为你确诊、诊治。

经常有亲朋好友打电话来咨询,到那个医院可以找到医治某一种疾病的权威专家?有读者也会问,我们也想知道,哪个医院的哪个专家最好?

为了使读者对我市医疗机构的权威专家有一个全面的了解,同时给予大家正确的就医指导,本报《健康新闻》版今起开辟《名医大讲堂》栏目,每期推荐一到两位专家,敬请关注。

前列腺增生症的治疗

前列腺增生症(BPH),旧称前列腺肥大,是老年男子常见疾病之一,为前列腺的一种良性病变,其发病原因与人体内雄激素与雌激素的平衡失调有关。病变起源于后尿道黏膜下的中叶或侧叶的腺组织、结缔组织及平滑肌组织,形成混合性圆球状结节,以两侧叶和中叶增生为明显,突入膀胱或尿道内,压迫膀胱颈部或尿道,引起下尿路梗阻。病变长期可引起肾积水和肾功能损害,还可并发结石、感染、肿瘤等。

女性前列腺,是指类似于前列腺结构的女性尿道周围腺体而言。这些腺体大多集中于女性尿道的后上方,大约92%的妇女有这种组织,其中25%左右可能是真正的前列腺。它的功能是产生能使女性性欲增强的黏液浆液性分泌物,女性前列腺在分泌这种液体时产生的快感和刺激男性前列腺所引起的快感是一致的。

市第四人民医院外科主任杨国联介绍,前列腺炎的危害主要在三个方面表现得最为突出:1.性功能方面,前列腺炎容易导致阳痿、早泄。由于疾病长期未能治愈,各种症状和不适在性交后加重,或直接影响性生活的感受和质量,对患者造成一种恶性刺激,渐渐对性表现出一种厌恶感,导致阳痿、早泄等现象。2.工作和生活方面,由于炎症的刺激,产生一系列症状,如腰骶、会阴、睾丸等部位胀痛、尿不尽、夜尿频多等,使患者烦躁不安,影响工作和生活。3.生育方面,可导致男性不育。长期的慢性炎症,使前列腺液成分发生变化,前列腺分泌功能受到影响,进而影响精液的液化时间,精子活力下降,可以导致男性不育。

前列腺长时间受到寒冷的刺激,腺体遇冷收缩后,会造成腺管堵塞,甚至出现炎症水肿,使排尿阻力增大,出现尿频、尿不尽、尿淋漓、排尿困难等情况。尤其前列腺炎患者,受凉后炎症就会加重,尿频尿急、夜尿多。杨国联还特别提醒,前列腺增生患者平时在生活中多加注意的话也会使症状有所缓解。例如在平时的生活中清淡的饮食、禁烟酒和适量的运动,对于治疗疾病都有着很好的帮助。另外前列腺增生患者也可多做一些对前列腺部位的按摩来缓解症状。但是再好的食疗办法和缓解措施都只能一时缓解病情,并不能治愈前列腺增生,要想彻底治愈前列腺增生还是要靠药物的治疗。在治疗前列腺疾病中,专家和患者的共同选择都是中药治疗。

子宫肌瘤的治疗

子宫肌瘤是妇科常见的盆腔良性肿瘤。市第四人民医院妇产科主任付敏介绍,35岁以上妇女每5人中大约就有1人患子宫肌瘤。在治疗上,医生根据病员年龄、肌瘤大小、经量多少、生育情况等来决定采用手术治疗或非手术治疗(中药、西药、中西药物结合或观察)。患者一般都希望能找到不用开刀的有效疗法。有没有这种可能性呢?付敏说,答案是肯定的。

一、如果肌瘤较小,无症状,也无并发症及变性者,一般不需要治疗。尤其是接近绝经年龄者,因绝经后雌激素水平低落,肌瘤即自然萎缩或消失,只需定期(3个月至6个月)复查即可。如复查发现肌瘤增大或症状明显时,再考虑进一步治疗。

二、手术治疗:

(一)子宫切除术,适用于子宫>3个月妊娠子宫大小,肌瘤虽不大但症状明显,或肌瘤增长快不能排除恶性者;

(二)肌瘤剝除术:适用于35岁以下、未婚或未生育患者。

三、药物治疗:用于肌瘤较小、症状不显著,近绝经期或全身情况不能耐受手术者。

(一)甲基睾丸素,丙酸睾丸酮;

(二)孕激素类。1.炔诺酮,用于要求生育的患者;2.甲孕酮、甲地孕酮、炔诺酮,任选其中之一;3.促黄体生成激素释放激素类似物。

付敏提醒子宫肌瘤患者,应定期复查,如3个月至6个月作一次B超或妇科检查。如果年龄较大的妇女,肌瘤在短期内迅速增大或绝经后又有阴道流血应警惕是否发生肉瘤变性。月经过多者应积极纠正贫血,预防贫血性心脏病、心肌退行性病变的发生。

健康新闻服务热线开通

《信阳日报》健康新闻版是我市新闻行业专业的卫生、健康新闻栏目,致力打造最具公信力、权威性和影响力的医疗健康、食品安全信息平台,及时为公众提供最新、最专业、最权威的健康资讯和养生科普知识。

为更好地服务读者,本报健康新闻部特开通健康新闻服务热线。健康新闻服务热线将成为向公众传播卫生法规和政策法规、了解社情民意、回应社会关切,传播药品、食品安全和健康知识的重要渠道,接受公众咨询、投诉和举报,欢迎提供新闻线索。

热线电话:13839781529 18637611722

专家档案



张晓彬,信阳职业技术学院附属医院皮肤科主任,主任医师,信阳市拔尖人才、学科带头人,河南省医师协会皮肤与性病医师分会常务委员、中华医学会信阳市皮肤科专业委员会副主任委员、中华医学会信阳市性与性病专业委员会副主任委员。从事本专业临床与教学近30年,专业理论基础扎实,在治疗扁平疣、寻常疣、痤疮、带状疱疹、湿疹、重症药疹、化妆品性皮炎、银屑病、性病等方面积累了丰富的临床经验,开展了皮肤医疗美容及激光、高频、冷冻、封闭、紫外线等物理疗法。工作中勇于创新,参与研发皮肤科特色外用制剂多项,先后获市级科学技术进步二等奖7项,在国家级学术刊物上发表论文30余篇,编写专著2部。

邓冬梅 宋晓红 摄

为什么要提倡捐献血小板

血小板是血液成分的一种,由骨髓造血组织中的巨核细胞产生,其主要功能是促进止血,加速凝血,防止出血。当人体组织受到损伤出血时,血小板会成群聚集,形成血栓,堵塞创口。血小板在止血和凝血过程中,能够释放与凝血有关的各种因子,加速凝血。

因此,捐献血小板是救治病人的一种必要手段。

(石磊)

因血小板严重减少或功能异常并伴有出血的病人,只要输注血小板就能达到治疗效果,且不良反应减少,疗效好。如输全血,不仅浪费血源,还会因大量增加不需要的血液成分而可能对病人身体产生损害。



立夏养生学学“拿五经”

5月6日立夏。立夏之后,温度逐渐攀升,人们就会觉得烦躁上火,食欲、睡眠质量也会有所下降。这里教大家一个中医经典养生方法“拿五经”来调理:用五指分别点按人头部中间的督脉,两旁的膀胱经、胆经,左右相加,共5条经脉,所以称之为“拿五经”。回家略休息以后,梳3次至5次,每次不少于3分钟至5分钟,晚上睡前最好再梳3次。

中医认为,头为“诸阳之首”,梳头“拿五经”可以刺激头部的穴位,起到疏通经络、调节神经功能、增强分泌活动、改善血液循环、促进新陈代谢的作用。经常梳头,可使人的面容红润,精神焕发。此外,还能防治失眠、眩晕、心悸等。

(杨璞)

健康生活方式

十三、肺结核病人治疗管理主要内容

对排菌肺结核病人在治疗期间进行管理,是为了保证病人能够坚持服药,完成疗程,达到彻底治愈之目的。

1.标准化疗方案:采用标准的化疗方案,具有便于管理、减少浪费、提高药效和便于考核疗效之优点。目前推行的初治、复治化疗方案,是根据其药理特点进行优化组合,并经过长期实践筛选出来的,都具有很好的治疗效果,为世界所通用。

2.全程督导化疗:在治疗过程中病人每次用药均在医务人员直接监督下进行,做到送药到手、看服到口、咽下再走。

十四、开始治疗后病人应注意什么

1.树立正确的科学观点和信心:由于受传统观念影响认为肺结核是不治之症,特别是在农村地区,患肺结核便背上沉重的思想负担,甚至讳疾忌医,拒绝检查和治疗,采取不合作态度。这样做的结果是贻误治疗时机,失去治愈的机会。

2.遵从医嘱:严格按医生的要求进行服药。有人对肺结核掉以轻心,不遵从医嘱,不按疗程服药,不坚持完成全疗程治疗,过早停药,使病情时好时坏,不能彻底治疗,而变为久治不愈的慢性传染源。有人以为药量越大,病就会好得快,便自行加大剂量,结果产生毒性反应被迫停药,也有人害怕药物副作用而自行减少剂量,其结果是因药量不足而影响疗效。要熟悉用药方法,如抗结核药物要求一次顿服,以提高血液内的杀菌浓度;再如利福平需在早餐后1小时空腹服,否则会影响疗效。另外,若服药后产生不良反应,不要自行停药,要及时向医生反映。

染源。有人以为药量越大,病就会好得快,便自行加大剂量,结果产生毒性反应被迫停药,也有人害怕药物副作用而自行减少剂量,其结果是因药量不足而影响疗效。要熟悉用药方法,如抗结核药物要求一次顿服,以提高血液内的杀菌浓度;再如利福平需在早餐后1小时空腹服,否则会影响疗效。另外,若服药后产生不良反应,不要自行停药,要及时向医生反映。

3.坚持服药,定期复查:坚持服药,完成疗程是治愈肺结核的关键。同时,病人还应按要求定期复查,才能使医生掌握药物疗效、病变修复等情况。

4.病人家属应积极配合治疗:家属与病人接触最密切,也最了解病人,对病人的关心与理解都会产生积极的影响。对儿童、老年人或不识字者应帮助其服药、识药和保管药品,起到义务监督员的作用。

温馨提示:创建国家卫生城市健康教育宣传资料请在信阳市卫生网站健康教育栏目中下载。



沙特:

舞出完美人生

乐享精彩生活



沙特国际健身连锁集团联合美天下健身俱乐部、力美天下健身管理学院、力美天下健康管理中心、星河湾游泳馆、韩宇宫汗蒸馆、梵进门瑜伽馆、韵舞堂舞蹈馆、经武汇武道馆等八大高端主力品牌,携手COSMO国际管理学院、EPTC精英私教团队、西班牙BH器械、新媒体共同体、信阳电视台《挑战职场》、河南省总工会会员定点健身机构,打造以健身为主题、教育培训为补充,集休闲健身于一体,服务中高端人群、传播健康文化、在国内领先的全民、综合性健身场馆。

目前,沙特国际集团在我市已有城市

精英店和皇室公馆店(总店)投入运营,三店时代概念店正在装修中,预计今年7月将投入运营,四店中乐百花店、五店平桥店、六店南湾店正在筹备中,拥有员工200多人,会员过万人,是沙特国际“思远思变、共创共享”发展文化的创世纪力作。会所实行会员制,各专业场馆、服务设施会员尊贵专享,旨在为城市精英阶层、层峰人士强健体魄、完美形体、舒缓压力、养护心灵提供一个理想的场所和交流的平台。沙特恪守“感恩会员、感召同仁、感动本土、感知世界”的服务理念,倾心为关心自己健康、关爱全家幸福的您带来投资健康的新体验、心服务、星享受。

我们的职业:传播健康的信徒,分享健康的天使

我们的使命:引领1亿人赢得健康,享受生活

我们的文化:思远思变,共创共享

我们的理念:感恩会员,感召同仁,感动本土,感知世界

我们的团队:敢想的智慧者,敢拼的探路人,敢干的行动派

我们的愿景:十年努力,行业奇迹,百年经营,龙的传人

信阳沙特总店地址:信阳市人民路4号 联系电话:0376-3371111 联系人:晋晶 13673479996



直臂下拉



动感单车



坐姿夹胸



坐姿下拉

图片由本报见习记者 袁野 戴子翔 摄