

天气渐凉 “男题”得防



10月25日,在市工人文化宫院内,几位男士一边抽烟,一边打牌。

据我市相关医疗专家介绍,长期久坐,无节制地抽烟、酗酒等不良生活嗜好,是诱发男性前列腺炎、高血压、糖尿病等常见内分泌疾病的主要原因。因此,男性市民每天应进行适当的健身锻炼,养成良好的生活习惯,这样才能达到调节自身免疫功能、增强体质、延年益寿的目的。

本报记者 李英平 摄

近日,笔者在市区各大医院泌尿外科采访时发现,进入10月份以来,与男性健康有关的疾病如前列腺炎、前列腺增生等出现增多、加重趋势。许多男性患者因尿频、尿急、排尿困难等症状入院就医。明天是第十五个男性健康日,笔者就常见的男科疾病及如何预防等问题采访了我市相关专家。

10月21日上午,在解放军152医院泌尿外科,27岁的市民小李被诊断出患了前列腺炎。“我才20多岁,前列腺怎么就出现问题了?”平时身体一向很好的他对此十分不解。医生在询问病史时,得知小李经常加班,即使回家后还经常上网。“正是因为天气转冷和长期久坐才诱发了前列腺炎的发作。”科室主任吴国英说。

据悉,临床上好多年轻的前列腺炎患者总认为该病是中老年人的“专利”,以至于疾病来袭时,延误治疗,导致病情加重。实际上,目前随着社会的发展、男性生活压力的增大和人们生

活方式的改变,前列腺炎的年轻化趋势越来越明显。长时间骑车、驾车以及办公室一族,经常久坐使前列腺受压,血液循环产生障碍,都易罹患前列腺炎。

货车司机久坐少动 不慎患上慢性前列腺炎

当天下午,笔者在平煤神马医疗集团总医院泌尿外科门诊发现,前来该科检查前列腺的患者也增加了不少。“很大一部分都是常年跑车的司机。”该科主任李国庆告诉笔者。

今年42岁的患者张师傅便因长时间驾车久坐不幸患上了慢性前列腺炎。据了解,张师傅是一名货车司机,平时跑长途一开就是几个甚至十几个小时。本月初,他开始经常出现尿频、尿急、尿不尽等症状。“刚开始症状不是太明显,加上工作太忙,一直也没在意,没想到现在越来越严重了。”对于自己的疏忽大意,张师傅感到十分懊悔。

“长期久坐会对前列腺直接造成压迫而引起前列腺充血,前列腺液排泄不畅最终导致前列腺炎的发生。”李国庆告诉笔者。

“经常开车的朋友在驾驶途中最好经常变换姿势,多打

开车窗,让新鲜空气进来;路途不远时最好以步行为主,多喝水、多运动以保持良好的身体状态和精神状态。”李国庆特别提醒。

提高健康意识 谨防前列腺“多事之秋”

“男性疾病也能与季节沾上边?”好多被确诊为前列腺炎的患者对该病和季节有关感到疑惑。为此,吴国英解释说,秋季气温逐渐转冷,人们的交感神经遇冷会变得更加兴奋,前列腺平滑肌张力增加,从而出现排尿不畅症状,同时尿道内压升高,容易引起尿液回流的现象发生,最终诱发前列腺炎。

因此,吴国英建议广大男性,首先在饮食上应该多喝水,及时补充水分,防止因尿量减少而使尿液中的细菌数量增加;同时多吃新鲜水果、蔬菜,戒烟酒,忌辛辣食品。其次,要及时到专业医院进行健康检查如精液的健康程度等,做到提早预防、提早治疗。最后,在平时生活中要加强体育锻炼,闲暇时多做腹部、臀部和腿部的运动,从而使前列腺得到按摩,促进前列腺部位的血液循环和淋巴循环。

“沉默杀手”直逼老年群体 前列腺增生切记早治疗

“10年前诊断出的疾病,没想到10年后酿成苦果了。”10月21日下午,在平煤神马医疗集团总医院泌尿外科诊室,68岁的患者胡先生因糖尿病合并有冠心病而不直接受前列腺增生手术。对此,他感到十分懊悔。

据了解,他10年前被诊断出患有前列腺增生,但因排尿不畅症状并不明显而一直没有继续接受正规治疗。近一个月来,胡先生尿储留(膀胱内充满尿液而不能排出)的症状愈发严重,这才想到要来医院。

“胡先生入院后的心脏射血分数EF值为33%,而这一数值低于35%时,发生恶性心律失常而猝死的概率会大大提高,此时对他实施手术,会有生命危险。”李国庆说,胡先生错过了最佳治疗时机,以后只能靠带尿管来维持正常排尿。

“前列腺增生是一种老年常见病,从50岁开始,年龄越大,发病率越高。”李国庆提醒前列腺增生患者,一定要在身体状况良好的情况下及时到正规医院接受治疗,以防当出现心脏病、脑梗塞等疾病时,增加手术的难度和风险,进而耽误治疗。(下转D2版)

导读

老做噩梦 警惕心脏病

[D3]

1岁女童 乳房发育如少女 原是激素摄入过多所致

[D4]

第21届报社购车节11月6日开幕 鹰城首届遥控汽车挑战赛等你来参与

[D8]

选家电, 去家电特卖会

时间:11月6日至9日

地点:市体育村

[D8]

