

市计生科研所不孕不育诊治中心：

及时发现不孕的蛛丝马迹

□记者 牛瑛瑛

本报讯 30岁的李女士结婚3年了却一直没怀孕,眼看年龄越来越大,她四处求医,最终检查出是内分泌因素导致的不孕。经过专业医生精心治疗后,李女士目前已经有喜了。

“女性不孕有多种原因,大致可分为三大类:器质病变因素、免疫因素、内分泌因素,有时这三类或其中的两类原因可能并存。”近日,市计生科研所不孕不育诊治中心的王宏锋医生提醒道。

据悉,早期预防、诊断对治疗女性不孕症是很重要的。临床除少数女性是因为先生理缺陷引发不孕外,大多数不孕症是后天疾病引发的。后天的疾病因素都是能预防的,只要在青春期、在婚前婚后注意防护,做到关心、呵护生殖系统,及时发现不孕不育的蛛丝马迹,完全可降低不孕症的发病率。

王宏锋说,性经历过早者易患

不孕症;第二性征发育迟缓者易患不孕症;不注意经期保护者易患不孕症。若不注意经期卫生,可能发生阴道炎、宫颈炎、子宫内膜炎、附件炎、盆腔炎等,导致输卵管阻塞、通而不畅的可能性增加。另外及时发现内分泌方面的问题,如月经稀发、闭经、痛经、月经不止,应及时就诊。月经来潮过晚,往往提示生殖系统发育出现问题;月经来潮后又停止,往往说明内分泌出现异常;如果出现严重痛经,可能存在于子宫发育、子宫内膜异位等问题;月经稀发甚至闭经,同时有肥胖、多毛等症状,很可能患了多囊卵巢综合征。

“身体过瘦或过胖也易患不孕症。有的少女月经初潮时间较晚,身体瘦弱,16岁之后来潮,月经量少、色淡、质稀,或者是节食、减肥的女性易患不孕症;而过于肥胖的女性,婚后长时间不孕,要先排除肥胖性生殖无能综合征、多囊卵巢综合征等。”王宏锋特别提醒。

男人要想不伤精 最好少吃“烤腰子”



健康的精子是孕育新生命的基础,虽说男性体内精子数量惊人,但却很容易受到伤害,一些不良饮食习惯就是其中一个因素。为了保证精子质量和数量,以下一些食物男性最好少吃。

芹菜。国外研究发现,男性青壮年连续多日吃一定量的芹菜后,精子量明显减少,在停食芹菜后4个月才会逐渐恢复正常。因为芹菜会抑制睾酮的生成,从而减少精子数量。

豆腐。美国哈佛大学公共卫生学院的一项研究发现,如果每天都食用大豆制品,会让男性的精子数量明显下降。因为大豆制品中含有丰富的异黄酮类植物雌激素,若摄入过多,会影响到男性体内雄

性激素的水平。

奶茶。目前市面的珍珠奶茶多是用奶精、色素、香精和木薯粉及自来水制成的。而奶精的主要成分氢化植物油,是一种反式脂肪酸,它会减少男性荷尔蒙的分泌,对精子的活性产生负面影响。

炸鸡。烧烤和油炸的淀粉类食物中含有致癌物丙烯酰胺,可导致男性少精、弱精。

腰子。很多男性喜欢吃“烤腰子”,认为吃啥补啥,但动物内脏里面均有不同含量的重金属属,这种金属会伤害精子。

棉籽油。食用棉籽油可使细胞受损,睾丸间质纤维化,血管增厚及发生睾丸自身免疫疾病等。(盛时)

市中医院脾胃肝胆病(肿瘤)科专家提醒：中西医结合可提高肿瘤疗效

□实习生 李莹 记者 牛瑛瑛

本报讯 家住市区的周先生是一位肝癌患者,上个月进行肝癌手术后,出现了体弱乏力、腹泻、恶心等症状。为了缓解术后不适,周先生多方治疗但收效甚微。一个偶然的机会,他的家人听说可以用中医调理的方法进行缓解,周先生于是抱着试一试的态度来到市中医院脾胃肝胆病(肿瘤)科找到科室副主任王晓聪。

经过全面检查、分析患者的病情后,王晓聪采用中医内服外治的综合治疗法为其进行治疗。如今,周先生的症状已得到缓解,舌脉正常,精神也较手术后改善很多。

据王晓聪介绍,很多癌症患者在化疗和放疗后身体都会出现一些反应,例如感到无力、身体虚弱、消化功能减退、睡眠障碍及骨髓抑制等,很难进行接下来的治疗。此时,患者就可以通过中医治疗,使原来的症状得到一定的缓解。从临床实践效果来看,很多患者受益于此。经过一段时间的调理后,很多患者由原来完全吃不下东西到食欲增强、进食量增加,逐

渐恢复体力,骨髓抑制等毒副反应得到缓解,得以顺利对接接下来的化疗。

王晓聪提到,很多人在肿瘤治疗方法上,首先想到的是手术放疗化疗,似乎是到西医无法正常干预时,才需要中医做所谓“安慰剂”的治疗。事实上,近年来,肿瘤的中西医结合治疗不但是国内肿瘤专家所采取的治疗方法,而且逐渐得到了国际上广大学者和患者的接受和认可。中西医结合是中国的特色,随着现代科学技术的高度融合,多学科一体化的交叉渗透,生命科学技术与中医药的紧密结合,肿瘤的中西医结合防治也会有更大的收获和突破。

“从目前的诊疗环境来讲,在整个肿瘤治疗过程中,西医仍然是主导,而且中西医结合疗效评价的标准目前急需统一制定。但我们发现,以往采用的是西医肿瘤瘤体变化的客观疗效评价指标,但目前人们越来越注重患者的生存时间和生存质量,而不能仅依肿物大小评价治疗肿瘤疗效。特别是中医药治疗往往是调节患者内在体质,作用是综合的、多因素的。”王晓聪解释说,对于中医在肿瘤的治疗过程

中何时参与进来,大多数人选择在“无药可治”的前提下,这也是不科学的。必须强调的是,中医治疗并不一定局限在癌症的晚期,中医治疗可在癌症治疗的全过程发挥作用,并且在各个阶段有不同的效果和目的。比如,有些术后的癌症病人,术后伤及气血,故常予以益气固本中药,使患者手术造成的损伤早日康复,利于接受其他治疗;通过中药扶正治疗,减少复发,防止转移,延长生存时间,改善机体免疫功能。

据了解,市中医院脾胃肝胆病(肿瘤)科是医院重点专科,是对消化系统疾病、肿瘤等病症进行中医、中西医结合治疗,教学、科研一体化的综合性专业科室。科室设备齐全、人才梯队合理、技术力量雄厚,在监测病情、控制复发、预防并发症方面形成了一整套有效的治疗方案。科室不断发掘中医传统治疗方法,应用于临床,如针灸、拔罐、水针、穴位埋线、硬膏贴敷、中药灌肠等20余种治疗措施,对危急重症,配合现代医学的治疗手段,取得了显著的临床疗效,受到了广大患者及家属的好评。

新华区人民医院疼痛一科主任医师孙晓飞提醒：

得了膝骨性关节炎 不一定都得换关节

□实习生 李莹 记者 牛瑛瑛

本报讯 刘女士今年50多岁,自去年以来,她就出现了关节疼痛的症状,上个月疼痛愈加厉害,使活动受限。在市区某大医院住院后,医生建议她进行膝关节置换手术。考虑到自己的年纪不算太大,她对手术一直很犹豫。

近日,她来到新华区人民医院疼痛一科进行相关的检查,科室主任医师孙晓飞了解她的意愿后,经系统检查和评估后告诉她,只要进行关节抽液、灌洗、注药以及相关的臭氧治疗,她的症状就可以得到缓解。目前,经过系统治疗和康复训练,刘女士恢复得很好,基本生活已经回到原来水平。

孙晓飞介绍,膝骨性关节炎是一种以关节软骨变性破坏及骨质增生为特征的老年常见多发疾病。近年来,该病的发病率逐年增高,60岁以上的老人有70%患有此病。该病作为一种退变性疾病,有一个阶梯化的治疗方案。较轻的、初发的病症经口

服药物、适当理疗能得到明显的缓解症状、改善功能的目的,并能延缓疾病的发展。而症状较重、病程较长的患者则需要一个系统合理的治疗方案,如:关节弹响较重、摩擦感较强的患者需要在关节注射玻璃酸钠治疗;关节积液、炎性反应较重的则需要抽液及行消炎止痛作用为主的神经阻滞治疗;关节反复积液,经注射效果不佳的需要关节腔冲洗、灌注治疗或者关节表面置换治疗。一般情况下,需要手术置换治疗的比例较低,所以对大多数病人来说,系统规范化的治疗就能减轻关节疼痛,提高患者活动能力,改善生活质量。

从事膝骨性关节炎疾病防治工作近10年的孙晓飞2005年毕业于新乡医学院临床医学专业,曾在河南省人民医院进行关节脊柱类疾病诊疗的系统学习,对于相关疾病有着深厚的探究功底。孙晓飞说,膝骨性关节炎是一种渐进性疾病,它的发生与多种因素有关,如年龄、性别、职业、体质等。而重体力劳动、上下楼(坡)活动较多、受凉等都可

能加重病情。在进行阶梯化治疗阶段需要规范的评估。不少病人在一些医院被要求进行膝关节表面置换手术,而他们医院进行详细检查和认真评估后,发现关节退变在第I、II期的病人,多是因劳损或者受凉后出现炎性反应导致症状加重的,医院给予系统治疗后,不少患者症状缓解、功能恢复。这样一来,能够帮助患者减少痛苦、节约费用。

孙晓飞说:“俗话说,人老先老腿,而运动功能的退化,不单会带来生活上的不便,而且会给老年人慢性疾病的控制和治疗带来一定的影响。患者在生活中应该注意:保暖防寒,夏天最好不要被雨淋,冬天外出带护膝;尽量在平地上行走,少爬山或不爬山,不得不下楼梯时,最好用手扶着栏杆,以减少压力;注意走路和劳动姿势,避免长时间下蹲、久站,不要拖着腿走路和劳动;肥胖者应减肥;饮食方面应多吃含蛋白质、钙质、胶原蛋白多的食物,如牛奶、奶制品、黑木耳、鱼虾、牛蹄筋等。”

艾馨养生馆 (艾草堂) 灸

知艾者福 善灸者寿 女人越灸越美丽 男人越灸越健康

我艾我健康

颈肩、头部问题 体验价 30元

腰背、腿疼痛 失眠、畏寒、月子病等

地址: 鹰城世贸B座13楼48号 电话: 2996777 3709968

所舍均为国家5A级景区,住三星宾馆标间,含2早2正高标餐,纯玩无自费加点

“八百里清江美如画,三百里画廊在长阳”

船游清江画廊+三峡大坝三日游

9月18日(周五)晚八点发,周日晚九点左右抵平! 原价:498元 特价:368元

《西游记》拍摄地 览胜峻奇山 寻梦东土西天

渣呀山+天磨湖一日 158元

9月3、4、5日天天发

凤凰古城、桃花源 汽卧四日 568元 9月2日下午发

船进三峡人家 三峡大坝三日 538元 9月2日晚八点发

风光电话: 2888800 2888811 13903750515 许可证号: L-HEN04020

地址: 建设路中段原平顶山饭店东侧路南戴梦得三楼 微信公众号: fg2888800