

市计生科研所不孕不育诊治中心:

# 保持良好心态 规避治疗误区

□记者 牛瑛瑛

本报讯 35岁的李女士已经在治疗不孕的路上走了4年。几年来,为了能早日怀上宝宝她四处求医,钱没少花却始终没有结果。几天前,无奈之下她走进了市计生科研所不孕不育诊治中心。

“不孕不育症的发病率在逐年递增。对于不孕不育症患者来说,治疗道路充满艰辛,许多人甚至倾尽家财仍不见效,究其原因主要是在治疗上存在误区。”市计生科研所不孕不育诊治中心医生张迎春的一番话让她看到了希望。

据了解,没有孩子的夫妻,由于要求解决生育问题的心情迫

切,多数人处在头脑不清醒的混乱状态,往往求神问卦或盲目求医,到处购买所谓的“灵丹妙药”。患者的这种心情是可以理解的,但是这种做法不值得提倡,最终的结果很可能是人财两空,还可能错过最佳治疗时机,只有针对病因进行积极治疗才能取得良好效果。所以在决定不孕不育症治疗方案之前,应该先明确不育是绝对不育还是相对不育(生育力低下,还有生育可能),夫妻双方是否同时有不育因素存在。

据悉,男性不育的因素很多,每个患者的情况存在很大差异,且往往不易察觉。因此除了少部分人可能存在相对明显的病因外,多数患者并无明确病因,但这

并不等于没有办法,仍可通过药物治疗来提高生育能力。对于那些经过反复检查和治疗,最终被认为确实没有治疗价值的患者,例如卵巢功能衰竭、无子宫、高促性腺激素性的小睾丸症、明确具有影响生育能力的染色体异常等,一定要冷静地分析病情,勇敢地面对现实,在医生指导下,根据夫妇双方的具体病情,选择供卵、人工授精或领养子女等其他办法解决生育问题。

“对于患了不育症的夫妇,双方一定不要互相指责,互相责怪只会增加患病一方的心理压力。所以,不孕不育夫妇一定要保持良好的心理状态。”张迎春特别提醒说。



四季交替,万物随之改变,性生活作为一种生命活动,也应随着季节做出调整。秋季天气渐凉,性爱方面要做出哪些改变?北京中医药大学东直门医院男科主任李海松告诉记者,以下是秋季性爱可能遇到的问题和注意事项,不妨作为参考。

## 秋季提不起性趣咋办

### 气温下降影响敏感度

温度降低会使血流变缓,影响皮肤对外界刺激的敏感度,尤其对女性影响更大。

加上天冷衣服增多,伴侣间皮肤接触减少,可能让爱抚、拥抱、亲吻等性刺激变得没以前“起效”。

### 调整方法

爱爱前洗个热水澡有助恢复体温,增加敏感度。此外,建议增加前戏时间,夫妻间可以相互按摩,既能消除“秋乏”,又能帮助热身。

### 天气干燥引发阴道干涩

中医认为,秋天“燥邪当令”,此时空气干燥,容易造成体内津液大量耗伤,表现在性生活方面,就是容易受到阴道干涩的困扰。

尤其在女性月经前、妊娠、哺乳等生理期,阴道干涩问题更加突出。它不仅影响行房的情绪和欢愉,还可能造成疼痛和损伤。

### 调整方法

床头备瓶润滑剂,以防不时之需。丈夫要充分调动、激发女性的情绪,因为情致低落会进一步减少阴道分泌物。补充B族维生素,多吃蔬果,也能起到缓解作用。

### 前列腺容易“感冒”

秋天昼夜温差较大,容易受凉,这会影响到前列腺功能。

临床上,秋天是前列腺疾病的高发季节,因为寒冷会增加交感神经的兴奋度,使前列腺腺体收缩,腺管和血管扩张,造成慢性充血,加重前列腺液的淤积,导致前列腺疾病发作,或者使原有前列腺疾病症状加重,表现为尿频、尿急、排尿不尽,并有小腹、会阴部酸胀不适等症状。

### 调整方法

男性爱爱要量力而行,注意保暖,适时增减衣物。爱爱时衣服要“晚脱早穿”,爱爱前可以穿着衣服享受前戏,爱爱后要及及时盖薄被子。

### 缺乏性欲,同房次数减少

性冷淡是秋季最容易出现的性问题,因为秋季人们性欲降低,爱爱频率随之减少,如果调整不当,可能引发夫妻矛盾。

### 调整方法

秋天爱爱次数不能与春夏相比,要学会收敛和控制欲望,每月的次数应减少1-2次。《黄帝内经》中还建议,秋季应“早卧早起”,保存阳气。(盛时)



## 脚后跟鞋底明显磨损? 肾脏可能有毛病!

从脚的各个部位可以看出男人、女人的健康状况。

### 脚趾

由于小趾为足少阴肾经的起源,因此足小趾粗大厚实者肾气多盛;足小趾细小皮薄者肾气多衰。

### 趾甲

健康人的趾甲:白色的半月形占趾甲长度的1/5,颜色粉红,如樱花瓣。

指甲颜色苍白,缺乏血色,多见于营养不良,贫血患者;此外

如果指甲突然变白,则常见失血、休克等急症。

如果趾甲有纵行条纹,则表示处于极度疲劳的状态,身体机能低下。

拇指的趾甲向上翘起的人,眼睛容易疲劳,或有近视、散光等。

如果5个趾甲都翘起,那可能是承受着相当的精神压力。

### 脚掌纹

再翻看脚掌纹,如果纹路非常明显,可能精神较为忧郁;

拇指腹侧皮肤有网状粗纹,且有针孔状损害的女性,可能会有性腺内分泌失调的各种症状,如月经失调、性欲减退等。

### 脚趾用力不均

走路时,脚掌、脚趾用力不均匀,也有其特定的含义。例如鞋底拇指侧磨得明显变薄,这种人可能易患肝病;小趾侧鞋底磨损较明显者,可能心脏有病;脚后跟鞋底明显磨损者,暗示肾脏有毛病。

(新华)

## 治疼重于“止疼” 膝关节增生性关节炎 可试试“五步疗法”

□记者 牛瑛瑛

本报讯 市民刘女士患膝关节炎多年,其间没有间断治疗,但疼痛始终没有止住。一年前,她在伟和疼痛门诊(湛河窦小伟外科诊所)采用“五步疗法”治疗后一直没有复发。

据介绍,伟和疼痛门诊医生窦小伟经过多年临床实践,积累了治疗膝关节增生性关节炎的丰富经验。膝关节增生性关节炎的症状是膝关节疼痛、肿胀、活动受限、屈伸及夜间疼痛,骨质增生、关节变形、下蹲及上下楼时疼痛等。针对这些病症,窦小伟整理

出了“五步疗法”,具体为中药内服外用(活血化瘀、疏通气血、消除水肿及炎症,滋补肝肾、强筋壮骨,控制骨质增生的发展);激光理疗配合穴位注射治疗(疏通浅层软组织粘连、减轻疼痛、逐渐恢复膝关节活动);针刀治疗(松懈局限性深部损伤引发的软组织粘连,进一步恢复功能,减轻关节僵硬及疼痛);施沛特关节腔内注射(将药液均匀涂于软骨表面,滋养软骨,使其活动度更高);康复治疗(在小剂量服药的同时,配合适当的功能锻炼,增强关节周围软组织的弹性和力量)。患者可拨打18937550259咨询预约。

# 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

艾 颈肩、头部问题 体验价  
艾 腰背、腿疼痛  
艾 妇科脾胃不好  
艾 失眠、畏寒、月子病等

## 30元

地址: 鹰城世贸B座13楼48号 电话: 2996777 3709968

# 平顶山博爱妇产医院

港式医院、平价医院 新农合、医保定点医院

平顶山博爱妇产医院是以女性为主要服务对象,集妇科、产科特色诊疗,女性心理、生理保健于一体的现代化专业女性全科医院,全程引进香港管理模式,秉承“质优、价廉、温馨、快捷”的医疗理念与管理模式,致力于为平顶山广大女性朋友提供高品质低收费的医疗服务。

咨询电话: 8861111  
地址: 建设路与新华路交叉口东50米路北

# 邵一摸

看腰椎间盘突出症,坐骨神经疼,颈肩腰腿疼引起的酸麻胀困疼,新华路中段找邵一摸,优惠活动进行中……

咨询热线: 13071764113  
地址: 市新华路与湛北路交叉口北20米新华路邵一摸疼痛专科