

市计生科研所不孕不育诊治中心： 过瘦或过胖易患不孕症

□记者 牛瑛瑛

本报讯 30岁的李女士结婚3年却一直未孕,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,目前已经有喜了。

“女性不孕有多种原因,大致可分三大类: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

中心的王宏锋医生这样分析女性不孕的原因。

早期预防、诊断和治疗女性不孕症是很重要的。临床除少数女性是因为先天生理缺陷导致不孕外,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、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,发生输卵管阻塞、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、月经不止时应就诊。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,可能存在子宫发育、子宫内膜异位症等问题;月经稀发甚至闭经,另外有肥胖、多毛等,很可能是多囊卵巢综合征。

“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,月经16岁之后来潮,月经量少、色淡、质稀,其患不孕症的概率就高;而过于肥胖的女性,婚后长时间不怀孕,要排除肥胖性生殖无能综合征、多囊卵巢综合征等疾病的可能。”王宏锋特别提醒。

结核病防治专栏

肺结核病人 饮食应注意什么?

结核病是由结核杆菌引起的慢性传染病,治疗要从整体出发,在使用抗结核药物的同时必须增加肌体抵抗力。加强营养可以为病人补充足够的热能和营养素,满足结核病灶修复的需要,增强肌体抵抗力。

结核病是慢性消耗性疾病,热能需要超过正常人,因此,要给予高蛋白、高维生素、高热量食物。

给予高蛋白食物,是因为病人蛋白质消耗多,且蛋白质是修补组织的重要营养素,有益于病灶愈合。所以,结核病人每日蛋白质摄入量应为每公斤体重1.2克至1.5克,每天的总进量为80克至100克,其中优质蛋白质如肉、禽、水产品、蛋、乳及豆制品应占总蛋白质摄入量的50%以上。

高维生素应重点补充维生素A、维生素B、维生素C和维生素D。维生素A能增强机体免疫力,维生素D能促进钙吸收,维生素C有利于病灶愈合和血红蛋白合成,B族维生素有改善饮食的作用,其中维生素B₆可对抗由于使用异烟肼治疗而引起的副作用。新鲜蔬菜水果是维生素的主要来源,此外,乳、蛋等食品含维生素A丰富,酵母、花生、豆类、瘦肉等富含维生素B₆。

结核病人禁止吸烟和饮酒。近年来的研究证明,吸烟会使抗结核药物的血浓度降低,对治疗肺结核不利,并增加支气管痰液的分泌,使咳嗽加剧、结核病灶扩散,加重潮热、咯血、盗汗等症状。饮酒会加大抗结核药物对肝脏的毒性作用,导致药物性肝炎,又能促使机体血管扩张,容易产生咯血症状。

此外,结核病人膳食中还应特别注意钙和铁的补充。钙是结核病灶钙化的原料,牛奶中所含的钙量多、质优,病人每日应饮奶250克至500克。铁是制造血红蛋白的必备原料,咯血、便血者更要注意补充。

(市第三人民医院 韦旭)

市中医院冬病夏治开始贴敷预约

□记者 魏应钦

本报讯 记者昨日从市中医院了解到,该院今年的冬病夏治预约时间有所调整,6月20日开始贴敷预约。该院提醒市民,为避免贴敷高峰,市民朋友可提前到相关科室进行预约。

据了解,今年,该院冬病夏治仍分成成人组和儿童组。其中,成人组专家小组由市中医院治未病健康体检中心的董子强、李金祥、李宏军等我市知名中医专家组成,儿童组专家小组由李兴勇、胡香玉、李君等该院知名儿科专家组成。贴敷预约分为现场预约和电话预约。成人组可在市中医院门诊楼一楼大厅导诊处或拨打电话0375-2972648预约,儿童组可在门诊楼三楼儿科门诊预约。

据省中医药学会中医治未病专业委员会常务委员、市中医院治未病健康体检中心主任、主任医师李金祥介绍,冬病夏治主要

适应以下病症:呼吸系统疾病(哮喘、慢性支气管炎、过敏性鼻炎、慢性鼻炎、咽炎、体虚易感冒),消化系统疾病(慢性虚寒性肠胃疾病、慢性肠炎、胃痛),男性阳痿、早泄,女性痛经、月经不调等虚寒性疾病,风湿类疾病(各种颈、肩、腰腿痛等),小儿厌食、尿床、慢性支气管炎、哮喘等。

冬病夏治能提高患者的机体免疫能力,增强体质,但要注意以下事项:把握好治疗的时机,三伏天每伏的头两天是最佳治疗时间;治疗过程中有水泡、色素沉淀、局部瘙痒是正常反应,水泡不要自行挑破,以防感染;为了增加抗病能力,从而达到防治疾病的目的,要坚持长期贴敷,以3年为宜。

另外,值得注意的是,冬病夏治贴敷治疗有以下禁忌:肺炎、感染性疾病发热期;对贴敷药物极度敏感、接触性皮炎患者;贴敷穴位有溃疡者;妊娠期女性;重度糖尿病患者。

两性课堂



资料图片

夫妻间的四大黄金比例

身材有黄金比例,婚姻也一样,身高、年龄,甚至月薪之间的差异,都可能成为影响两人相处的因素。以下一些研究得出的黄金比例虽非人人适用,但人们不妨做个参考。

12厘米高度差

这是男女最佳身高差,无论牵手、拥抱、接吻,都是最和谐的差度。男生太矮,女孩会觉得平淡,太高又难以企及。

点评:大多数女生有比较强的被保护欲,希望男伴侣比自己高,这样比较有安全感。而实际上,男性普遍比女性高,但如果高出10厘米以上,则视觉效果比较明显,女生的娇小和男生的强大可以彰显出来。这种差距可以使双方的性别角色更加鲜明,即男人更像男人,女人更像女人。当然,过犹不及,太高了就不实用了。12厘米这个数字仅仅是代表了众多夫妻身高差的一个理想值,代表了大多数女性需要被呵护的一种愿望。

3岁年龄差

女性比男性早熟,两个人要和平相处,心理年龄要相似,当女生还上大学时,男生已经开始工作;等到女生毕业,男生已经相当稳定,成家顺理成章。

点评:女孩在智力和情绪的发育方面比男孩确实要早上两

三年,两三年的差距,基本保证了男女在心理成熟度上的匹配。但也未必尽然,在青少年时期,女性的心理发育比男性提前,但到了二三十岁的时候,男女生的心理年龄基本上并驾齐驱,不分伯仲。男生比女生大点,倒可以让女生找到依赖男生的理由,也让男生萌生爱护女生的责任感。

1.5倍月薪差

有调查显示,丈夫的薪酬是妻子的1.5倍时,这个家庭更能运转自如。

点评:如今,男女对家庭都有经济贡献,但受传统“男主外、女主内”观点的影响,男人的经济责任似乎应该更大一些。妻子对丈夫有经济上的期盼,但也不愿给丈夫太大的心理压力。“1.5倍”,不多不少,恰到好处,既顾及男人的能力和面子,也满足了女人的安全感。当然,这个数字也是一个理想值。在男人能力允许的情况下,女人更愿意这个比例能够更高一点。

留出半勺糖的隐私差

爱得来不易,要留一点空隙,彼此才能呼吸。

点评:夫妻关系虽然亲密,但也要“有间”。这样,既保持自我的独立,也可以保持对爱人的欣赏。(新华)

市中医院明日举办糖尿病足 筛查与管理讲座

□记者 魏应钦

本报讯 由中国微循环学会周围血管专业委员会发起、市中医院主持的“糖尿病足筛查走基层”活动业已在我市展开,明日下午3点,糖尿病足筛查与管理讲座暨平顶山站专家公益讲师团启动仪式将在市中医院举办,届时,我市多家医院多学科专家将共同为大家奉献一场综合性的学术盛宴。

据本次活动的总负责人、市中医院周围血管科主任马立人介绍,糖尿病足是糖尿病后期的严重并发症之一,轻则下肢麻木发凉、足部溃烂;重则足趾脱落、足部坏死,甚至危及生命,是许多家庭“因病致贫”“因病返贫”的重要原因。随着糖尿病患者急剧增多,尤其是早期的糖尿病患者,就诊意识差,血糖控制差,更容易出现糖尿病并发症,从而造成严重的后果。近两年,糖尿病足的诊

疗正日趋规范,多学科协作、多种诊疗方案相结合的综合诊疗模式得到广大医务工作者的认同。

本次活动得到我市糖尿病足领域各位专家的大力支持,并组成公益性质的专家讲师团队,旨在通过系列讲座宣传糖尿病足的相关知识,提高临床医务工作者及人民群众对糖尿病足的认知水平,做到“预防为主,防治结合”,有效降低截肢悲剧的发生率。

马立人表示,为切实使群众受益,自6月1日起,市中医院已启动“筛查糖尿病足”活动,通过问卷普查、血管专业体检、专科设备评估等,有效预判糖尿病足的危害级别,做到早预防、早发现、早治疗、早获益,活动截至6月20日,并且每天提供10名名额免费进行筛查,具体情况可拨打 电话 2972698、2972697 或 13781885010咨询。

河南质量工程职业学院优秀毕业生展示



孟庆源,男,2006年毕业于河南质量工程职业学院食品化工系食品营养与检测专业。在校期间,曾担任晨曦文学社社长,负责校报、校刊的发行,获优秀班干、优秀团干等荣誉称号。2011年任鲁山县食品药品监督管理局办公室副主任。



钱国行,男,2008年毕业于河南质量工程职业学院经济管理系工商管理专业。在校期间,积极参加社会实践活动,提升自身综合素质,为以后的创业积累经验。现在浙江开办了隆福翡翠行,并在深圳开了多家连锁店,公司固定资产500多万元。

招生咨询电话:0375-3397111、0375-3397555



晚报微健康

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