

市计生科研所不孕不育诊治中心： 不孕不育夫妇应保持良好心态

□记者 牛瑛瑛

本报讯 “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。”日前，计生科研所不孕不育诊治中心医生张迎春说。

据悉，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，但是这种做法是不值得提倡的，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，应该先明确其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，且往往不宜察觉。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，病因不明并不等于没有办法，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，一定要冷静分析病情，勇敢面对现实，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，不育夫妇一定要保持良好的心理状态。”张迎春特别提醒。

胃肠患者有福啦 三梭医院引进新技术 并邀专家坐诊

□记者 牛瑛瑛

本报讯 为方便患者检查就医，近日，平顶山市三梭医院引进查胃新技术，并请专家坐诊。为确保检查质量，每天仅限10人，胃病患者可提前预约。

据介绍，三梭医院引进的查胃新技术是CTX查胃不插管，明日起，该技术在三梭医院启用，检查费仅需80元。据了解，备受关注的CTX查胃技术的应用使该院查胃技术跨入胃镜后时代，胃幽门螺杆菌检测新方法同时启用。CTX查胃以超清晰影像实施体外造影，不插管、无痛苦，可对肝、胆、脾、胰、肾等部位器官同时检查。专家根据确诊结果对症下药，免除了胃镜检查给患者带来的痛苦。该技术对慢性胃炎、胃溃疡及十二指肠溃疡、结肠炎等有极高的诊断价值，为临床医生对症治疗提供捷径。与此同时，市三梭医院特邀胃肠病专家坐诊，为患者提供高质量的诊断服务。

预约热线：2282727

活动截止时间：11月30日

地址：平顶山市公园北街南段(市青少年宫对面)

中建二局医院皮肤科： 找准病因 对症治疗白癜风

□记者 牛瑛瑛

本报讯 自从患上白癜风后，30岁的小闫一直烦恼不已。不久前，听说中建二局医院皮肤科的308准分子激光是治疗白癜风不错的选择，便前去接受治疗，几天后病情有所好转。

据介绍，白癜风是一种常见的后天性局限性或泛发性皮肤色素脱失病，由于皮肤的黑色素细胞功能消失引起。该病在全身各部位都可发生，常见于指背、腕、前臂、颜面、颈项等，青年妇女居多。白癜风应找准病因对症治疗，治疗期间要保持良好的精神状态，心气平和，减少忧虑，注意劳逸结合，养成良好的生活习惯，加强体质锻炼。

据了解，308准分子激光是皮肤科领域的新产品。为让更多银屑病和白癜风患者早日走向康复，中建二局医院特引进308准分子激光治疗仪，为白癜风、银屑病患者带来了福音。其治疗便捷，随治随走，愈后不易复发等优点受到不少好评。咨询电话：13353756193。

两性课堂

爱人压力大，五步帮助TA

当今社会压力无处不在，工作、生活消费、育儿、情感等多方面常压得人喘不过气来。当另一半遭遇重大变故，如丢掉工作、患重病、心情压抑时，你该如何帮对方缓解压力，守住婚姻？不妨按照以下五步来做。

1. 倾听： 助其减压的第一步

人在压力大时，常常不需要别人“好意相劝”或者给出那样那样的建议，只需有人平静地、不加评论地倾听。关注并倾听是帮助爱人度过困难时刻的有力手段。

要做到积极聆听，自己先得平静下来。深呼吸，然后排除干扰，关闭手机和电视，集中注意力；伴侣倾诉时，不要插话，只是安静地听；遇到需要回应的部分，问话要得体，比如“为什么”“那是什么感觉”，或者重复对方的困惑所在，让对方知道，你真正懂得他的难处并时刻准备着伸出援手，而且，你的确如此。

2. 细察： 找到对方的压力根源

仔细观察爱人的生活，找到其压力来源。比如，饮食是否健康，睡眠质量如何，身体状况怎样，最近是否有特殊癖好？找到压力源后，可以婉转善意地指出哪些方面不用特别担心，帮爱人卸下思想包袱，轻装前行。

3. 鼓励： 补充前行动力，能增强对方的意志力

每个人都有足够的潜能战胜困难，尽管有时会经历失败，但鼓励对方积极面对挑战，是跨越难关的重要一步。

4. 帮助： 会反思才能进步

多数人都会为自己的错误找借口或试图掩饰，希望没人能发现。但只有承认错误、积极改进、振奋精神，才会让大脑“升级”，并拥有更高水平的学习和思维能力。不费力地做事，无法带给人成长和真正的进步。只有从困难中重新站起来再次努力，才会使我们增加才智、拥有幸福感和成就感。帮助对方以动态、发展的眼光看问题，而不是局限于当下的困境不能自拔。

5. 给予： 储备爱的“存款”

就如同银行有存款，急用钱时心里不慌一样，爱和支持，也需要有“存款”，一旦一方陷入危机时，“存款准备金”就会派上用场，让精神世界不至于“破产”。平时，请积极储备爱的“存款”：帮爱人照顾孩子，让对方有放松和休息的机会；对对方的工作给予支持；家务活合理分配，不要让一方累到崩溃；有机会过二人世界，说说情话或者了解对方最近的心理状态。

总之，保持与伴侣的心灵沟通，互助互爱，精神压力就不足以冲垮一个人，只会将爱情和婚姻的“河床”越推越高。(李悦康)



资料图片

幸福伴侣常做五件事

常言道，幸福的婚姻都是相似的，不幸的婚姻各有各的不同。的确，幸福夫妻在维护美满的婚姻生活时，总有些相似的相处方式。《生命时报》近日对此进行总结，供大家参考。

和伴侣讲实话。不刻意隐瞒，是夫妻间信任的基础。在重大问题上，如家庭财务、与异性接触等方面能够坦诚与伴侣沟通。当然，这并不意味着你要事无巨细地描述每一个细节，而是在彼此都认为重要的事情上能够坦诚。

有共处时间。所谓共处时间，

不是那种两个人待在一起，却在各自看手机、忙工作或者看孩子，而是可以排除各种干扰，哪怕只有很短的时间在一起，聊天、散步、安静地依偎在一起，都能够加固感情，让彼此更亲密。当然，如果这种亲密方式以性爱结束就更好了。

不惧怕独处。两个人都能独立于另一个人做事，与双方保持亲密同样重要。就如同与伴侣的心保持连接一样，我们也需要时间与自己的内心沟通对话。保有自我意识，不把全部幸福依赖于对方的付出，才会真正懂得如何

获得幸福。

善待彼此。越是亲密的人，越容易伤害彼此。在两性关系里，夫妻间的彼此伤害，杀伤力最大。相处的一个建议是，当伴侣出言不逊时，首先应考虑对方是否是故意的，还是无意识地粗声粗语。另一个建议就是公平吵架，就事论事，不要因为赌气就搬出去住，或者用对方几年前的错事当吵赢的筹码，这样只会破坏夫妻关系。

夫妻间也要感恩。常说“我爱你”的确会为夫妻关系加分，但

这仍与感恩有所不同。懂得感恩，尤其在老夫老妻中，会更显诚意。及时对伴侣做出的有益于家庭的一切事情表达感激之情非常必要。例如，他帮忙收拾家务，把厨房收拾得干干净净，交了水电费等时，要及时表达感激，说声“谢谢”或“辛苦了”。

注意，即使另一半做得不尽如人意或者没有达到你的标准，也不要第一句话就挑毛病，这样只会打消伴侣的积极性。把感恩当成日常习惯，婚姻的面貌就会大不同。(胜时)

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、产科特色诊疗和女性心理、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