

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

# 小心，这些基础病可引发男性不育

□记者 牛瑛瑛

本报讯“沙眼还能引发男性不育？”很多市民对于这样的结论都感到惊讶。近日，市计生科研所不孕不育诊治中心男科医生段国铭解释说，沙眼衣原体感染会引起男性尿道炎、输精管炎和附睾炎以及功能障碍，输精管炎症直接导致精子活动力减弱，进而引发不育。

据悉，除了沙眼衣原体感染，

还有以下4种基础病能引发男性不育：(1)隐睾症，睾丸位置异常或没有降至阴囊都称为隐睾症。人们通常认为，只有双侧隐睾才会影响生育，但近年发现，单侧隐睾的不育率约占67%以上。尽管从道理上讲，单侧睾丸完全可代偿两个睾丸的作用，但实际上单侧隐睾由于受温度的不良影响，相应产生抗精子的某种抗体，从而使对侧正常睾丸失去制造精子的作用，造成不育。(2)支原体

感染，比如腮腺炎病毒、淋球菌、大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、白色葡萄球菌感染以及介于病毒和病菌之间的支原体感染等。一般情况下，男性携带支原体不会引发病症，但会出现尿频、尿急和脓性分泌物等急性症状，产生慢性感染会导致不育。(3)腮腺炎后遗症，流行性腮腺炎病毒侵犯睾丸时，可引起睾丸炎，其表现为睾丸肿胀和疼痛，伴有发热、寒战、恶心、呕吐等全身性症状。如果

双侧睾丸都被这种病毒破坏的话，就会引发终生不育。(4)精索静脉曲张，该病造成精索内静脉压力增高，形成盘状扩张，使该静脉血液回流受阻，导致睾丸营养和供氧不足，内分泌功能紊乱，睾丸酮水平下降，从而抑制精子生成。

段国铭同时提醒，阴囊炎、慢性前列腺炎、各类精子不良症等都会引发男性不育症，男性朋友一定要警惕。

## 尿频、尿急、尿失禁 天光下消丸 帮你解烦恼

□记者 牛瑛瑛

本报讯 60多岁的张大妈患尿失禁多日，打个喷嚏就能尿一裤子，近日服用天光下消丸后情况缓解。

据了解，平时大笑、咳嗽、打喷嚏、拿重物一使劲就会溢出尿，去厕所稍慢一点就会尿到裤子上，让人苦不堪言。长期尿失禁会引发盆腔炎、膀胱炎，甚至引发膀胱肿瘤、尿毒症等重大疾病。位于矿路中段市一高西100米路南的惠民大药房一分店经销的天光下消丸(国药准字Z22020487)是采用维吾尔族秘制方剂的专利中药丸，可以治疗男女尿频、尿急、尿失禁等症。下消丸以中药固肾为主，每天早晚各服一次，能恢复膀胱括约肌弹性，增强膀胱腺功能。按疗程服用，可帮助解决尿频、尿急、尿失禁烦恼，并能让尿路开合有度，恢复正常排尿功能。市民可拨打电话0375-6161131咨询。

## 两性课堂

### 摆脱油腻男，调适心态最重要

最近，一篇《如何避免成为一个油腻的中年猥琐男》的文章火爆网络。文中列举了如何不成为中年油腻男的一些建议，如不要成为胖子、不要停止学习、不要当众谈性、不要追忆从前等。

常言说“人到中年万事休”，反映了作为社会中坚力量的中年人，面对巨大的社会、家庭压力，即将走向衰老阶段的焦虑和惰性心态。那么，中年男人正经历哪些生理和心理健康危机？该如何摆脱油腻，做个清新优雅的中年男人呢？

#### 油腻现象 中年男人遭遇的尴尬与危机

“发福后的‘将军肚’是中年男人的首要生理特征，不但给人留下臃肿的形象，同时也带来健康隐患。”列举油腻中年男人的生理现象，湖南中医药大学第一附属医院男科科主任周青主任医师表示。

其次是性功能下降。男人步入中年，体能下降，身体发福，同房时“随心所欲”的状态很难轻易实现。再加上多年吸烟、酗酒、久坐、熬夜等不健康生活方式，增加中年男人功能障碍发生的风险。

再次，提前遭遇更年期。工作压力大、生存环境恶化等因素，导致男性睾酮早衰，直接造成更年期提前，出现情绪低落、精神紧张、喜怒无常、头晕耳鸣、失眠健忘等症状。

最后，出现抑郁、焦虑心理状态。有统计显示，城市男性遭受中年危机的概率是女性的3倍。中年男人碰到事业、健康、婚姻的关卡，青春与衰老、理智与热血、奋进与懒惰在“拔河”，



男人不善倾诉心中苦恼，久之易发展成抑郁或焦虑症。

#### 生理洗脱 适当运动加合理饮食

看到上面的种种难堪，是不是感觉整个人不好了？对此，周青认为，可以通过以下方式，从生理上实施“精准扶贫”以洗脱油腻。

肥胖是中年男人的“头号大敌”，适当运动加上合理的饮食，是戒掉“油腻”的最佳搭配。有氧运动是最佳选择，慢跑、游泳、跳绳、打球、爬山等，还可进行适量的力量训练，不仅有利于肌肉塑形，还可有效降低体脂率；饮

食宜低盐、低糖、低油，多吃富含蛋白质、钙质食物及新鲜果蔬，戒烟限酒。

此外，中年男性保障充足睡眠，是男性体内雄激素维持正常水平的保证，成年人每天要保证6-8个小时睡眠。

#### 心理调节 永远保持年轻进取心态

“所谓油腻男，其实是一种心态，与那些表面的标志没有太大关系。”周青表示，安于现状、自暴自弃，那才是真正的油腻男。

“永远保持年轻进取的心态，是摆脱油腻的重中之重。”周

青认为，不装、不炫、不懒，是摆脱油腻的根本所在。人到中年装成有识之士、装有钱、装有学问、装什么错误都不可能犯，这才是油腻的表现。人最怕的是人内心的懒，倚老卖老，不再奋斗。

不自暴自弃、不轻易停滞，是摆脱油腻最阳光的心理对策。周青提醒，中年男人要时刻保持警惕，不要轻易停滞在舒适区。可尝试不断吸纳新观念、新思想，不断学习各种潮流人物的新做法，不断跳出自己的舒适区去奋斗，至少奋斗过而无怨无悔，何况还有走向成功的失败经验。(杨蔚然)

## 耳鸣、耳聋、中耳炎 试试耳立聪

□记者 牛瑛瑛

本报讯 王大爷今年82岁，耳聋、耳鸣就有20年。他开始时是耳鸣，后来听力慢慢下降，10年前开始戴助听器，换了好几个牌子，还是听不见。去年，他听说一个亲戚的耳鸣、耳聋用过耳立聪滴耳液后好多了，就买来试试，没想到用了三个月，耳朵就能听见了。一个疗程下来，耳朵不闷、不堵、不痛也不涨，到现在停药已有一年多。

记者了解到，位于市区矿路中段市一高西100米路南的惠民大药房一分店经销的耳立聪滴耳液，对突发性、神经性、老年性、药物性、混合性、病毒性等耳鸣、耳聋、听力下降等耳病有一定效果。经临床研究，耳立聪滴耳液能从外部滋润耳鼓膜，其独有的循经活耳疗法，可以从病根处入手帮助耳聋、耳鸣、耳痛等患者恢复健康。患者可拨打康复热线电话0375-6161820咨询。

<p>小广告 大市场 小投入 高回报</p> <h2>分类广告</h2> <p>第2111期</p> <p>广告热线：13523260997 13183330295</p> <p>地址：市区建设路西段268号(鹰城广场对面)</p>	<p>本栏目在微信公众平台同步刊登</p> <p>微信公众平台： ycqueqiaohui</p>	<h3>C 房产资讯</h3> <p><b>出售</b></p> <p>售房 公园三室，毛坯新房 17737569369</p> <p><b>转让</b></p> <p>转让 实业有限公司转让，无债权债务。电话：13393782689</p> <p>市区一新装修的娱乐场所含酒吧，KTV，网吧，可转让，承包 18137593699</p> <p><b>出租</b></p> <p>整层出租 380m² 精装写字楼 13103753100</p>	<h3>D 教育资讯</h3> <p><b>招生</b></p> <p>电工焊工 培训学校 市电讯职业学校。电话：2963913</p>	<h3>E 生活资讯</h3> <p><b>助听器</b></p> <p>• 耳聋请配助听器 13087062226</p> <p><b>健康美容</b></p> <p>鼻炎 无痛调理、过敏性鼻炎、鼻窦炎等。15737557733</p>	<h3>设计印刷</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 做画册找天一 8985888</li> <li>• 要印刷找龙发 8861818</li> </ul> <h3>老年公寓</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 康乐居老年公寓 13937585159</li> </ul> <h3>特色美食</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983</li> </ul> <h3>景观绿化</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 专做楼顶花园后期养护 1803759991</li> </ul> <h3>生活服务</h3> <p>亲子鉴定 13137525230</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 家之诺全铝家具 13733914788</li> </ul>	
<h3>A 招聘资讯</h3> <p><b>招聘</b></p> <p><b>高薪诚聘</b></p> <p>办公室主任、行政助理、有丰富的的工作经验，有一定的社交能力，月薪5000元以上。电话：2966688 4985555</p>	<p><b>聘</b></p> <p>维修电工、车间工人、残疾人 18837550007</p> <p><b>聘</b></p> <p>工行下属子公司工银安盛招聘：销售、管理、五险一金，双薪双休传承制 15886706090</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 聘CAD设计、空调销售 6166959</li> <li>• 高薪聘主管 7千-2万 15037536390</li> </ul> <p><b>聘</b></p> <p>英语空间招聘教师及助教 张老师 13938678058</p>	<h3>B 商务资讯</h3> <p><b>工商代理</b></p> <p>• 公司注册、代账 18737535133</p> <p><b>律师服务</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 樊律师 18737553763</li> <li>• 郭磊律师 13937508869</li> <li>• 夏龙调查公司 13849569960</li> </ul> <p><b>金融资讯</b></p> <p>股票一对一配资 电话：18837519993</p>	<h3>工商银行子公司 工银安盛招聘</h3> <p>业务员、经理，待遇好，收入高，五险一金，周末双休。咨询：13837582086</p>	<h3>房产资讯</h3> <p><b>出售</b></p> <p>售房 公园三室，毛坯新房 17737569369</p> <p><b>转让</b></p> <p>转让 实业有限公司转让，无债权债务。电话：13393782689</p> <p>市区一新装修的娱乐场所含酒吧，KTV，网吧，可转让，承包 18137593699</p> <p><b>出租</b></p> <p>整层出租 380m² 精装写字楼 13103753100</p>	<h3>E 生活资讯</h3> <p><b>助听器</b></p> <p>• 耳聋请配助听器 13087062226</p> <p><b>健康美容</b></p> <p>鼻炎 无痛调理、过敏性鼻炎、鼻窦炎等。15737557733</p>	<h3>设计印刷</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 做画册找天一 8985888</li> <li>• 要印刷找龙发 8861818</li> </ul> <h3>老年公寓</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 康乐居老年公寓 13937585159</li> </ul> <h3>特色美食</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983</li> </ul> <h3>景观绿化</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 专做楼顶花园后期养护 1803759991</li> </ul> <h3>生活服务</h3> <p>亲子鉴定 13137525230</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 家之诺全铝家具 13733914788</li> </ul>

友情提示：使用本栏目信息请核对双方有效证件，投资汇款请谨慎。本栏目信息不作为承担法律责任的依据。