

市计划生育科研所提醒：

关注女性健康，远离尿失禁

□记者 牛瑛瑛

本报讯 资料显示，我国女性尿失禁的患病率达30%，但其中只有7%的人到医院就诊。尿失禁之所以“偏爱”女性，是因为女性要经历怀孕、分娩这一系列过程，在此过程中很容易发生盆底肌肉、神经受损，导致对尿道的控制力减弱，日后在腹压突然增大时，就容易出现“漏尿”现象。

据市计划生育科研所医生近日介绍，尿失禁是指无法用意识控制、不由自主的尿液漏出现象，

是女性常见的疾病，随着年龄的增长，发生概率也会逐渐提高。导致尿失禁的原因很多，先天体质、后天的怀孕和分娩、慢性肺部疾病或从事重体力劳动等因素，都有可能造成尿失禁。

有调查显示，年龄是尿失禁发生的危险因素，年龄68岁以上的女性发生尿失禁的风险是18-27岁女性的8.7倍。此外，多次分娩、巨大胎儿、自身体重过高都可能增加尿失禁的风险。市计划生育科研所专家指出，妊娠期尿失禁的出现率为30%左右，产后尿

失禁的发生概率为30%-40%。然而，很多产后妈妈出现漏尿症状时，并未认识到这是一种疾病，更有甚者讳疾忌医，以于一拖再拖，导致最后病情加重，严重影响了自己的生活品质。

尿失禁主要分为压力性尿失禁、急迫性尿失禁和功能性尿失禁，其中压力性尿失禁最为普遍。压力性尿失禁是由腹部受到压力时尿液不自主流出，往往在大笑、咳嗽、打喷嚏、运动或者爬楼梯时发生。一般来说，轻、中度的尿失禁患者先做盆底康复治疗，

重度尿失禁就应该手术治疗。

尿失禁不但会长期影响患者的生活质量，而且严重影响患者的心理健康，被称为“不致命的社交癌”，它给无数的婚育女性带去身体和心灵的巨大创伤。一些尿失禁患者一到门诊就哭诉，由于尿失禁，自己已经无法上班，压力倍增。专家指出，患者要保持良好的心态，不要觉得难以启齿，发现之后尽早进行盆底功能评估及康复治疗，多数轻、中度的尿失禁患者通过保守治疗是可以治愈的。

清洁止痒、抑制细菌 患上皮肤病 夫士软膏解烦恼

谈起皮肤病，华西医科大学附属医院皮肤科的张教授深有感触：他的妻子患有皮肤病，全身经常出满鳞屑、红斑、疹子，痒得受不了，常常抓得血肉模糊。多年来涂涂抹抹，也吃了不少药，可不见效果。后来用了夫士软膏后，他妻子的硬痂开始往下掉，鳞屑、红斑和疹子也一天天减少了。

据了解，位于市区矿工路中段市一高西100米路南的惠民大药房一分店经销的夫士软膏采用中药古方，由土茯苓、硫磺、蛇床子、苦参、大黄等制成，适用于皮肤的抑菌和清洁止痒。该药对牛皮癣、皮炎、湿疹、瘙痒症、鱼鳞病、白斑、荨麻疹、体癣、手足癣、脚气、花斑癣、痤疮等皮肤病有一定帮助（请按使用说明书或在医师指导下使用）。经临床研究，夫士软膏能清除体内血毒，帮助患者清除易感基因，从病灶处修复免疫细胞，给皮肤创造洁净如新的环境。（小杨）

膝关节疼、颈腰椎病：试试武当太极膏

本报讯 近日，市民李大爷的腰腿疼突然加重，半夜经常被疼醒，这让一家人犯了愁。之前，他曾被诊断为腰椎间盘突出压迫坐骨神经、退行性膝关节病、骨质增生、关节间隙狭窄等，一直靠吃药、贴膏药维持，但这次药物不管用了，医生建议他换关节。正在发愁时，李大爷听说了武当太极膏，随即买了一个疗程的药，用完之后病症有了很大改善。

据了解，武当太极膏是传统中药专利配方，对颈腰椎间盘突出、增生，椎管狭窄，椎体滑脱，膝关节滑膜炎，骨质增生，软骨软化，半月板损伤，足跟痛骨刺等骨病有帮助。

位于市区矿工路中段市一高西100米路南的惠民大药房一分店经销的武当太极膏独含中药古方透骨成分，其能穿透皮肤和骨质直达病灶髓核，刺激髓核产生足够的肾骨酶，使骨病得以修复和康复（请在医师指导下或按说明书使用）。专家提醒，秋冬季节是治疗关节病的最佳时机，早发现、早治疗能达到事半功倍之效。（小韩）

两性课堂

坚固的感情有十个表现

坠入爱河、步入婚姻的男女都希望拥有一份“天荒地老”的感情。套用大文豪列夫·托尔斯泰说过的一句名言：“幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭各有各的不幸”。类似的，牢靠持久的感情也有其共同特征。近日，美国婚恋网站“你的探戈”网站总结出了恒久感情的10个表现。

夫妻喜好不同却仍能彼此支持

有些人宣称，彼此相爱的人必须有相近或相似的爱好的。然而，最和谐的夫妻关系之所以“琴瑟和鸣”，正是因为微小的差异让彼此更有吸引力。当夫妻喜好不同却仍能彼此支持，那么婚姻、情感肯定是健康的。

给予对方足够的空间

健康的婚姻并不意味着两人任何时候都要腻在一起，婚姻中，任何一方都应该被允许有自己的空间去追求梦想和爱好。这种自由度带来的成就感，会使恩爱的夫妻走得更近，还会让两人共同成长。

两人共同做决定

做决定上有分歧是婚姻或恋情破裂的一个关键因素。即使一方宽容内敛，若另一方一直蛮横独断，关系注定不会长久。只有当双方碰到事情的时候，能够一起商量，懂得互相妥协让步，这样婚恋才会真正健康。

两人相处很欢愉

尽管在婚恋中不可能总是笑



对彼此，但两人的欢笑和幸福应该达到基线水平，这样双方在碰到生活中的困难时才能携手向前。

善待彼此

这是指对对方表现出发自内心的呵护、同情、理解和欣赏。如果两人喜欢彼此拆台、指摘，这种感情便前景黯淡，相互关爱、尊重是夫妻关系健康的重要标志。

关系建立在相互信任之上

相互信任意味着全身心的“安全感”。缺乏互信的夫妻倾向于藏着掖着，有事情瞒着对方。一旦一方发现另一方存在不忠行

为，婚姻就会出问题。

进行有建设性的“争吵”

没有人是完美的，夫妻双方都可能犯错，不同的意见也总会出现，这些情况会导致夫妻争吵。若这些争论不是为了比较“孰高孰低”，而是为了交流意见，找到彼此都认可的解决之道，那样的争论就是良性的。

互相促进，共同成长

任何婚姻中，双方都应朝着让另一半工作生活得更好而努力。这包括在各自热爱的事业、喜欢的兴趣上相互支持。

有共同的目标

尽管没有两个人是完全相同的，但婚姻确实要建立在共同的目标追求和理想愿望上。一对夫妻如果在未来生活的基本方面，如工作地以及投资理财等，都不能达成一致，将很难幸福美满，有基本的生活共识才能让夫妻同向同行。

相互爱慕吸引

若婚姻建立在除爱情爱慕、相互吸引等之外的其他因素之上，那么关系注定是不牢靠的。不论如何，结婚、恋爱都应该找到那个让你心动的人。（孙开元）

小广告 大市场 小投入 高回报
第2374期
分类广告
广告热线：13523260997 13183330295
地址：市区建设路西段268号（鹰城广场对面）

A 生活资讯

- 要印刷找龙发 8861818
- 心理咨询**
- 大诚心理咨询 13937507536
- 助听器**
- 耳聋请配助听器 13087062226
- 搬家公司**
- 顺风搬家 13837529909
- 印刷**

本栏目在微信公众平台同步刊登
公众账号：
ycqueqiaohui

老年公寓

康乐居老年公寓 13937585159

特色美食

鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983

健康美容

三色膏药治乳腺增生
凌云路与湛北路口 15224814591

专治男女性功能低下及前列腺炎
电话：13103656566

假发、补发
市联盟路中段（联盟鑫城院内）
电话：13849583359

B 商务资讯

工商代理

- 注册代账 15637589127
- 注册、代账、商标 18737535133

C 教育资讯

招生

- 珠峰博士声乐高考 13393797837

D 招聘资讯

招聘

- 聘设计师、文员 13507627309

E 房产资讯

出租

- 出租教室 17734862311
- 专办急难租房 8978881

出售

- 专办急难租房 8978882

出租出售：矿工路中段，西体育场门口临街一二楼旺铺出租、出售
13803901771 13903759918

转让

驾校转让 建设路中段（营业中）
13782472111

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。