

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，随着患者年龄的增长，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岁至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，以至于一拖再拖，导致最后病情加重，严重影响了自己的生活质量。尿失禁主要分为压力性尿失禁、急迫性尿失禁和功能型尿失禁，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。

老慢支、哮喘、气管炎：39钼洛通解烦恼

李大妈有多年的哮喘和肺心病，天一冷就经常咳得上不来气。今年秋天，她的老毛病又犯了，上气不接下气。前段时间，她的儿子多方打听后，得知有一种39钼洛通的药对母亲的病有帮助，便给她买来服用。一个疗程下来，李大妈的情况慢慢好转，如今呼吸顺畅多了。

据了解，位于平顶山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39钼洛通是国药甲类OTC专利配方，该药对慢性支气管炎、支气管扩张、支气管哮喘、肺炎、肺气肿、肺脓肿、肺结核、肺心病、尘肺等多种咳嗽疾病所引起的咳嗽、咯痰、咯血、胸闷、气喘、呼吸困难、哮喘音、憋气乏力、心慌气短等老咳嗽、老肺病有一定帮助。经临床研究，其独有的降肺火、化肺痰、通肺络疗法可以从病根处治疗老咳嗽、老肺病。患者可按疗程服用(请在医师指导下或按说明书使用)。(小韩)

鼻炎、鼻窦炎：喷剂加药膏标本兼治

市民赵女士患慢性鼻炎、鼻窦炎20多年，经常鼻塞不透气，鼻子受点刺激喷嚏不断，很是苦恼。她之前没少治疗，但还是反反复复。近日，赵女士听说有鼻舒双剂型疗法后，便进行了试用。一段时间后，她的鼻塞、喷嚏、流涕等不舒服症状减少，呼吸顺畅，头脑清醒。

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新型鼻炎药鼻舒，是由山西瑞博隆生物科技研发团队联合山西中医药大学专家组研制的针对鼻腔慢性炎症的双剂型新型疗法，A+B给药。鼻舒A药的中药活性因子以水雾状分布鼻腔内，清除细菌、病毒，消除炎症；鼻舒B药系采用十几种名贵中草药制成的膏剂，针对受损鼻腔黏膜，隔断过敏源，隔离各种细菌、病毒，靶向杀灭，并修复受损鼻腔黏膜，再生新的免疫屏障，起到标本兼治的作用。该药请在医师指导下或按说明书使用。(小赵)

两性课堂

夫妻睡姿透露感情好坏

美国婚姻专家简·格雷尔表示，夫妻睡姿“表明他们如何相互支持，彼此如何在身体上、心理上相互依靠，以及双方对亲密的接受程度”。可以说，不同的夫妻睡姿藏着不同的感情密码，格雷尔就此给出了具体分析。

勺子式。如果夫妻采用这一睡姿，表明两人非常契合。夫妻中一方采用勺子式将另一半紧紧包住，将身体合二为一，精神、行为上也有很强的一致性，表明他们很可能衣着也相似、喜欢同样的食物等。

头枕胸。这种保护性睡姿“可能表明一方在另一方的臂弯里感到很安全”。格雷尔进一步解释说：“将头枕在伴侣胸上的一方，感觉到另一半能给予身心两方面的支持。”当碰到个人问题和困难挑战时，可依靠另一半的帮助。

背靠背。这么睡的夫妻互敬互重。夫妻适当分开，彼此都感到舒适，并认可对方的空间，同时还在近距离等候对方。格雷尔认为，采用这种睡姿的夫妻，表明彼此渴望身体接触，但还不至于想要包裹在一起，或者是不想牺牲自己的舒适感而迁就对方。

腿相缠。这一睡姿表明夫妻都有自己的空间，但又渴望身体相接相连。

紧相拥。尽管这一睡姿只有蜜月中的夫妻或热恋中的情侣才会采用，但如果男女面对面



相拥而眠，则意味着双方“真的非常珍爱彼此”，且这种真挚情感一般不会随时间而消退。采用这一睡姿的夫妻“不想错过任何事情”，他们分享食物、个人隐私，还能很坦诚地交流亲密时的具体细节和个人感受。

手搭背。这一睡姿一般是“求和好”。主动采用这一睡姿的一方，也就是睡觉时把手放在对方的背上，是在传递自己理解

对方“或许感受到冷落忽视，需要支持帮助”的信息。

各一头。如果一方意识到另一半突然朝另一头睡觉，也许意味着对方目前对身体亲热和相互抚触的舒适感大幅下降，夫妻关系可能出了问题。但如果这种睡姿经常发生，也可能表明夫妻对两人感情、夫妻关系很自信，不需要“共享的空间”。

手牵手。采用这样的睡姿

表明双方想要保持身体连接，这大概是“彼此牵住对方会带来安全感”。

不平整。这是指一方头接近床头板，而另一方蜷缩起来头在床中间。格雷尔说：“这是夫妻各自不同喜好的体现”，并不能说明另一半不想和自己亲近。但是，如果你们感觉彼此的心越来越远，这一睡姿或许是个信号。(李伟)

小广告 大市场 小投入 高回报
第2380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 房产资讯
转让
驾校转让 建设路东段(营业中) 13782472111
转让：矿工路与团结路附近，营业中饭店500m²。位置佳，有固定客源，带技术转让。15516038952

出租
●出租教室 17734862311
●专办急难租房 8978881
出售
出租：劳动路中段，上下两层门面房，面积365m²。空房出租，无转让费，非诚勿扰。18749609999

本栏目在微信公众平台同步刊登
二维码
微信公众号：
ycqueqiaohui

B 教育资讯
招生
●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
●珠峰博士声乐高考 13393797837

C 商务资讯
工商代理
●注册代账 15637589127
●注册、代账、商标 18737535133
D 招聘资讯

招聘
●聘设计师、文员 13507627309
诚聘
中学化学、生物、政治、历史学科优秀教师。
电话：18937507933
E 生活资讯
搬家公司
●顺风搬家 13837529909

印刷
●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
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
治鼻炎签约
15937507897
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