

母亲节为妈妈送一份健康礼物

健康指导:解放军第八一医院妇产科

【健康资讯】

五月母亲节来临之际,江苏省妇联、南京市总工会职工援助服务中心、解放军第八一医院携手启动“快乐母亲节,健康为妈妈”健康关爱活动。届时100名贫困家庭女性将有机会免费体检,10位家庭贫困、符合微创手术(子宫肌瘤、卵巢囊肿、宫颈糜烂)指征者将有机会免费手术。活动主办方特别提醒,参加此次活动的女性报名时需出示低保证明。若无低保证明,需有市总工会职工援助服务中心出具的特困职工证,或街道贫困书面证明。有意者到八一医院妇产科咨询报名,活动一直持续到5月10日。

【健康提醒】

妇科病保健从改变生活细节开始

子宫肌瘤、卵巢囊肿、宫颈糜烂是妇科常见病,有时患者并无明显不适,易被忽视,所以当下不少媒体都在呼吁女性要树立健康意识,定期体检。但不少女性因此误认为只要定期体检就是健康意识强。实际上,及时规范的治疗、科学的预防保健和定期体检一样重要。针对三种妇科常见病的保健,记者整理了相关资料以供读者参考。

子宫肌瘤的病因尚不清楚,但有研究证明它是一种依赖于雌

激素生长的肿瘤,在高雌激素环境中(如妊娠)生长明显,绝经后会逐渐缩小。此病目前没有有效的预防措施,因此培养良好的生活习惯很重要。首先,少食高脂类食品,避免滥用保健品、激素类药物,虽然这与发病无必然联系,但会增大患病几率。其次,要控制体重,因为肥胖易导致内分泌不平衡,雌激素偏高。第三,学会自我减压,避寒保暖,以促进气血顺畅。第四,饮食要富于营养,以清淡、易消化为原则,忌食生冷刺激性食物或由激素促生的食品。

卵巢囊肿各种年龄均可患病,与有无性生活无关。目前专家普遍认为,其发病与内分泌紊乱、雌激素过度刺激等因素有关。其保健方式与子宫肌瘤相差不大,同时要注意选择合适的避孕方式,因为滥吃避孕药也是诱发卵巢囊肿的一大因素。需要提醒的是,出现生理性囊肿不要急于手术治疗。这种囊肿一般是排卵后或怀孕后形成的黄体囊肿,大约3-6个月会自然消失。

快报记者 李鑫芳

免费手术有关费用免除金额

病种手术	微创手术类型	免除金额(元)
子宫肌瘤	奥洛克超微腹腔镜(住院)	6985
子宫肌瘤	奥洛克超导多弹头(门诊)	4900
卵巢囊肿	奥洛克导航微创术(门诊)	2945
宫颈糜烂	奥洛克宫颈修复系统(门诊)	1800

孕前准备别陷入情绪陷阱

健康指导:南京建国男科医院



孕前检查是“造人”前夫妻双方必做功课之一。但无论这项功课做得多么到位,它都只能作为一种把关的手段,并不能从根本上保证优生。优生的关键还在于提高夫妻双方的身体素质。衡量身体素质的指标有多种,“没有病”只是其中之一,情绪、压力、生活习惯等同样也被纳入了“考核”范围。所以自认为身体健壮的男性,不能只对孕前的妻子关怀备至,而忽视对自己的健康管理。

【专家提醒】

心理压力大小心精子质量差

情绪管理是健康管理中的重要部分。很多男性知道抽烟酗酒、久坐、高辐射会影响精子质量,所以认为孕前只要尽量避免这些因素即可。实际上,压力过大等不良情绪可影响神经系统和内分泌功能,影响精子的生成、成熟和活动能力。严重者还可因情绪因素出现早泄、勃起功能障碍等。值得注意的是,不良情绪不光来源于工作、生活的压力,有时过于谨慎的孕前准备也会让人因过度紧张而产生不良情绪。王先生和妻子计划今年秋天怀孕,所以这几个月两人一直在调整生活状态,原本酒量不错的王先生在陪客户吃饭时有意选择可乐代替。但没过多久,王先生就后悔莫及,网上一则“碳酸饮料会杀精”的消息让他备感压力。事实真有那么严重?医生解释说,国外有研究发现,碳酸饮料中的酸性物质、添加

剂、防腐剂和咖啡因共同形成的作用,会在一定程度上降低性能力,限制精子的活力,但这并不意味着一喝碳酸饮料就会影响精子。伤害的出现是一个日积月累的过程,所以偶尔喝点可乐也不必过分自责。同样道理,对网上流传的“吃芹菜会杀精”也不必过于紧张。有报道称,国外有医生研究发现,健康良好、有生育能力的年轻男性连续多日食用芹菜后,精子量会明显减少,不过这种情况在停药后几个月又会恢复正常。所以对孕前忌口深信不疑的男性,不小心“破戒”后也不必自责紧张,这些食物只要适度控制,就不会对生育有太大影响。

治疗原发病心态也很重要

除生活习惯外,参与精子产生、储存、获能、运输这些过程的组织器官出现异常也会对精子产生致命打击。比如,前列腺疾病易致精液不液化,而精液不液化会使精液粘稠度增高,精子活力减弱,阻碍其在女性生殖道中的活动能力。精索静脉曲张会使精液异常,主要表现为精子数量少、活动度低、形态不正常。精囊炎会使精液pH值发生改变,影响精子活力。此外,一些全身性疾病也可影响男性生育,比如糖尿病患者容易出现勃起功能障碍。所以要正常生育就必须有效治疗或控制这些原发病。而对有生育要求的患者来说,他们在治疗时通常会背负比普通患者更大的心理负担,所以在接受规范的治疗外,保持良好的心态也非常重要。

快报记者 李鑫芳

耳鼻喉科
专家在线
特约解答:南京机关医院
读者热线:025-84801398
医院地址:南京市龙蟠中路46号(华山饭店斜对面)

1.江宁区读者问:
我一年四季都会发作,经常打喷嚏,鼻子也老不通,清鼻涕特别多,医生检查说是常年性过敏性鼻炎。请问日常生活中应该注意哪些问题呢?

南京机关医院专家:
常年性过敏性鼻炎一般是对尘螨、霉菌、一些化学物质等过敏。一般来说,常年性过敏性鼻炎患者需要保持室内通风、干燥,防止霉菌和尘螨滋生;不要养猫、狗等宠物,因为宠物的皮屑也是过敏源,出门尽量少去有这些过敏物的地方。

2.浦口区读者问:
经过治疗,我的过敏性鼻炎有两年没有发作了。请问,是不是以后我生的小孩也会有这个病吗?

南京机关医院专家:
据医学资料统计,父亲单方有过敏性鼻炎时,子女患有过敏性鼻炎的机会约30%,母亲单方的遗传则为50%。若父母都有过敏性鼻炎的话,那子女患过敏性鼻炎的几率则提升到70%,可见过敏性鼻炎来自遗传的可能性非常高。你的过敏性鼻炎虽然暂时治好,但你自身的基因并未改变,将来还是有可能遗传给下一代。

3.白下区读者问:
我每年吃哮喘药,还是年年都会发作,很想一劳永逸地解决过敏性鼻炎。请问过敏性鼻炎可以根治吗?

南京机关医院专家:
过敏体质与自身免疫系统有关,是与生俱来的,与遗传因素有关。现在一般比较好的治疗手段有药物疗法、脱敏疗法、手术疗法等,都只能控制症状而无法根治。而我院采用美国低温等离子神经阻断术,降低副交感神经的兴奋性,控制喷嚏、流涕等症状,临床治疗效果理想,同时采用中西医结合药物疗法,整体辨证调理,平衡机体免疫功能,巩固疗效,防止复发。

4.马鞍山读者问:
我一感冒就额头很痛,无法工作,晚上睡眠也不好。医生说是鼻窦炎,可老是根治不了。请问有什么好的方法可以治疗?

南京机关医院专家:
你需要到医院做一个鼻窦的CT检查和鼻内窥镜检查才能确诊。根据你的描述情况来看,可能是额窦炎,可以考虑鼻内窥镜微创手术进行治疗,开放窦口、引流,然后采用药物消炎;如果有鼻息肉,可以考虑同一切除。我院采用的德国STORZ鼻内窥镜系统,能清晰、准确地对鼻窦炎、鼻息肉予以治疗。



南京建国男科医院
CHANGGUO ANDROLOGY'S HOSPITAL OF NANJING
男人自己的医院

- 全国“十佳”男科医院
- 中国性学会(江苏)唯一男科科研基地
- 中国名医协会理事单位
- 全国男科疑难病专家会诊中心
- 南京市消费者协会评为“诚信单位”
- 南京市第十九届运动会唯一指定医院

我们只看男科 所以更专业

男科治疗前沿技术扫描

男科疾病自测表

- 是否有尿频、尿急、尿痛的症状
- 是否有尿等待、尿不尽的症状
- 是否有尿滴沥、尿分叉、尿线变细的症状
- 是否有下腹、腹股沟、阴囊疼痛的症状
- 是否有尿道口流脓、红肿、分泌物增多的症状
- 是否有龟头炎、龟头痒、龟头疼痛的症状
- 是否有血尿、尿血、尿中带有血丝的症状
- 是否有阴茎肿大、发硬的状况
- 是否有阴茎麻木、发凉、发冷的状况
- 是否有勃起困难、勃起不坚、勃起时间短
- 是否有早泄、射精快、射精少的状况
- 是否有射精疼痛、射精困难的状况
- 是否有不育、长期备孕不能怀孕的状况

注:如果您已发现上述症状的1-2项,说明您的健康出现问题,如果已有3-4项,请您到专业男科医院接受科学规范检查,尽早治疗是关键。

腔内靶向通导消融技术治疗前列腺疾病 安全拯救男人前列腺

高能聚焦电场,突破传统,全方位治疗,标本兼顾,有效解决前列腺疾病反复发作,久治不愈的难题,使广大男性走出前列腺疾病的“围城”,获得身心全面健康。

CRS潜透半导体激光技术治疗泌尿感染 有效清除泌尿感染

针对根本,全效治疗,破解了泌尿生殖感染反复发作,不易痊愈的难题。

动脉血管激活技术治疗性功能障碍 让男人重拾尊严与自信

针对每位患者的不同情况制定个性化的诊疗方案,融合中西医结合的综合疗法,精确分型,对症治疗,真正让广大男性摆脱性功能障碍的束缚,重获“性”福生活。

阴茎神经敏感降低技术治疗早泄 让男人持之以恒

采取有选择性的阻断阴茎敏感神经分支,减低龟头皮肤敏感度的原理治疗早泄。手术后,可降低阴茎头的敏感性,延长射精潜伏期,提高患者的性生活质量。

光波离子技术治疗包皮包茎 无痛解除男人的“紧箍咒”

男科专家亲自在净化无菌手术室操作,微创、无痕、安全、美观。针对生殖畸形复杂手术,均安排男科专家会诊,免会诊费。

定性排查结合介透技术治疗不育 破解男性不育之谜

采取夫妻同治原则,男方按尿道、前列腺、精液输精管、附睾、睾丸、性激素、性功能、射精能力、免疫因素、精子质量等顺序逐一排查,找出异常部位,进行针对性治疗。

哪些疾病应该看男科?
前列腺炎、前列腺增生、尿道炎、龟头炎、阳痿、早泄、性心理障碍、不育、包皮包茎、泌尿生殖感染等

地址:南京市长乐路238号(武定门旁) 电话:025-5223 8888 网址:www.jg91.com 门诊时间:8:00-21:00 无假日医院