

今天是世界男性健康日

不同年龄段，男 题知多少？

10月28日是世界男性健康日，今年主题为：健康中国我行动，幸福相伴在一起。东南大学附属中大医院副院长、泌尿外科主任陈明教授提醒，健康是人生最大的资本，也是获得成功、拥抱幸福的基本保障。男性在不同年龄段都要面临不同的健康问题，对于这些“男”题，我们该如何更好地认识它们、解决它们呢？

通讯员 孙超 崔玉艳
现代快报+ZAKER南京记者 安莹



视觉中国供图

10岁 包茎和包皮过长

对于婴幼儿和青少年时期的男孩，包皮的问题容易引起家长的关注。如果包皮口狭窄，或包皮与阴茎头粘连而导致包皮不能上翻显露出尿道口和阴茎头的情况，称为包茎。如果包皮虽然覆盖阴茎头，但能上翻露出尿道口和阴茎头，称为包皮过长。包茎、包皮过长时，由皮脂腺分泌物和上皮脱落组成的白色包皮垢容易积聚，诱发包皮龟头炎。

●建议：若炎症反复发作，建议手术治疗。此外，家长对男孩的性发育状况也需多加关注，排查隐睾、睾丸下降不全、尿道下裂等疾病。比如隐睾，对以后生育、恶变、扭转的几率及心理因素都有影响，应尽早发现、尽早治疗。

20岁 前列腺炎是痛点

男性从20岁开始可能会受到前列腺炎的困扰，这一现象与年轻人的生活习惯有关，如吸烟、饮酒、久坐、熬夜、饮食辛辣、不适当的性生活等，这些习惯让前列腺“备受煎熬”。临床上以慢性前列腺炎多见，主要表现为长期、反复的骨盆区域疼痛或不适，持续时间超过3个月，可伴有不同程度的排尿症状如尿频、尿不尽等。部分病程较长的患者缺少对疾病的正确认识和了解，过分担心，可能会出现抑郁、焦虑等心理障碍。

●建议：对于大部分前列腺炎患者，健康的生活习惯、加强体育锻炼等就可以改善症状，不需要特殊处理。对于严重影响生活质量者，可到医院接受健康指导和规范治疗。

30岁 防止男性不育症找上门

30岁左右的男性是生育的主要人群，由于不少大龄夫妇加入再生育大军，男性不育症也随之成了男科“热门”疾病。吸烟、酗酒、吸毒、穿紧身裤、桑拿浴等对男性生育力有明确的影响。

●建议：对于不育症先明确病因，再对症下药，目前主要的治疗方法有健康生活指导、药物治疗、显微外科手术等。

40岁 正视阴茎勃起功能障碍

到了不惑之年，很多男性总是力不从心，饱受阴茎勃起功能障碍(ED)的困扰。ED不仅影响患者及其伴侣的生活质量，也可能是心血管疾病的早期症状和危险信号。ED和心血管疾病有相同的危险因素，如肥胖、糖尿病、血脂异常、代谢综合征、缺乏锻炼、吸烟等。

●建议：对于ED需要早发现、早治疗，同时也要预防和治疗相关的慢性疾病。通过治疗ED，可以改善男性自尊自信，提高夫妻双方的生活满意度，促进家庭幸福感。

50岁 被忽视的男性更年期

我们总是在说女性的更年期，往往忽略掉了男性也有更年期。50岁后，男性雄性激素机能逐渐衰退，尤其睾酮分泌减少，造成睾酮缺乏而带来的一系列身心障碍症候群，被称为男性更年期综合征。主要表现为体能下降、容易疲劳、记忆力减退、注意力不集中、烦躁不安、抑郁、潮热、阵汗和性功能减退等症状。

建议：自我健康管理非常重要，如保持健康的生活方式和良好的心态，加强体育锻炼，降低体重，避免久坐、吸烟、酗酒，同时减少糖尿病和心血管疾病的相关风险。对一些睾酮缺乏症状较重的患者，在医生的专业指导下采用睾酮补充治疗也是常用的方法。

60岁 重视良性前列腺增生

良性前列腺增生作为男性特有疾病，会随着年龄增长而发病率升高，到60岁时发病率大于50%，80岁时高达83%。不仅影响患者生活质量，也易诱发其他疾病。最典型的症状是尿频、尿急、夜尿增多，以及排尿踌躇、尿线细、排尿困难、尿不尽等，严重的会出现尿潴留、反复感染、血尿、膀胱结石、肾积水等。

建议：治疗上主要包括观察等待、药物治疗和手术治疗。值得一提的是，该年龄段也是前列腺癌的高发时期，所以在诊断前列腺增生前要排除有无癌变的可能。

70岁 当心前列腺癌

世界范围内，前列腺癌发病率在男性所有恶性肿瘤中位居第二，虽然亚洲发病率低于欧美国家，但近年呈现上升趋势，且增长比欧美发达国家更为迅速。早期前列腺癌通常没有症状，因此，很容易被患者忽略。很多情况下，是患者出现血尿等较严重症状时才就诊，更有患者出现骨转移引起的疼痛、病理性骨折后才就医。

建议：尽早发现是根治前列腺癌的关键，建议50岁以上男性每年至少进行一次前列腺癌筛查。

新型就诊模式咋样？

5个月接诊千名患儿 民营儿科诊所吃不饱

快报讯（记者 刘峻）6月1日起，南京出现首家民营儿科诊所。这家诊所号称不排队、少开药、不挂水，平均问诊30分钟，让不少家长多了一个就诊的新选择。近日，记者回访发现，南京首家民营儿科诊所5个月总共接诊了1000名患者，仍处于吃不饱的状态。

据了解，门诊高峰期最多时每天预约12到15个患儿，远远没有达诊所的饱和量，诊所负责人孔祥军表示，从试营业到现在，诊所还没有达到收支平衡，还处于亏损状态，不过，目前的运营现状与当初的预期是吻合的。

记者了解到，台宝儿科从今年6月1日开始正式开诊，每个医生每天限诊15个患儿，每一位患儿家长至少享有20到30分钟时间与医生充分沟通交流。台宝儿科诊所的起步挂号费是298元。孔祥军告诉记者，私立的儿科诊所模式和公立医院肯定是不一样的。“强调医生的技术服务收费，其实更加符合国际诊疗收费的趋势。比如大医院专家挂号费在35元左右，特需专家为100甚至200元。在这里，挂号诊疗则为298-398元。诊所试运行期间，诊疗费收入占60%，药品收入占15%，化验收入占15%，其他服务性收费不到10%。近半年运行下来，每位患者收费平均在500-600元之间，这与一般医院最后实际收费也差不多，我们只不过调整了收费结构。”

虽然试水期遇到这样那样的困难，但是孔祥军表示，随着新一代宝妈的育儿理念及消费观念的进步，儿科医疗保健的“供需矛盾”也会逐渐凸显。他相信一旦获得公众信任，必然会被市场接受。

相关医疗业内人士则表示，私人儿科诊所应认识到，收取高昂的诊疗费不是目的，而是优质诊疗和服务的一种回报，是对医生技术价值的一种尊重。只有让来就诊的患儿都得到与诊疗费相称的优质服务，私人儿科诊所才能真正赢来发展良机，体现出儿科医生的更大社会价值。

国际医学大咖来了！

大数据人工智能改变未来医疗

快报讯（通讯员 吴倪娜 记者 刘峻）2019年10月25日-27日，2019年江苏省人民医院—南京医科大学第一附属医院国际交流周在南京召开，会议以“国际视野、深度融合、跨界共赢、以知践行”为主题，聚焦心脑血管、肿瘤、消化科及消化内镜等重点领域，邀请国际知名专家团队50人，共开设十余个分论坛、分设五大专题会场，同期举行高水平手术演示转播及中青年医师病例大赛。来自国内外近1000名代表参加会议。专家表示，大数据以及人工智能，将会极大改变未来医疗。

本次大会可谓医学界大咖云集，2017年诺奖得主Michael Rosbash介绍昼夜节律和人类疾病，美国FDA基因与细胞治疗部高级医学评审官姚毅介绍细胞治疗的前景展望等。美国哈佛大学附属布莱根和妇女医院、病理科主任Jeffrey Golden说，大数据的价值体现在多个层面，举一个例子，更多的病人意味着更多样的数据，这些可以帮助我们创造更好的大数据算法，提升医生的效能。目前国外医生也非常繁忙，有大量的病人需要照顾。假设现在有2000位有缺血性贫血风险的病人来到医院，是一个个安排医生每月随访他们吗？我们可以根据大数据，预测两个月后谁可能是高风险病人，谁有可能处于安全状况的人。这样就可以减轻那些较安全病人造访医院的时间和财务负担。医生可以将精力放在高风险病人身上了。当然，大数据需要统一化、标准化。比如，血常规里有一项指标，有的红细胞指标在不同电脑系统里表述不一致。如果不统一标准，那么会在传输数据的时候，给医生带来困扰。

人工智能将会如何改变医疗？John Keaney作为心内科的专家和新英格兰医学杂志的副主编，他认为，未来10年，机器将发生革命性的变化，目前机器在心内科只承担造影和辅助诊疗工作，在未来会承担更复杂的工作，包括诊断以及与病人互动的工作。这样可以解放医生，让医患有更多的互动。

江苏省人民医院专家透露，目前该院正在筹建国际高水平的远程会诊中心、远程病理中心以及影像中心。一些特别疑难的疾病，将会放在这个平台上，与国际更高水平的专家进行交流、讨论，保障患者的健康。