



有病早治 无病早防

永康欧亚提醒
切忌 今天有病明天治

每次上洗手间,小便就刺痛得难受。我的前列腺可能发炎了,这可怎么办啊?5日,市民胡先生一脸懊恼地走进永康欧亚医院,找泌尿科专家周柏发诊断病情。

发病率高 就诊率低

身为北京天坛医院泌尿外科主任、中国医科大学博士生导师的周柏发教授是永康欧亚名医工作站的长期固定巡诊专家。他擅长泌尿外科疑难杂症的诊治,特别是对泌尿专业相关疾病的检查、诊断和治疗。

前列腺炎是一种常见疾病,但不少男性同胞对于这种疾病的了解并不是很透彻,甚至有些难以启齿。周柏发教授介绍,前列腺炎是由多种复杂原因引起的,以尿道刺激症状和慢性盆腔疼痛为主要临床表现的前列腺疾病。

前列腺炎的发病率很高,并随着年龄的增长而逐渐上升。据统计,在20岁至40岁的男性中,前列腺炎的发病率为25%,在40岁至60岁的男性中,发病率为30%,在60岁以上至80岁的男性中,发病率为40%,而在80岁以上的男性中,发病率升至80%。发病率高,就诊率却很低,仅占就诊率的15%。

有病早治,无病早防

随着现代化信息的普及,市民获得资讯的方式也变得多样且便捷,这大大方便了大家的工作生活,但同时也会导致不少人患病时不去医院接受治疗而过度依赖于网上的搜索结果,从而导致病情的拖延甚至加重。

据了解,尿频、尿痛、尿滴白是前列腺炎临床诊断的主要症状。一旦患上前列腺炎,会让男性的生活工作受到一定程度的影响,并诱发一系列泌尿生殖系统感染,严重的还有可能影响生育。

为此,周柏发教授提醒,有病早治、无病早防,切忌今天有病明天治。

那么,患上前列腺疾病时,该怎么预防和诊治呢?

在平常的生活中,男性朋友要避免憋尿、久坐、熬夜等不良生活习惯,注重个人卫生,注意饮食清淡,保持作息规律,适当体育锻炼,提高身体素质,以增强机体免疫力和抗病能力。

男性朋友每坐一个半小时左右,都要起身活动几分钟,让体内血液乃至气脉流通无阻,以更好地保护前列腺。一旦出现排尿困难等不适症状,一定要到正规医院接受检查。周柏发教授建议。

《《《专家信息

每月的17日至19日,永康欧亚定期邀请国内外知名专家名医坐诊,这已成了医院的常态,利用大城市专家资源,为患者联合定制科学、专业、有效的治疗方案,避免出现误诊、漏诊,同时也让患者体验先进技术、优质服务,切实解决老百姓看病难、看名医难的问题。需要就诊的市民可不要错过良机哦。



扫一扫
关注永康欧亚医院



过六关吃三宝 解热防暑补体力

今年的7月7日是小暑节气,民间有“小暑大暑,上蒸下煮”的说法,小暑以后,暑热的天气特点更加突出,人体出汗多,消耗大,所以中医养生强调,小暑节气要注意补充体力,解热防暑。

过六关

第一关:养阳关。夏天人的阳气从旺盛的顶点慢慢下降,所以夏令养生尤其要注意“养气”,以防到了冬天阳气不足。如何“养气”呢?调节好体温和室温间的差别,室温保持在27度,切忌因贪凉而引发各种疾病。

第二关:情绪关。夏日天气炎热,情绪容易波动激动,导致血压上升,加重心脏负担,心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭等疾病容易发作。所以,市民需有意识地调节情绪,保持平和的心情,以降低疾病发作的风险。

第三关:湿热关。夏天多暑多湿,人往往感到头重脑疼,则容易抑郁、倦怠、胸闷、胃口不好。市民饮食尽量清淡,便于消化。要多食用消热利湿的食物,比如绿豆粥、荷叶粥、红小豆粥等,用冬瓜与莲叶、薏米烧汤喝,也是以清湿热的清凉饮料。

第四关:睡眠关。夏天昼长夜短,且夜间温度也较高,导致一些人夜间休息得不好。为此,市民要保证足够的睡眠,建议成年人每天保证7小时的高质的睡眠。

第五关:饮食关。夏季应多食用低糖、低盐、高碳水化合物、高蛋白的食物,少吃辛辣、油炸的食品。适宜夏季食用的有:冬瓜、白萝卜、番茄等,多食用淡水鱼,少食红肉。可饮决明子茶、大麦茶、菊花茶、苦丁茶、绿豆汤等饮料。

第六关:健身关。夏日仍需维持适量的运动,但要注意不应在阳光下运动。提倡饭后1小时进行运动,且运动不宜太激烈,不要流过多汗。散步、慢跑、游泳等运动就很适合夏季进行。

吃三宝

民间有“小暑黄鳝赛人参”的说法,小暑前后一个月的鳝鱼最为滋补,中医认为黄鳝性温味甘,具有补中益气、补肝脾、除风湿、强筋骨等作用,小暑时节最宜吃黄鳝,可以预防夏季食物不消化引起的腹泻,还可以保护心血管。

南方地区还有小暑吃蜜汁藕的习惯,有清热、养血和除烦的多重功效,可以将鲜藕用小火煨烂,切片后加适量蜂蜜当凉菜吃,暑天吃藕有安神和帮助睡眠的作用。另外,小暑时推荐吃绿豆芽,有清热解毒的作用。

康美诺 爱牙课堂
87122123

暑期牙齿矫正要注意啥 你想知道的 知识都在这里

咨询读者 章女士

整牙有没有副作用啊?矫正牙齿有没有年龄限制?进入暑期,参与牙齿矫正的孩子渐渐多了起来,但是很多想要接受矫正(正畸)的人,担心出现各种各样的问题。对此,永康康美诺口腔医院正畸科主任张耀五指出,口腔正畸是很系统的学科,不是简单地把牙齿摆摆齐。牙齿矫正中存在哪些认识误区呢?大家一起来看看。

解答专家 康美诺口腔医院
正畸科主任张耀五

牙齿矫正有哪些好处

牙齿矫正专业称为“正畸”,主要是通过各种矫正装置来调整面部骨骼、牙齿及颌面部的神经及肌肉之间的协调性,达到颌面系统的平衡、稳定和美观。

牙齿不齐不但影响面容美观,严重的还会影响吃饭,造成咀嚼功能下降,加重胃肠负担,从而影响身体健康。而牙齿矫正除了可以改善面型,改善笑容,还可以调整咬合,改善健康。

张耀五表示,牙齿矫正依靠的是在口腔内部或外部佩戴的矫治器,对牙齿、牙槽骨及颌骨施加适当的力,使其产生生理性移动,从而矫治错颌畸形。给孩子一副整齐美丽健康的牙齿,相当于就是给了孩子自信。

3岁可进行早期干预治疗

传统观念认为,孩子只有到了12岁才能矫正。这个观念其实是片面的,甚至是有害的。牙颌畸形其实是一种发育畸形,最好在孩子在生长发育过程中预防和矫治。

对于牙齿“地包天”、小下巴、面部左右不对称、严重的龅牙和严重的牙齿拥挤不齐、面部肌功能异常如睡眠时张口呼吸、各种口腔不良习惯如咬下唇、偏侧咀嚼等,这些均影响面部骨骼的正常发育和口腔功能,宜越早矫正越好。

所以,正畸是没有年龄限制的,不过对于一些特别的情况,比如骨性反合(地包天、龅牙等),建议3岁左右进行早期干预治疗(具体还需根据生长发育及牙齿情况而定)。

由于小朋友在生长发育期间,骨骼没有完全定型,我们可以通过干预治疗促进、抑制小朋友颌骨的发育,引导颌颌面正常生长。

《《《链接

为了让每个孩子有个健康、快乐、舒适的暑假,让孩子暑假过后能够更自信地融入校园生活,康美诺口腔医院给所有前来牙齿矫正的孩子送上福利。正畸本金10倍翻,充100元抵1000元(10000元以上方可使用,每人现充一次),详细情况以该院公告为准。

此外,康美诺每周安排专家亲诊,7月8日是浙江省口腔医院正畸博士丁王辉。关于牙齿矫正有疑问的市民,可以到院与专家面对面咨询。



扫一扫
获取更多爱牙知识