

本版主持人  
医疗·健康新闻部主任:王淑云  
电话:13939258016  
E-mail:yjlxkb@163.com

鹤壁市健康教育中心  
保健与健康讲座

## 大病来前 转瞬即逝的 身体症状能预警

美国佐治亚州的医学博士最近出版了《你身体的红灯发出警报》的修订本,介绍人体生病前会出现哪些征兆。其中6种转瞬即逝的症状,需要您格外注意,否则会有生命危险。

**症状:四肢麻木、刺痛,精神紊乱、晕眩,说话打颤、语无伦次**

尤其是面部或者身体一侧出现上述情况,就可能是中风,也就是脑卒中的前兆,它们预示向大脑供血的动脉堵塞或破裂。如果是大动脉出问题,大脑中很大一部分组织就会受到影响,进而导致半身麻痹,同时丧失语言等功能。如果是小血管出问题,胳膊或腿会麻木。出现上述症状应立即就医。一般说来,血栓发生3小时以内是治疗的最佳时机。

**症状:腿肚子酸痛、胸痛、气短、咳血,这些是危险的腿部血栓形成前兆**

这些症状在久坐之后最易发生,手术后长时间卧床也会出现这种症状。人人都可能患腿部血栓,坐卧时间久了,血液淤积在腿部,腿部出现血栓,小腿肚子肿胀,此时如果突然出现胸痛或者气短,说明血栓可能已经脱落并通过血液进入肺部。那将是万分危险的,要立刻去医院。

**症状:尿血但无痛感**

如果发现尿中有血,即便没有痛感也要去医院。尿血的常见原因有肾结石、膀胱或前列腺感染。严重的可能是肾脏、输尿管、膀胱、前列腺等部位发生癌变。病灶很小的时候,是可以容易治愈的。因此,发现尿血就要尽早就医。

**症状:不严重的哮喘**

哮喘发作时往往伴随喘息或呼吸困难。如果症状不消退,也不恶化,就应该去看急诊。如果不治疗,有可能出现严重的胸肌疲劳,甚至导致死亡。

**症状:抑郁和自杀念头**

有些人抑郁的时候不寻求帮助,因为他们怕别人认为他们精神不正常。实际上,他们大脑中的化学物质已经失去了平衡,这是一种疾病。抑郁症包括悲伤、疲劳、冷漠、焦虑、睡眠习惯改变、没有食欲。出现这些症状,要重视并进行相应治疗。  
(据《东莞时报》)



伴随全球人口老龄化进程,慢性肾脏病近年发病率明显上升。美国第三次健康营养调查数据,20岁以上人群慢性肾脏病患病率达11%,来自北京大学第一医院小样本调查报告显示,慢性肾脏病发病率占普通人群的9.4%。按此推算,我国慢性肾脏病患者超过1亿人,每年就有万分之一的人进入尿毒症患者的行列。慢性肾脏病将是今后影响我国国民健康的主要疾病。

南方医科大学广济医院肾内科主任医师王锋告诉记者,由于人们对肾脏的功能了解太少,对于慢性肾脏病的知识缺乏,缺乏对检查肾脏必要性的认识,导致慢性肾脏病的知晓率低、早期诊断率低和有效治疗率低,这已经成为慢性肾脏病防治的瓶颈。

# 慢性肾脏病——沉默的杀手

## 20岁以上人群慢性肾脏病患病率达11%

### 肾脏功能不好可发生肾衰竭

人体肾脏为一对实质性器官,它不仅是人体主要的排泄器官,也是重要的内分泌器官。人体代谢的废物大部分是溶解在水中通过肾脏滤过排出体外,它对维持机体内部环境的稳定起到相当重要的作用。

### 肾功能衰竭的常见病因

慢性肾功能衰竭的病因主要有糖尿病肾病、高血压肾小动脉硬化、原发性与继发性肾小球肾炎、肾小管间质病变。

### 慢性肾功能衰竭的早期症状

慢性肾功能衰竭在代偿期和失代偿期早期可无任何症状,或仅有乏力、腰酸、

夜尿增多、泡沫尿等轻度不适,此阶段应引起高度重视,及早防治可控制病情进展。

### 慢性肾功能衰竭的防治

防治慢性肾脏病的基本对策是:坚持病因治疗,坚持长期合理治疗,阻断或抑制肾单位渐进性损伤和发展的各种途径,保护健存肾单位。有效的治疗能延缓、停止或逆转慢性肾功能衰竭的发展。

### 血透是尿毒症的良好疗法

慢性肾衰病情渐进性发展,控制得好发展就慢些,血透是治疗良方之一,可排泄部分小分子毒素、缓解中毒症状。如能长期坚持合理的透析,不少病人能存活15年~20年以上。

(据《东莞时报》)

## 男性应每年做一次男科检查

随着环境污染和人们工作压力增大,健康检查显得越来越重要。不同年龄段的男科体检,检查的重点也有所不同。从30岁开始,男性睾酮的分泌量逐步减少,若遇到重大打击或突发疾病,下降幅度还会加大,从而诱发功能障碍。而这些异常现象其实都可以通过男科体检检查出来。

**爱民医院泌尿外科专家提示:**不要把男科检查当成不育或功能障碍患者的专利。和女

性定期做妇科检查一样,中年男性也需要一年做一次男科检查,以便随时监测泌尿生殖系统的健康。男性最好在30岁,特别是35岁以后,每年做一次男科体检。它通常包括三个方面的内容,即生殖系统检查、性心理分析和婚姻生活指导。三四十岁的男性应注重性功能监测,如性功能是否减退、有没有勃起功能障碍,以及是否有前列腺增生和前列腺炎,50岁以上的男性要做前列腺特异性抗原检查。

爱民医院在我市独家引进的“太阳神男性康复治疗仪”,不仅可检查出男性生殖系统血管和神经的病变,对于功能性阳痿、习惯性早泄、阴茎短小、青少年发育迟缓、中老年性功能衰退、经常性梦遗,都具有很好的疗效,对于不同年龄段ED患者的性功能恢复也有显著效果。爱民医院拥有德国腔镜系列,膀胱镜、前列腺电切镜等先进设备,对男性疾病治疗采用微创技术创伤小、痛苦小。

## 胃痛时应及时就医

**患者问:**最近我经常感到的胃痛,疼起来就自己买药吃,有时吃药管用,有时无效。我想彻底检查一下,看看胃部是否出现问题。请问有没有不痛苦的检查方法?

**爱民医院胃肠科专家答:**很多像您一样的胃痛患者往往胃一痛起来就吃药,这是非常盲目的。胃痛止住了,同时也掩盖了病症,不少严重的胃病,如胃溃疡、十二指肠溃疡、胃癌等,初发病症与普通消化不良十分相似,服用胃药能缓解疼痛,却治标不治本。

据临床资料表明,有不少人因用药不慎而引起胃炎、胃肠道溃疡和胃出血等。

正确的做法应是尽早去医院做详细检查,经医生确诊后对症用药,这样才能取得较好的治疗效果。

胃病患者,首先要查明是否感染幽门螺杆菌。在胃溃疡患者中,幽门螺杆菌检出率为70%~90%。爱民医院拥有幽门螺杆菌C14呼气检测仪和日本岛津遥控胃肠诊断系统,最大的特点是体外检查,不插管、无痛苦检查各种胃

肠疾病。只需吹一口气,即可快速、准确地诊断出是否感染幽门螺杆菌及其数量,同时还能用于药物疗效的评价,极大地提高了胃病的诊疗水平。同时,这种不插管、安全有效的检查方法更适合同心脏病患者、老年人、儿童和传染病患者。

**专家提醒:**胃病检查在空腹状态下才准确。当您胃疼、消化道不适的时候,应及时检查,确诊病因,对症治疗,以防胃癌被发现时已成晚期。



## 梦幻可视无痛人流术3分钟 轻松解决意外怀孕烦恼

可视 无痛 微创 安全 快捷 保宫

该技术具有定位准确、安全性高、手术时间短等优点,是迄今为止对身体伤害最小的人流术,并可提前10天终止妊娠,是目前摆脱意外怀孕烦恼的首选方案。

不伤宫颈、身体恢复快,不影响工作和学习;术后采用短波治疗,迅速恢复子宫肌理,不影响生育。开展处女膜修补术、阴道紧缩术。

爱民医院24小时  
意外怀孕援助热线: 3326120

## 无痛包皮、包茎环切术

让男人从此“抛头露面”摆脱束缚

微创·无痛·恢复快·费用低

包皮过长和包茎是先天的发育异常,包皮过长是指包皮遮盖阴茎头部,只有用手将包皮上翻,或当阴茎充分勃起时阴茎头和冠状沟才能露出来;包茎是指包皮口过小、过紧、不能上翻或勃起仍不能露出龟头和冠状沟。

**微创包皮、包茎环切术的优势:**

- 1.手术只需几分钟,安全、无痛、微创、手术效果好;
- 2.随治随走,不用住院,不影响正常工作和生活;
- 3.一次治疗,“性福”一生,术后有效提高性生活质量;
- 4.有利于防止性传播疾病感染,并对早泄有一定的辅助治疗作用。

专家康复热线:0392-3326120

## 治疗痔疮不开刀 十分钟轻松除痔

[微创 微痛 愈合快]

由经验丰富的专家坐诊



诊疗范围:痔疮、肛瘘、便血、便秘、肛门瘙痒、肛周脓肿、直肠脱垂、肛乳头肥大、结肠炎、直肠息肉等疾病。

爱民医院引进目前先进的等离子肛周治疗仪,微创技术,治疗时间短,出血少,几乎无疤,恢复快,无后遗症,治疗效果良好。

爱民医院咨询电话: 3326120