

## 不孕不育门诊

## 六种食物不利于生育

## 咖啡

美国全国环境卫生科学研究所的研究人员对104位希望怀孕的女性进行研究得出结论:咖啡对受孕有直接影响。在这104位女性中,每天喝一杯咖啡以上的女性,怀孕的可能性只是不喝此种饮料者的一半。因此,研究人员提出,女性如果打算怀孕,就应该少喝咖啡。

## 胡萝卜

胡萝卜含有丰富的胡萝卜素、多种维生素以及对人体有益的其他营养成分。然而美国新泽西州罗特吉斯医学院的妇科专家研究发现,妇女过多吃胡萝卜后,摄入的大量胡萝卜素会引起闭经和抑制卵巢的正常排卵功能。因此,欲生育的妇女不宜多吃胡萝卜。

## 酒精

科学研究证明,酒的主要成分是乙醇,乙醇能使身体里的儿茶酚胺浓度增高,血管痉挛,睾丸发育不全,甚至使睾丸萎缩。这样,生精功能就会发生结构改变,睾丸酮等雄性激素分泌不足,会出现声音变细,乳房增大等女性化表现。这种人易发生男性不育,即使生育,下一代发生畸形的可能性也较大。女性可导致月经不调、闭经、卵子生成变异、无性欲或停止排卵等。

## 大蒜

多食大蒜克伐人的正气,还有明显的杀灭精子的作用,育龄青年如果食用过多,对生育有着不利的影响,所以不宜多食大蒜。

## 烤牛羊肉

吃烤牛羊肉是内蒙古、新疆等地居民的习惯,有人发现爱吃烤羊肉的少数妇女生下的孩子患有弱智、瘫痪或畸形。



形。经过调查和现代医学研究,这些妇女和其所生的畸形儿都是弓形虫感染的受害者。

弓形虫感染也叫弓形体病。这种寄生虫肉眼看不见,它主要引起人畜和家禽感染,其原虫引起人畜发病的发育阶段称滋养体,滋养体在显微镜下的外形像弓,因此而得名弓形虫。弓形体病可至少使60余种牲畜或家禽感染,当人们有机会接触这些牲畜并吃了这些畜禽未熟的肉时常可被感染。

湖北省曾就肉食的牲畜感染率进行专门调查,调查结果显示:生猪感染率为11.32%,羊34.5%,鸡11.8%,鸭9.4%。如果你宰杀畜禽后未把手洗干净又去抓东西吃;或拌好饺子馅后尝咸淡;手抓生肉后又去抓熟食;菜板生熟不

分;刀具生熟混用;从冷库取生肉、卖肉或烤肉者……都随时可被弓形虫滋养体污染。

至于爱吃烤肉的妇女只是弓形体病容易感染的一个环节。被感染弓形虫后的妇女可能没有自觉症状,当其妊娠时,感染的弓形虫可通过子宫感染给胎儿,引发胎儿畸形。弓形虫感染是发生胎儿畸形的主要因素。因此,婚前或孕前进行弓形虫抗体检查实属必要。

## 毛棉籽油

长期食用毛棉籽油,可使人患日晒病,表现症状为晒后发作,全身无力或少汗,皮肤灼热、潮红,心慌气短,头昏眼花,四肢麻木,食欲减退,更严重的影响是对生殖系统的损害。

实验研究表明,大鼠食用含毛棉籽油的饲料4个月左右,睾丸明显缩小,精细胞显著减少甚至消失,子宫缩小,内膜及腺体萎缩,卵巢轻度萎缩,肾实质细胞有轻度浮肿。成年男子服用毛棉籽油的提取物棉酚40天,每天60毫克~70毫克,短期内精子全部被杀死,并逐渐从精液中消失;女子则可导致闭经或子宫萎缩,所以育龄青年不宜食用毛棉籽油。

需要说明的是,咖啡、胡萝卜等食物中的营养成分是人体所必需的,本文只是限制食量;而烤牛羊肉、毛棉籽油等则应列为欲生育妇女的禁食食品。

市爱民医院不孕不育健康热线:3931357 6996106  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉路口向西50米

## 男科诊室

## 前列腺疾病向“低龄化”发展

日前,市爱民医院男科的田大夫告诉笔者,今年高考结束后,他接待了一位考生。考生是直接来自考场过来的,长得白白净净的,但脸色不太好,问哪里不舒服,他说最近感觉总是腰疼,会阴部还有点疼痛,总是想小便,但是又尿不了多少。尿液中还有些透明的分泌物。经检查,田大夫诊断为患者患上了急性前列腺炎。

田大夫说,如今前列腺疾病正在向“低龄化”趋势发展,像这样20岁左右的病人也越来越多。比如高考考生由于课业压力比较大,经常熬夜又得不到充分的休息,并且长期久坐,喝水少,有憋尿习惯;还有一些孩子常上网打游戏,一坐就是半天,也有憋尿习惯。而

长期憋尿容易造成尿液中的细菌感染前列腺产生急性炎症;另外部分外出打工的农村青年,平时不太注意个人卫生,经常观看带有色情内容的杂志、视频等并伴有手淫,使得前列腺经常充血从而引发炎症。

前列腺患者应做好以下几点:多喝水;勤排尿;多活动;注意个人卫生,勤换内衣内裤;注意休息,保持良好的心理状态。

医生在遇到此类病人时,医治是一方面,最好能和患者一起聊聊天,多方面开导,以帮助他们恢复心理健康。

市爱民医院男科健康热线:3368120 6996120  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉口向西50米

## 妇科门诊

## 夏季谨防妇科炎症

夏季是妇科炎症的高发季节。专家提醒,夏季要警惕以下几类妇科炎症:

## 宫颈糜烂

宫颈炎以慢性多见,常表现为宫颈糜烂。宫颈糜烂病人主要症状有白带增多,呈黄白色或浓液样,有时伴有腰酸、下腹隐痛及下坠感,部分有尿频、月经量增多或经期延长、不孕等现象。

## 盆腔炎

妇科常见病,主要由于产后或流产后感染、宫腔内手术操作术后感染、经期不卫生、邻近器官的炎症直接蔓延、慢性盆腔炎急性发作等。全身症状不明显,有时候有低烧、精神不振、周身不适、失眠,下腹部坠胀、疼痛及腰骶酸痛、月经不调等。

## 尿路感染

夏季是女子尿路感染的高发季节。女性下尿路容易充血、肿胀,当出汗多、饮水少时,尿液少且浓,不能及时将入侵的细菌冲洗出去,增加了细菌的感染机

## 附件炎

附件炎在妇科炎症中是最为常见的。急性附件炎主要表现为发热、打寒战、下腹剧痛等,甚至可能会有体温升高等症状;慢性附件炎则表现为不同程度的腹痛,或小腹坠胀和牵扯感,伴有白带增多、腰痛、月经失调等症状。

市二院新院妇科专家提醒您:如果患了妇科炎症应及时到正规医院就诊。目前采用“活氧杀菌”技术治疗妇科炎症,利用低温等离子技术和生物工程技术研制的纯物理治疗方法,能更深入、更全面、更快速作用于病灶,同时避免并发症、后遗症。经临床验证效果显著,是世界卫生组织倡导的无创伤、无痛苦、安全的全新治疗方式。

地址:新区鹤煤大道福田三区东50米市二院妇产科  
就诊热线:3289777  
网址:hbfc.com

## 别带胃溃疡出行

胃溃疡是多发病、慢性病,易反复发作,因而要治愈胃溃疡,需要一个较为艰难持久的历程。患者除了配合医护人员进行积极治疗外,还应做好自我保健。特别是假期出行的日子里,起居饮食方面更是不可掉以轻心,别让疼痛干扰了你的轻松心情。

怎样做好旅途中的保护措施呢?小编与您分享几点细节:

## 避免精神紧张

胃溃疡是一种典型的身心疾病,心理因素对胃溃疡

影响很大。精神紧张,情绪激动,或过分忧虑都会对大脑皮层产生不良的刺激,使得丘脑下中枢的调节作用减弱或丧失,引起植物神经功能紊乱,不利于食物的消化和溃疡的愈合。

提示:在选择游玩项目的时候,尽量不要选择刺激系数太高的项目,比如过山车、冲浪等。

讲究生活规律  
注意气候变化

胃溃疡病人生活要有一定规律,不可过度疲劳。劳累

过度不但会影响食物的消化,还会妨碍溃疡的愈合。溃疡病人一定要注意休息,生活起居要有规律。溃疡病发作与气候变化有一定的关系,因此患者必须注意气候变化,并根据天气的冷暖,及时增减衣被。

提示:出行前一定要了解目的地的气温情况,做好充足的准备。如果参加漂流、泡温泉等活动,记得及时保暖。

## 注意饮食卫生

不注意饮食卫生、偏食、挑食、饥饱失度或过量进食冷

饮冷食,或嗜好辣椒、浓茶、咖啡等刺激性食物,均可导致胃肠消化功能紊乱,不利于溃疡的愈合。注意饮食卫生,做到一日三餐定时定量,饥饱适中,细嚼慢咽,是促进溃疡愈合的良好习惯。

提示:新到一个地方,当然要去“尝鲜”,有可能的话还要吃遍当地美食。在准备“开怀畅吃”之前,患者要注意自己的饮食禁忌,切不可因为游玩而“破戒”,免得在途中再度忍受疼痛。

市爱民医院胃肠科健康热线:3368120 6986862  
地址:鹤壁新区淇河路与107国道交叉口向西50米

## 如何预防大肠息肉

大肠息肉多发生于直肠和乙状结肠。统计资料显示,单发性息肉复发率为15%,而多发性息肉复发率为35%左右。专家提醒:预防大肠息肉复发应该注意以下几点:

1.保持大便通畅,养成良好的排便习惯。如果粪便停留在大肠内的时间太长,即会刺激肠黏膜增生,引发息肉。

2.找准病因治疗慢性炎症。结肠的慢性炎症如肠结核、溃疡性结肠炎等可刺激大肠黏膜而引起增生,若根据不同的病因治疗慢性炎症,可降低大肠息肉的

复发。

3.平日多吃富含纤维素的绿叶蔬菜,减少脂肪类和刺激性食物摄入。

4.适当补充抗氧化维生素,如维生素C和维生素E等,能有效预防大肠息肉的复发。

5.坚持定期复查肠镜。对单发性息肉每两年复查一次,多发性息肉每年复查一次,怀疑有息肉癌变者应3个月~6个月复查一次肠镜。

市爱民医院肛肠科健康热线:6986863 3368120  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉口向西50米