肥胖导致肝脏老化被证实

人们一直怀疑肥胖会加速人体的老化,但这一理论一直没有得到证实。美国一项研究首次评估体重对生物学年龄的影响,并得出结论:肥胖会大大加快肝脏的老化。所以,胖子更容易出现多种与年龄有关的疾病,包括肝癌。研究指出,胖人肝脏组织的表观遗传学老化,有助于人们理解一些常见的肥胖并发症,比如胰岛素抵抗和肝癌。肥胖会加速老化,这一发现再次强调了维持健康体重的重要性。

前沿

八成不孕症患者有人流经历

(上接B01版)

本报记者　徐洁　陈晓丽

人为终止妊娠让女性早衰

人工流产手术中,医生使用器械进入子宫腔内,吸刮或钳刮的方式,把已经发育但还没有成熟的胚胎和胎盘从子宫里取出来,以终止妊娠。门诊中,每遇到青春期女孩因意外怀孕来做流产,马迎春医生都格外心疼。

“青春期女孩生殖器官发育不成熟,流产手术对子宫内膜、宫颈的损伤比较大。”马迎春说,女性阴道自身可以形成平衡的菌群环境,子宫内膜也可分泌杀菌的因子,抵御外界的细菌感染,这是女性的身体防御机制,而青春期女孩这一机制不够完善,因此,刮宫手术导致感染的几率比成年女性大得多,人流手术的感染途径一是阴道感染,二是通过宫腔内的淋巴系统导致的感染。

不要认为细菌感染是打打针就好的小事儿。流产手术中的细菌感染会导致输卵管不通或盆腔炎症,这些将直接导致不孕症。

马迎春说,一项医学统计认为,80%以上的不孕症女性都有人工流产史。另外,手术时发生的刮宫不全或穿孔、内膜炎、复旧不良而致的出血、月经紊乱等也是比较常见的。

一般来说,多数女性只考虑到人流手术对肉体的损伤及疼痛,而未认识到不痛不痒的激素变化对人体的影响。实际上,内分泌变化则是对身体隐形的伤害。生育是人体自然的生理现象,肌体对此有充足的适应与准备,人为地中断妊娠,肌体内分泌水平会急剧下降,没有一个缓慢的适应过程,这对人体是一个隐性的打击。一种医学观点认为,如果反复多次人工流产,肌体会遭到显性的和隐性的损伤,各方面的功能慢慢减退,出现早衰。

一些人认为相对手术流产,药物流产更为安全,对身体的伤害性也小。医生提醒,药物流产如果流不干净,长期流血很可能引起感染,并且需要做清宫手术,对身体损伤较大,造成不孕症的机会较高。做药物流产需要严格的适用条件,并不能单纯认为药物流产更安全。

选择适合自己的避孕方式

防止反复流产对身体造成伤害的最有效途径,就是做好避孕措施。

在国外,为了早早让大家形成正确的性观念,有些学校会为学生免费发放安全套。但是,在国内,性教育常常处于缺失的地位。

专家表示,避孕药和安全套都是推荐的避孕方式,不过不少人仍然奉行安全期避孕的措施。事实上,安全期和排卵期按照月经周期进行推算并不完全准确,排卵还会受到健康、情绪等因素的影响,例如在情绪激动的情况下往往会“即兴排卵”或“提前排卵”,很容易导致避孕失败。此外,精子在女性体内最长可存活五天,因此,安全期遗留精子可能在排卵期依然活跃,也会导致怀孕。

据了解,出于不同原因,有相当部分年轻人经常在无保护措施的性行为后,服用紧急避孕药进行补救,对此,专家表示,紧急避孕药有效性有限,在正确使用下成功率在80%左右,仍有较高的意外妊娠风险。服药前有多次无防护性行为,服药后有再次甚至多次的无防护性行为,以及事后至服药的间隔时间过长等,都会增加紧急避孕药的失败率。因此,服用紧急避孕药不能作为常规避孕方式使用,应树立计划避孕的理念,采用事前、常规避孕措施。

新婚夫妇

以男性使用安全套、女性服用短效口服避孕药为佳。如果打算在半年内生育,不适用长效避孕药。服用长效避孕药后,需要在停药后半年才可怀孕,否则对胎儿不利。

分居夫妇

以男性适用安全套、女性服用探亲避孕药片为佳,不宜使用安全期避孕法。因为两地分居夫妇重逢后情绪激动,容易导致即兴排卵,安全期推算不准,容易导致避孕失败。

哺乳期女性

以男性使用安全套、女性使用阴道隔膜加避孕药膏为佳,不宜使用口服避孕药,因为口服避孕药会对乳汁分泌和婴儿的生长发育产生影响。

已生育夫妇

以女性宫内节育器为佳,如果需要再次生育,取出宫内节育器即可。子女幼小时,男女双方不宜采取结扎术,以防万一子女发生意外。虽然男女都可以再通,但毕竟有一定的难度。如果不打算再生育,则以结扎术为佳。

更年期妇女

以安全套、避孕膜为佳,不宜口服或注射避孕药。更年期女性卵巢功能逐渐衰退,往往表现为月经紊乱,口服或注射避孕药物会加重月经紊乱。

手机不仅能挂号,还能看检验结果

山大附属生殖医院开通掌上医疗服务平台

本报济南10月13日讯(记者　李钢)　在手机上不仅能挂号,还能及时查询检验单结果。近日,山大附属生殖医院的掌上医疗服务平台系统正式上线,患者下载安装后,可轻松享受预约挂号、排队取号、查询排队顺序、检验报告查询、费用查询、预约记录、实时提醒等服务。

12日上午,在山东大学附属生殖医院门诊,相比排着长队等待挂号的患者,29岁的张女士显得尤为轻松。她拿出手机,通过手机预约的号码,根据预约时间直接去就诊。“我提前一天在手机上预约了医生号,用了不到一分钟,动动手指就搞定了。”张女士说的正是该院的“山大生殖掌上医疗服务平台”系统。

据介绍,该系统是一款安装在智能手机上的移动智能终端,患者通过扫描二维码,将“山大生殖掌上医疗服务平台”安装在自己的手机上,可以随时随地轻松享受预约挂号、排队取号、查询排队顺序、检验报告查询、费用查询、预约记录、实时提醒等服务。

相比普通的预约系统,该系统不但可以提供诊前的预约挂号,而且可以为现场排队的患者提供取排队号、查询排队顺序等排队服务,同时还增加了叫号提醒服务,患者不必在拥挤的环境中排队取号,也不必停滞在拥挤的门诊等候区等待叫号。该系统还可以实现一对一的即将叫号提醒服务,当诊室呼叫患者时,手机可同步振铃提醒患者,患者不必担心错过叫号。

检查结束后,等结果也是很费时间的一件事。通过该系统,患者可以在第一时间查询检验单结果,同时可以查看、归类、排序、管理之前的详细检验结果,在需要时随时打印,避免在医院长时间等待化验结果。“比那么多纸质报告单方便多了,而且也环保。”张女士说。

该院相关负责人透露,该系统还将不断完善,后期可以智能化判断患者所需要预约的项目是否适合患者就诊,或者为患者推荐预约项目和预约时间。

据悉,目前山大附属生殖医院已经开通网站、电话、自助、诊间预约等多种预约方式。

医人说医

主任医师的告诫:

年轻女性且行且珍惜

作为一名从医31年的妇产科医生,已为人母,又为人外祖母,欣喜之余,甚为现在年轻女性的生育状况担忧,青春期不懂避孕或者不避孕,意外怀孕、人工流产导致子宫内膜受损,宫腔粘连,继发不孕,婚后夫妻离异,悲剧不断。出差途中,不忍小憩,作诗一首,易懂易记,内容包括子宫内膜的生理解剖特点、人工流产的危害及避孕药的使用方法和益处。呼吁年轻女性且行且珍惜,保护脆弱的子宫内膜和珍贵的生育能力。

《子宫内膜的倾诉》

排卵期厚度不过十四五(毫米),
月经期四五都不足,
非孕时,一月脱层皮,
妊娠时,肥沃育儿女。
有我时,要懂得去珍惜,
失去了,沃土变成盐碱地。

“不小心有了,睡一觉没了”,
无痛流产,听着似乎很容易,
岂知——
流走的还有育儿的地!
少年无知,尽兴随意,
小主啊,且行且珍惜!
留住沃土,传宗接代繁衍生息。

避孕药,无大忌,
每天一粒,
美你身心,呵护我皮,
偶尔紧急,一粒就能避四日。

山东省千佛山医院妇产科　荣风年

八旬郎中收徒面授中医经验

10月9日,来自江西省、安徽省以及我省潍坊的13名中医药学科医生、“准医生”,正式成为全国名老中医药专家张奇文的徒弟。

这13名新入室的徒弟有的目前已是当地医院的副主任医师,有的是高校中医药学科在校生。拜师后,他们将获得张奇文教授倾囊相授,继承名老中医的衣钵,致力于继承、发展、弘扬祖国中医药传统文化。

近年来,我国为切实做好名老中医药专家学术经验的传承工作,由国家中医药管理局成立了名老中医专家传承工作室。2013年,由我省全国著名中医药专家张奇文创办的潍坊百寿堂中医门诊入列,开始以“师徒传授”的方式传承中医药学,有力地推动了当地传统中医药事业的发展。

据悉,今年80岁的张奇文已经行医60余年,曾任山东中医学院党委书记、山东省卫生厅副厅长。张奇文认为,“师带徒”和“家传”仍是比较适合中医药学科特点的两大传承体系,老中医数十年在诊病时不断探索和感悟得来的临床经验,非耳提面命不易为外人掌握。

本报记者　乔显佳