

苦夏来杯淡盐水保护水平衡

暑天出汗多,随汗液流失的钾离子和盐也比较多,低血钾会引起人体倦怠无力、头昏头痛、食欲不振。防止缺钾可多吃些富含钾的食物,如草莓、杏子、荔枝、桃子、李子、大葱、芹菜、毛豆等。茶叶中亦含有较多的钾,热天多饮茶,既可消暑,又能补钾,可谓一举两得。补充盐分每天可饮用一些盐开水,以保持体内酸碱平衡和渗透压相对稳定。冲调淡盐水时,500毫升水放普通勺子的1/10食用盐即可,水温在20℃~30℃之间。

本期健康大讲堂关注前列腺健康

做了前列腺增生手术还会得前列腺癌吗?



24日下午,本报联合山东大学第二医院主办的健康大讲堂在医院门诊一楼热烈开讲。山大二院泌尿外科副主任宋鸿彬副教授和葛南副教授分别为读者讲解了前列腺增生和前列腺癌的相关问题,并在讲座结束后回答了读者的众多疑问。专家表示,无论是前列腺增生还是前列腺癌,只要别讳疾忌医,积极治疗,都能取得很好的治疗效果。

文/片 本报记者 陈晓丽

前列腺炎是老年人 才会得的病吗?

宋鸿彬:前列腺增生是老年性退化疾病,但前列腺炎不是

前列腺是只有男性才有的腺体,在门诊中有时会碰见女性说自己得了前列腺炎,就闹笑话了。前列腺位于膀胱下面,包绕着连接膀胱的近端尿道,大约20克,像胡桃桃一般大小。

前列腺有着重要的功能,例如分泌功能,分泌前列腺液,作为精液的主要组成部分;内分泌功能,前列腺内含有丰富的5 α 还原酶;控制排尿,参与组成尿道的括约肌,俗称“把门的”;运输功能,前列腺内有尿道和射精管穿过,是射精和排尿通道。

良性前列腺增生是泌尿外科最常见的疾病之一,据国外一项统计,50岁以上男性约有50%患有良性前列腺增生,80岁以上患者可达80%到100%。前列腺增生是一种老年性退化疾病,由于腺体不断增长所致,以前也被称为前列腺肥大。如果一个人原来的前列腺体积是20毫升,20年后前列腺组织就能达到32毫升。前列腺增生是50岁以上男性的常见病,与体内一种叫做双氢睾酮的雄激素分泌过多有关,会明显影响患者的体力和社交能力,严重影响其生活质量。

需要与前列腺增生区分的是前列腺炎,很多年轻人被诊断为前列腺炎的时候都会问,“这不是老年人才能得的病吗?”其实不然,前列腺炎是由于腺体内被细菌感染后发炎,导致充血水肿的疾病,只要有腺体存在,就有发炎的可能。

得了前列腺增生 只能选择手术吗?

宋鸿彬:药物治疗是首选的治疗方式,需长期服用

当出现了以下几种症状时,你可能就患有前列腺增生:尿频、夜尿频繁、尿急(不能忍尿)、排尿不完全(尿不尽感)、开始排尿时间延迟、排尿间断、尿痛、尿失禁等。前列腺增生会导致膀胱



与医生面对面交流,收获了在诊室和网络中得不到的知识。

中的残留尿增加,而尿液长期在膀胱中沉淀后,易形成微粒,引起结石,还存在感染的风险。长此以往,还会导致肾积水、肾功能衰竭和尿毒症。

为了确诊,可能需要做PSA(血清前列腺特异性抗原)检查,以帮助排除或诊断前列腺癌。经腹或经直肠前列腺B超可判断前列腺体积的大小。此外,尿常规、残余尿测定、超声上尿路显像、尿动力学检查等都可能需要配合进行。

确诊为前列腺增生后,药物治疗是首选的治疗办法。当症状严重时,可以选择手术治疗,包括开放手术、经尿道前列腺切除术、钬激光前列腺切除术,其中钬激光前列腺切除术是近十年来发展最快、更为优越的手术方式,可以完整摘除前列腺增生部,属于微创手术。

前列腺癌的 发病原因是什么?

葛南:与人均寿命延长、家族史、饮食习惯等有关

前列腺癌在小于45岁的男性中非常少见,随着年龄增长,发病率急剧升高。40岁以后每增加10岁,发病率就几乎加倍。当家族中有直系男性亲属患前列腺癌时,该家族中男性发病率也会明显增加。由于摄入过多饱和脂肪酸,经常食用高动物脂肪蛋白的男性也是易发人群。此外,前列腺癌的发病还与入种、前列腺内出现细胞异常改变、雄激素和日照时间有关。

相对于其他癌症,前列

腺癌属于发展最缓慢、最温和的癌症,如果早期发病没被发现,可能10年以后才会发展到晚期。

前列腺癌 有哪些早期症状?

葛南:早期几乎没征兆,出现症状基本已到晚期

前列腺癌的起病比较隐匿,因此早期可没有任何预兆症状,仅仅是在普查时发现PSA升高或直肠指检的时候发现前列腺异常。一旦出现症状,常属于较晚期的进展性前列腺癌,例如出现排尿障碍、尿频尿急尿痛等,这些症状与前列腺增生相似,容易漏诊,当老年男性出现排尿障碍,不能想当然地认为是前列腺增生。

“做了前列腺增生手术就是切掉了前列腺,也就不会得前列腺癌了。”这是很多人的认识误区,前列腺癌好发于前列腺的外周带和中央带,这恰恰是增生手术后的保留部位,因此,前列腺增生手术并不能排除前列腺癌的发病可能。

穿刺活检是前列腺癌的诊断金标准,其他还包括直肠指检、PSA检测等。其中,《中国泌尿外科疾病诊断治疗指南》建议,50岁以上有下尿路症状的男性应每年进行常规的PSA检测和直肠指检;有前列腺癌家族史的男性应该从45岁开始定期检查和随访;对于直肠指检异常,有临床征象(例如骨痛、骨折等)的应进行PSA检查。

前列腺癌的治疗方式主

要包括根治性手术治疗、放疗和内分泌治疗。根治性前列腺切除术是治愈局部性前列腺癌最有效的方法之一,但手术创伤较大。而对于局部晚期的患者,手术后还要配合辅助内分泌治疗,用于治疗切缘残余病灶、减少残余阳性淋巴结和微小转移病灶。当病情已经发展到晚期,失去了手术机会时,主要采用内分泌治疗,治疗效果仍然较好。

专家介绍:

宋鸿彬,副主任医师,副教授,山东大学第二医院泌尿外科副主任。从事泌尿外科专业20余年,注重理论联系临床,能熟练掌握泌尿外科的常见病、多发病的诊断治疗,并对泌尿外科少见疑难病症有独到见解。特别对肾上腺疾病、泌尿系结石、泌尿系结核、泌尿系肿瘤有较深入的研究,对前列腺增生症、前列腺炎有丰富的临床诊治经验。

葛南,副主任医师,副教授,山东大学第二医院泌尿外科副主任。兼任山东省中西医结合学会泌尿外科分会委员、中国抗癌协会山东省泌尿外科学专业委员会委员、山东省科技厅科技成果评审专家库成员。熟练掌握泌尿外科常见病及多发病的诊断与治疗,尤其擅长肿瘤、结石及前列腺的微创手术治疗,并熟练掌握泌尿外科腹腔镜手术。获得山东省高校优秀科技成果奖,承担国家级、省级科研课题3项,在国内外专业学术杂志发表论文十余篇,出版专业著作4部。

南市60岁以上的牙缺失老人均可报名申报此次援助活动。

王辉东院长介绍,此次活动中,圣贝慈善基金还将援助10名缺牙老人1万元种植牙基金,同时还将给予300名缺牙老人不同额度的牙缺失援助金。

济军第456医院将 举办大型义诊活动

“八一”建军节来临之际,济南军区第456医院将在8月1日-8月31日举行“服务百姓健康行”大型义诊活动。届时,医院将派出神经内科、妇产科、心血管内科、呼吸消化科、普外科、感染科等科室的专家和骨干医生参与义诊,并派出护理专家提供咨询服务,把健康带进社区、带进乡村。

同时医院还将开展大型惠民诊疗服务。尿常规、空腹血糖、尿素氮、肌酐等检查项目全部5折起;小儿微量元素、特诊科所有超声检查8折优惠;妇产科中药熏蒸及盆底康复治疗均为7折;学生可持学生证享受视力矫正治疗7.5折优惠;60岁老人可免费进行白内障筛查。(李雁雁)

北京三甲医院疤痕 公益专家团走进济南

7月26日,由我国疤痕医学学术权威期刊《中华损伤与修复杂志》主办,光明网卫生频道和中国疤痕论坛协办,中国祥云京城皮肤病医院与山东大学齐鲁儿童医院联合承办的北京三甲医院疤痕公益专家团全国巡诊活动在山东大学齐鲁儿童医院拉开帷幕。

活动邀请解放军总医院烧伤整形医院全军烧伤研究所所长郭振荣教授、中国祥云京城皮肤病医院院长蔡景龙教授、北京积水潭医院陈欣教授、山东省立医院王德昌教授、山东大学齐鲁医院胡振生教授等国内知名专家现场为患者答疑解惑。活动得到了济南地区患者的积极响应,数百名烧烫伤疤痕、外伤疤痕、疤痕疙瘩等患者参加此次公益活动。

据悉,活动将汇集全国数十位知名专家,历时一年,行程覆盖我国主要省份,希望为更多济南患者解决疤痕为生活带来的困扰。

肾病、尿毒症患者—— 侯主任： 中医治肾第一人

没试过中医,别说你的肾病治不好!只要还有尿,就有希望!

治肾病、尿毒症,就像打仗一样,讲究的是阵地战,指标要降下来,还要守得住。有好多患者,指标刚降下来点,过几个月又反弹了,甚至更厉害,那有什么用?怎么降?怎么守?怎么阻止尿毒症透析?西医不行,就得中医!

北京航天总院的侯芳主任告诉大家:治别的病我不行,但治肾病我敢说十拿九稳!不用激素——不用喝汤药——不必担心复发——更不必担心尿毒症透析,这就是中医的力量!

日前,由侯芳主任亲自撰写的《中医治肾病不透析》一书正式出版,该书通过100多页的内容为您讲述“中医巧用水蛭治肾病”的奥秘,无论您是患肾炎,还是尿蛋白、肌酐高,或者是已经透析的患者,只要还有尿,只需掌握书中的秘诀,就有治好的希望!

现在,《中医治肾不透析》公开赠阅,我市特批200本,送完即止。免费领书热线:400-6186-603

圣贝口腔启动寻找“一口坏牙”活动

7月25日,济南圣贝口腔医院等组织的“8020拒绝老掉牙公益行动”——全城寻找一口好牙评选仪式正式举行,两位“泉城好牙”名单揭晓,各获得由圣贝慈善基金

会提供的10万元爱牙基金。与此同时,8020公益行动——悬赏10万寻找“一口坏牙”活动正式开启。

济南圣贝口腔医院院长王辉东指出,“8020拒绝

老掉牙公益行动”旨在提高中国老年人群口腔健康水平,增强口腔保健意识。第二季活动目前正式启动,将再次拿出10万爱牙基金,面向全城寻找“一口坏牙”,济