

前列腺为什么容易“生病”？如何保护？

凌波 实习生 杨梦婷/文 冷子璇 /图

前列腺是男性的重要器官。一方面,它是形成尿道的一部分;另一方面,它会产生前列腺液,是精液的主要成分,为精子活动提供能量来源。所以,前列腺被称为男性的“生命腺”。

那么,前列腺为什么容易“生病”? 前列腺常见疾病有哪些? 怎样保护前列腺?

11月18日上午,本报健康热线0551-62623752,邀请了合肥市第一人民医院泌尿外科主治医师闻竹与读者交流,和大家一起谈谈“如何保护前列腺”。

名医简介

闻竹 合肥市第一人民医院泌尿外科主治医师,医学博士在读,中共党员。安徽省抗癌协会泌尿生殖肿瘤委员会首届青年委员,现为微创学组及修复重建学组委员。曾获安徽省内泌尿外科手术视频大赛二等奖,完成安徽省男科疾病规范化诊治及显微外科培训。多次至北京及上海等多家医学中心学习,在国内核心期刊发表多篇文章。



前列腺为什么容易“生病”？

读者:您好,我今年45岁,最近单位体检查出前列腺肥大。我平时饮食规律,也没有不适症状,为什么前列腺还会出现问题呢?

闻竹:女性的泌尿道和生殖道是两个通道,而男性是一个通道兼顾二者。尿道和射精管道在前列腺这个部位汇合,所以,它就更容易出现问题。

一般来说,50岁以下的男性出现前列腺肥大等问题,我们考虑是炎症反应。如果您没有出现排尿障碍等症状,建议您不要紧张,先去医院复查,医生会给您专业意见。

前列腺常见疾病有哪些?

读者:医生您好,我父亲63岁,最近晚上经常起夜,小腹有拉紧感,是不是前列腺出现问题了?

闻竹:前列腺常见疾病主要为以下四类:前列腺炎,是中青年男性发病率最高的泌尿生殖系统疾病;前列腺增生,往往老年男性出现排尿障碍,都是这个问题,经常听到的说法就是尿频尿急、尿不尽、夜尿增多、尿线变细等;前列腺癌:男性常见的恶性肿瘤,发病原因尚不清楚,但近年来发病率有所增高,可能与体检的完善有关;前列腺结石及钙化:往往在体检时发现,说明曾得过前列腺炎或正处于炎症状态,与前列腺癌关系不大,若无不适,无需多虑。

考虑到您父亲的年龄,建议您尽快带他就医,做进一步检查。

怎样保护前列腺?

读者:您好,我今年29岁,身边50岁以上的男性基本都有前列腺疾病。想问问您,怎样保护前列腺?

闻竹:要想保护好前列腺,需要牢



记以下注意事项。

- 1.前列腺位于阴囊和肛门中间的部位,久坐容易受压,从而产生疾病,应避免久坐。
- 2.与睾丸喜冷不同,前列腺是怕冷的,受凉会使腺体内管道受损,不利于尿液排出,导致前列腺疾病发作,这就是为什么冬季很多高龄男性会出现尿滞留的原因之一。
- 3.正常情况下,男性尿道下段可能存在细菌,排尿时可以起到冲刷作用。憋尿会减轻这种作用,从而诱发炎症,所以应尽量避免憋尿。
- 4.酒精使前列腺毛细血管扩张、充血,腺体肿胀后会出现排尿不畅等症状,所以要尽量避免酗酒。
- 5.任何疾病都会和吸烟挂钩,建议少抽或者不抽。
- 6.辛辣刺激食物会使前列腺血管扩张,降低前列腺的抵抗力,容易使细菌定植,从而出现急性前列腺炎或慢性前列腺炎急性发作。建议饮食规律,避免过于辛辣刺激。
- 7.过多频次的性生活会使前列腺长时间充血,诱发炎症。过少的话,不易排出前列腺液,可能堵塞腺管,造成疾病出现。所以,性生活次数要适当。
- 8.最后,平时应多饮水,注意休息,适当运动,注意保持下体卫生,否则出现感染,也会导致前列腺炎。

天气渐冷,这三种疾病易高发

朱沛炎 记者 马冰璐

入冬以来,随着气温的逐渐降低、降雨的不断增多,心脑血管疾病、消化道疾病、类风湿疾病又到了高发期。记者近日从合肥市第二人民医院门诊了解到,本周以来,心脑血管内科、消化内科、内分泌科的患者增幅均在20%以上。

心脑血管疾病年轻化

27岁的小张刚参加工作不久,平时工作强度较大,前些天早起后突然头晕,半侧肢体还有些麻木,他都没放在心上,还正常上班,直到下午实在是坚持不住了,才来到合肥市二院广德路院区门诊就诊,医院立即启动卒中急救绿色通道,检查结果为脑干及小脑梗死。

合肥市第二人民医院广德路院区神经内科副主任医师岳宏介绍,卒中,俗称中风,很多人认为,这是老年病,年轻人无需担心。脑卒中与“三高”、心脏疾病、肥胖以及吸烟酗酒、重口味饮食等不健康生活方式息息相关。长期不健康的生活方式将卒中发生的年龄大大前移,使得年轻人脑卒中的风险明显增加。加上冬天是心脑血管疾病的高发季节,天气突然变冷会使血管收缩加强,造成血压波动,从而引发心脑血管疾病。而且,气温大幅度波动还会造成冠状动脉和脑动脉血管痉挛,导致冠心病和中风。如果患者水分摄取不足、腌制食品大量摄入,血液黏度就会增加,心脑血管疾病的发病风险也就增大。

饮食不当加重消化道溃疡

除了心血管疾病高发外,最近一段时间,合肥市第二人民医院消化内科门诊也是人满为患。反复腹泻、阵发胃部不适的患者屡见不鲜。据合肥市第二人民医院消化内科主任石振旺介绍,入冬以来,天气骤然变冷,人体受到冷空气的刺激,胃酸分泌增加,胃肠发生痉挛性收缩,自身的抵抗力和气候适应性下降。同时,气候转凉后,很多人又喜欢在这个季节里吃火锅等难消化又很刺激的食物,再加上大量饮酒,胃黏膜容易受损,胃肠功能负担加重,导致胃病发作或复发。据介绍,消化道溃疡主要有胃溃疡和十二指肠溃疡等,胃溃疡一般在饭后会出现胃部疼痛,而十二指肠溃疡正相反,是在空腹状况下易出现疼痛反应,有时在夜间也会发生。这两种溃疡都是一到季节交替的时候病人就会增加,而且有一定的节律性和周期性。

湿冷天气诱发类风湿

“入冬一下雨,关节就开始疼,这两天都快下不了床了。”接连几天的降雨导致天气阴冷,让医院里前来看类风湿、骨关节炎的患者逐渐增多。

据合肥市第二人民医院内分泌科叶军介绍,风湿病是一种全身性疾病,它包括风湿热、类风湿性关节炎、骨质增生性疾病等一百多种病症。而类风湿本质上属于一种自身免疫疾病,这种免疫增强会让患者的病情加重。同时,天气因素也会影响炎症因子的表达,加重关节滑膜增生以及炎性细胞浸润,从而加重患者的病情。在风湿病患者中青年女性居多,很大程度上是因为体内免疫系统紊乱引起的。由于风湿病大多累及关节而引起疼痛,他提醒那些爱美的都市女性,冬季最好不要穿超短裙,即便要穿也应通过护膝等措施来保护膝关节,因为冬季穿短裙时,膝关节很容易因受到寒冷的刺激而引发关节炎,而膝关节又是人体内体积最大、结构最复杂的关节,它的脂肪含量少,最易受寒冷的刺激。

安徽省2022年诚信(优秀)示范单位公示

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 安徽天诚保安服务有限公司
法定代表人:刘少云 | 安徽天之骄鹅业有限公司
法定代表人:邵西兵 |
| 安徽成拓人力资源管理有限公司
法定代表人:杨陈托 | 安徽绿珍薯业有限公司
法定代表人:杨玲玲 |
| 安徽正航人力资源服务有限公司
法定代表人:朱宁 | 马鞍山市味康芝麻油有限公司
法定代表人:蔡继社 |
| 太湖华曼物业有限公司
法定代表人:王维 | 六安市永固管桩建材有限公司
法定代表人:朱立 |
| 安徽融泓不动产服务有限公司
法人:褚腾飞 | 六安裕驰管道疏通服务有限公司
法定代表人:郭仲一 |