

冬季手术正当时 避免感染好处多

小华有包皮过长的问题，天气稍微热点就频繁往厕所跑，但是他并不是受尿频困扰，而是私处痒痒难以忍受。经检查发现，这是包皮过长产生的包皮垢诱发细菌大量繁殖导致的包皮发炎，让其痛苦难忍。之前经过消炎治疗，他的困扰解除了，但是过长的包皮却像“定时炸弹”，随时都会诱发感染。小华当时考虑到天热怕感染就没去做手术，现在气温降下来了，便准备去接受包皮手术。

冬季是否适合做生殖整形手术呢？笔者走访了洛阳生殖医学专科医院院长杨启茂。据介绍，2010年12月以来，该院已成功实施了近200例包皮包茎、早泄、精索静脉曲张、阴茎延长等男科手术。杨启茂指出，很

多人认为冬季不适合男科手术，其实一年中，冬季最适合做生殖整形手术，男性朋友可以趁此时机到医院进行手术，因为冬季伤口不容易发炎，而且愈合得比较快，利于患者术后康复。

杨启茂还进一步解释道，冬季天气寒冷干燥，是最不利于细菌繁殖的环境，感染的可能微乎其微，不像夏天湿热的环境容易引发感染，再加上人们在冬天洗澡没有夏天频繁，而且出入的都是空调、暖气房间，保暖很到位，所以这种天气更利于外科手术的术后恢复，对于整形手术同样如此。另外，一部分生殖器畸形疾病，如包皮过长、包茎等最易藏污纳垢，在天气寒冷时细菌蛰伏，一旦体质下降，抗病力减弱时，病菌便会趁虚

而入，引发各种生殖感染疾病，所以，一定要及早治疗以绝后患。

家住西工区35岁的李先生，最近一直出现尿不尽的情况，于是就赶到洛阳生殖医学专科医院男科就诊，经过一系列检查后被确诊为前列腺肥大。对此，杨启茂指出，前列腺肥大患者也特别适合在冬天接受手术治疗。另外，他还提醒男性朋友，憋尿会引起生理和心理上的紧张，使尿液中的有毒物质不能及时排出体外，延长了尿液中致癌物质对膀胱的作用时间，容易诱发膀胱癌的发生，因此男性朋友一旦患病一定要及早接受手术。

(周扬)



洛阳生殖医学专科医院协办 咨询电话: 63212222

走出前列腺疾病认识的7大误区

前列腺疾病是男科最常见的疾病，包括前列腺炎、前列腺增生乃至前列腺癌等。但是许多患者都会把不同的疾病混同起来，并且认为多与“性”有关，甚至当成性病看待，结果不敢就医，偷偷摸摸治疗。从临床来看，最常见的前列腺疾病认识误区有七种。

误区一：前列腺炎都有传染性

临床上绝大多数慢性前列腺炎是查不出致病菌的，这一类型不具有传染性。一般情况下，慢性前列腺炎患者可以过夫妻性生活，只是不可过于频繁而已。

误区二：治疗须使用抗生素

慢性前列腺炎有一部分是属于无菌性的，是由一些病原微生物引起的，采用

抗生素来治疗，自然难以取得良好效果。倒是少吃肉类、多吃豆类和蔬菜对保护前列腺有很多好处。

误区三：前列腺炎跟增生是一回事

经常有患者将这两者混为一谈，而且还有不少患者担心慢性前列腺炎会直接引起前列腺增生症。其实，这两种疾病性质完全不同，病因、病理各异，不存在必然的联系。

误区四：将前列腺疾病当成性病

很多患者在发现尿频、尿急或没有性欲时，总误认为是得了性病，加之滥用抗生素自我治疗，反而加快了病情的恶化。其实，男性同时有了上述症状绝大多数是前列腺炎，只有对症治疗才能除根。

误区五：前列腺炎病人应禁止性生活

明显减少或停止性生活对慢性前列腺炎患者没有益处，患者应该根据身体健康状况

而适当安排自己的性生活，既不要过于频繁，也不要禁欲。有规律的性生活不仅不会伤害前列腺，还可以保持前列腺正常的新陈代谢，有利于前列腺功能的恢复并加速炎症的消退。

误区六：随便换药物或治疗方法

治疗前列腺炎，特别是细菌性前列腺炎，应用敏感的药物，不要用药三四天就随便改变药物，因为症状的缓解常需一段时间，早期治疗要维持2周。如果随便换药，易致菌群紊乱，或耐药性产生，最后易致治疗失败或治疗的不彻底。

误区七：前列腺增生只能手术治疗

当出现前列腺增生的轻微症状时，患者可以通过调整饮食及生活习惯加上适当的药物治疗，使症状减轻或消失。适量饮水，少吃辛辣食物、戒酒、避免憋尿和久坐及劳累，这些都是很重要的自我治疗方法。若出现排尿障碍造成血尿、并发肾积水、泌尿系感染膀胱结石等状况时，应及时进行外科手术治疗。(林林)

男性心理

发牢骚 让男人活得轻松

美国哈佛大学的一项研究表明，适度表达自己愤怒的男性，与选择压抑的男性相比，其发生非致命性心脏病的概率是后者的一半，而中风的风险也较后者显著降低。

一个人若能时时保持平心静气，甚至笑口常开，那当然是最好不过的。但当你遇到令人生气的事时，因顾虑某些因素，敢怒不敢言，长此以往造成情绪的压抑，就有可能演变成身体上的某些疾病。

然而，研究者认为，好发牢骚也须遵守这样的原则：必须找到一个能忍受和理解的对象；此外，应努力避免就同一个问题经常发牢骚。

(王文)

健康提醒

慢性前列腺炎患者 “生活新主张”

吸烟、饮酒、嗜辛辣食品都可能导致前列腺充血而使疾病发作。有些病人对烟酒特别敏感，一杯啤酒下去，会阴部就会开始疼痛了，所以，饮食方面一定要遵医嘱。

生活要规律，熬夜要不得。生活节律一旦被打破，机体的平衡失调，就会导致身体抵抗力下降，特别容易引起慢性前列腺炎的炎症发作，反复如此，病情加重越难以治愈了。

不可否认慢性前列腺炎会导致部分患者出现功能障碍，比如早泄、ED，但如果还行的话，可以有适当的性生活，因为定期排前列腺液(前列腺液是精液的一部分)，对疾病也能起到缓解作用。

避免久坐，特别是柔软的沙发。窝在沙发里，前列腺长期充血和盆底肌肉长期遭受慢性挤压，显然容易导致炎症发生。专家指出，像司机最容易患慢性前列腺炎，就是因为久坐的缘故。

(李林)

男人属阳性，体质较好的年轻男性偶尔熬夜，只要此后的睡眠、营养跟上去，基本无大碍。下面，由洛阳生殖医学专科医院的男科专家介绍几种熬夜的食疗方法，以飨读者。

熬夜男人要吃点什么

消痛清热

生地炖鸭蛋

用料：生地20克、鸭蛋1个至2个。
做法：加水适量隔水炖之，蛋熟后去壳，再放入汁中炖20分钟，冰糖调味，食蛋饮汁，每日1次或每周2次至3次。

补肾强骨

猪腰炖杜仲

用料：杜仲25克、猪腰子1个。
做法：隔水炖上述材料1小时。

益气解痛

粉葛生鱼汤

用料：粉葛250克洗净切成小块，生鱼一条去鳃及内脏。
做法：加水适量共煲，鱼熟后放入姜丝、油盐调味，食鱼饮汤。

清火降压

夏枯草煲瘦肉

用料：夏枯草10克、猪瘦肉50至100克，水适量。
做法：上述材料同煲，肉熟后加盐少许调味，吃肉喝汁。

