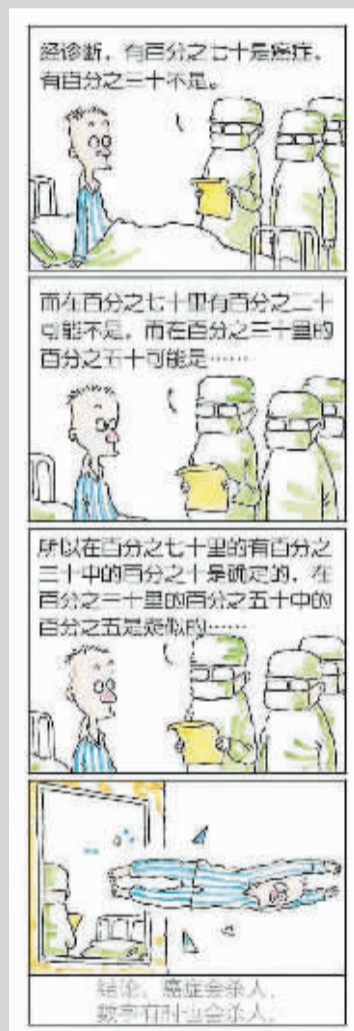




大家都有病

○ 朱德庸 著

大家都有梦 (23)



大家都有梦 (24)

山楂泡水喝,可治慢性前列腺炎

24

症状: 慢性前列腺炎

偏方:

- ①每天用1两~2两山楂泡水当茶常饮。
- ②每天起床和睡前排空小便,平卧屈腿,放松小腹,搓热双手,右手平放在肚脐下方,左手压在右手上,按顺时针方向缓慢按摩。

王先生40多岁,患慢性前列腺炎已有两年多了,常常感到下腹部隐隐作痛,还伴有尿频尿急的症状。他去多家医院看过,打过消炎针,也吃了不少消炎药,但病总是断不了根。王先生说他自得了这病后,不仅自己难受,还影响了夫妻生活,甚至遭到妻子猜疑,苦不堪言。

我本打算先给他进行针灸治疗,但王先生没时间天天往医院跑。于是,我仔细查看了王的病历,确认他得的是非细菌性慢性前列腺炎,就向他介绍了一个偏方:每天用1两~2两山楂泡水当茶喝。

山楂中富含一种叫槲皮素的物质,具有消炎、抗水肿、促进尿道平滑肌松弛等作用,很适合治疗慢性前列腺炎。国外对用这种成分治疗前列腺炎的研究比较多,比如有这样的试验:把患者随机分成两组,都发给外观、口感一样的药片,但一组吃的是槲皮素,另一组吃的只是淀粉类的安慰剂。两组患者连服了一个月药片后,吃槲皮素的患者疗效可达70%左右。

2006年中华医学会泌尿外科学分会制定的中国版《前列腺炎临床诊治指南》,把槲皮素列为有效和值得推荐的药物。山楂泡水当茶喝,不仅能治疗慢性前列腺炎,还有降脂、开胃的作用,非常适宜长期饮用。

王先生听了很感兴趣,决定回去试试。我又得知王先生喜欢吸烟、喝酒,便劝他戒掉。因为吸烟是慢性前列腺炎的诱发因素,过度饮酒也容易引起前列腺水肿性肿大。

我曾经在医院的急诊部工作,有一次收治了一个经常酗酒的小伙子。他在来就医的前一天晚上,喝完一瓶白酒后回家,半夜起来想小便,却怎么也解不出来。他只好来医院,我们给他插了尿管才把尿引出来。

因此,我建议王先生即使一



○ 医学博士 朱晓平 著

时戒不了烟和酒,也要尽量节制。

王先生听了连连点头,回去后果断地戒掉了烟和酒,还坚持每天泡山楂水喝,有时也买点儿山楂片当零食吃。半年后,他路过医院,特意给我送了一箱苹果,说他的前列腺炎一直没有再犯过,妻子高兴,家庭也和谐了。

慢性前列腺炎分为细菌性慢性前列腺炎和非细菌性慢性前列腺炎。前者临床所占的比例很小,在10%以内;后者才是主流,临床占90%以上。上面介绍的这个偏方主要适用于非细菌性慢性前列腺炎,细菌性慢性前列腺炎也可以用它进行辅助治疗。

除了山楂,富含槲皮素的食物还有不少,比如槐米、银杏叶、洋葱、绿茶等,前列腺炎患者可以多吃这些东西。

另一个非药物治疗方法是每天按摩小腹,具体操作如下:起床和睡觉前排空小便,平卧屈腿,放松小腹,把双手搓热,右手平放在神阙穴(肚脐)下方,左手压在右手上,按顺时针方向缓慢按摩。刚开始的时候,每天按摩50圈,以后逐渐增加到100圈以上。

这个方法主要是通过对腹部穴位的刺激,达到一定的治疗效果。长期坚持摩腹,不仅对慢性前列腺炎有疗效,身心也会很舒服。

巧用偏方治百病

副刊

电话:65233688

洛阳社区 我们的家园

洛阳社区 洛阳人的网上家园

广纳言论、开放包容的大型网络互动交流平台
注册人数超过**30万** 日均页面点击量超过**6万**

BBS .LYD.COM.CN

时事 文学 休闲 BBS 教育 户外 娱乐