

痼疾困扰男性，健康渐行渐远？

□记者 裴希婷

【核心提示】

近日，记者在我市各大医院和公共场所了解到，由洛阳市医学会、洛阳晚报、洛阳商报、洛阳协和医院发起的首次洛阳男性健康指数调查问卷活动，不但在广大群众中引起议论，更在我市的医学专家中引起关注和热议。许多人都关注着这样一个以维护男性健康为目的的社会公益活动，以各种方式积极参与这一活动。

昨日，洛阳市医学会有关专家来到洛阳日报报业集团，认真阅读了读者寄来的调查问卷。专家们心情非常沉重，他们坦言，潜在的病患和较长时间存在的慢性病已成为身体中潜藏的“定时炸弹”！



我市各大医院专家对此次活动给予热情关注

1 问卷暴露健康隐患 医生坦言心情沉重

“问卷反映出的问题其实并不是新问题！”昨日，谈起此次男性健康指数调查问卷中反映出的问题，市中心医院营养科主任王朝霞的话令人震惊。

王朝霞说：“从临床来看，许多男性，特别是白领男性存在的健康问题，和他们的不良生活习惯密不可分。当这些不良生活习惯为男性的健康埋下隐患后，紧张的工作造成的巨大心理、精神压力，又会像导火索一样引发这些健康隐患发作，从而导致各种病变的出现。”

她认为，精神压力大、饮食不规律、

熬夜等因素将引发人体胃肠、肾脏、肝脏、神经等多种疾病。如，一些“工作狂”熬夜工作，不能定时定量地吃饭，饥一顿饱一顿，加上大量吃肉、饮酒，加重了肝、肾的负担，而由于没有充足的碳水化合物来供应大脑的工作，又会引发低血糖、脑缺氧、乏力等相关症状。洛阳协和医院的胃肠科主任胡军也认为，现在很多男性越来越喜欢冰镇啤酒、麻辣烧烤等饮食习惯上的改变，让胃肠疾病的发病率不断上升。

河科大一附院康复科主任辛玉甫介

绍，目前，男性颈椎病患者数量逐年上升，且逐渐年轻化，患者年龄从十六七岁到四十岁，多数是因为长期伏案工作或埋头苦学等埋下的病根。在立秋之后，颈椎局部容易受凉而产生肌肉痉挛，诱发颈椎病发作，轻者颈椎疼痛、颈背部酸痛、颈椎僵硬、颈椎运动范围减低，重者上肢酸痛。他说：“每工作半小时就活动一下颈椎，是预防颈椎病最简单的办法，但临床发现，许多患有颈椎病的白领都知道这个方法，只是工作一忙起来就顾不上那么多了！”

2 要事业还是要健康 现代男性两难选择

“现在许多病难以治愈，都是因为患者不注意保养引起病情反复发作而造成！”洛阳协和医院泌尿外科专家、从事男科疾病研究与治疗40余年的张大夫深有感触地说。他无奈地向记者讲起了他的一个老病号的故事。

3年前，一位40多岁的老板患了前列

腺炎，经过张大夫的精心治疗很快就痊愈了，张大夫叮嘱他一定要注意恢复保养，尤其不能熬夜、憋尿、喝酒，结果没有多久这位老板就又来找张大夫，原来是一场豪饮之后疾病复发。

面对张大夫的责备，这位老板却说出了自己的“经济学”：“我昨天在饭桌上

签了个合同能赚40万，治一次病才几千元，您算算这酒我是喝还是不喝？”

结果，这位老板就成为了张大夫的老病号，他的前列腺炎现在也难以治愈。

多位专家坦言，调查问卷的填写情况让他们心情沉重。关爱男性健康应该得到全社会的支持和关注。

健康指数调查拉响男性健康警报

我市医学专家评析男性健康指数问卷

“如果您身体出现了一些轻微的不适通常您会怎么办？”

对此次调查问卷的最后一道题，许多读者都选择了“小事情不会放在心上”或“工作太忙顾不上”。

转变男性健康理念迫在眉睫！

对此，河南科技大学医学院副教授刘春锋说：“随着现代社会工作压力的增大，人们对事业的追求越来越高，社会交往的职责增加，一些人如果处理不好这些压力，或者无法支配好工作和休息的时间、健康意识不足，就会对身体造成损伤。尤其是40岁之前的男性对身体健康的认识不足，处于事业的拼搏阶段，容易将一些临床前期症状较轻的慢性病拖延不

治，最终导致悲剧的发生。其实一些看似不影响工作和生活的慢性病，即使在45岁以后你意识到保养身体的重要性，加强体育锻炼等，也很难将它根除。所以，重视男性健康，应该从现在开始！”

据市卫生局学会办副主任薛松涛介绍，2000年10月28日，国家人口和计划生育委员会发起了“关注男性健康”的倡议和宣传活动，在北京、上海、广州、西安等16个城市开展关注男性健康的服务活动，这一活动不仅要求男性参与计划生育、承担责任，更多的内容是关注男性，让男性享有生殖健康的权利。自此，每年的10月28日被定为“男性健康日”，意在从倡导“大健康”的观念出发，解决男性

生殖保健、心理保健和社会承受能力等方面的困惑和疑虑，创造美满和谐的夫妻生活，提高家庭生活质量。

他建议，媒体和洛阳协和医院的专家科学、认真地将此次调查问卷结果进行科学分析和总结，并向社会公布，以唤醒更多的人关注男性健康。

他表示，此次开展的男性健康指数调查活动，应呼吁全社会提高对男性健康的关注度，把基本的男性健康知识、健康理念带到千家万户，从而在全社会为广大男性营造良好的生活、工作环境，全面提高男性对自身健康的关注，使男性可以更好地承担起家庭幸福和社会和谐的责任。

填调查问卷 得免费体检



读者积极参与调查问卷填写

我市首届男性健康指数问卷提交将截至9月15日

洛阳市医学会、洛阳晚报、洛阳商报、洛阳网、洛阳协和医院推出洛阳男性健康指数调查活动后，受到了来自社会各界的好评。社会的关注、群众的参与，为我市男性疾病科学研究提供了重要的信息和数据参考。

在洛阳协和医院的活动现场，每天都有一些男性朋友陆续来咨询活动和参与填写调查问卷。很多读者在看到活动消息后，希望能通过填写调查问卷，一方面了解一下自己有什么不良的工作和生活习惯，另一方面，来给自己做一次身体检查，防患于未然。为了让更多的男性朋友加入到关注自身健康的活动中来。

主办方特别设立了多种参与方式来填写调查问卷。

1. 拨通活动热线电话参与，并登记有效信息，热线电话：0379-63211111。

2. 将本次问卷填写寄往：洛阳新区开元大道218号洛阳日报报业大厦3楼东厅健康俱乐部。咨询热线：0379-63258700。

3. 请登录洛阳网：www.lyd.com.cn；协和医院官方网：<http://www.lyxhyy.com>参与网上问卷填写。

4. 在洛阳协和医院现场填写问卷调查表。

凡是每位参与填写调查问卷活动的男性朋友，都可以获得由洛阳协和医院提供的免费健康体检套餐。可根据自己的情况在内科体检套餐（内科常规检测、血糖血脂二项、血常规、心电图检测、专家亲诊）、胃肠体检套餐（胃彩超、血常规、便常规、专家亲诊）、男科体检套餐（尿常规、前列腺彩超与残余尿检测、前列腺常规、男性功能检测、专家亲诊）中任选一项。

2011 洛阳市首届男性健康指数问卷调查活动
关爱男性健康 构建和谐家庭

活动咨询热线 63211111

主办：洛阳市医学会 洛阳晚报 洛阳商报 洛阳网 洛阳协和医院 男科诊疗中心