

# 前“腺”失守勿惊慌 治疗方法“百花齐放”

6月16日是我国的“泌尿健康日”，旨在呼吁民众重视泌尿系统的疾病。在泌尿系统疾病中，前列腺增生是男性最常见的一个问题。

## 终身生长的器官

前列腺是男性特有的性腺器官，也是人体非常少有的，具有内、外双重分泌功能的性分泌腺。作为外分泌腺，每天能够分泌约2毫升前列腺液，是构成精液主要成分；作为内分泌腺，它能够分泌自身激素。此外，前列腺是男性身上唯一一个终身在“生长”的器官，当其大小超过一定范围时，就被称为前列腺增生，需要引起重视。

上海市第四人民医院泌尿外一科主任李杜渐介绍，良性前列腺增生是泌尿男科常见病，好发于老年男性。在前列腺增生的早期阶段，患者的症状并不明显。但是随着部分患者自身尿路梗阻现象逐渐加重，前列腺增生的症状会愈发明显，尿频、尿急、

排尿障碍、血尿等接踵而来，严重时甚至影响肾脏功能。

## 治疗方式因人而异

在20世纪末，针对前列腺增生的手术治疗以开放手术为主，创伤大，出血多。进入21世纪后，随着科技的发展和诊疗技术的提高，经尿道电切术及剝除术、各种激光手术等微创治疗方式占主导地位，目的都是通过手术把增生的前列腺腺体剝减或清除，达到减小增生腺体的目的，能够解除后尿道的梗阻，使患者排尿通畅。

当前，前列腺水囊扩张术、前列腺热蒸汽手术和前列腺支架等新技术的成熟运用，也为前列腺增生手术的治疗提供了新思路。该类手术不剝除腺体，既保留了前列腺的基本结构与功能，保留了性功能，又避免了传统手术的并发症，创伤小、出血少，使患者受益。

那么，患上前列腺增生是否一定

要进行手术治疗？有没有一种手术能够适合所有病人？李杜渐主任表示：“每一位前列腺增生患者的症状与表现都不尽相同，有的患者仅仅存在尿频尿急、夜尿增多的问题，合理用药，定期随访就能够很好地解决问题；而有的患者尿道被增生的前列腺挤压，造成反复尿潴留，则需要外科治疗。在外科治疗的过程中，我们会根据每一位患者的具体病情，选择最适合的手术方式，才能获得最大收效。”

## 积极补充蛋白质

时值夏天，人体出汗多，排尿减少，对前列腺患者来说比较“友好”。李杜渐主任还是建议老年人规律作息、戒烟限酒、饮食清淡、参加适当的体育锻炼、避免久坐和憋尿，从而有助于缓解前列腺增生的发展。他特别提出要注意补充蛋白质，如夏天鱼类供应比较丰富，可多吃点，还有鸡蛋、精瘦肉



■上海市第四人民医院泌尿外一科主任 李杜渐

等都能给机体提供营养，另外老年人保持适当的性生活，也有利于缓解前列腺疾病的发展。当然，定期的医院体检也是非常重要的。 记者 梅一鸣

## 白血病检查血常规「做不了主」

血常规指标正常并不意味着没有患白血病，这是因为白血病有很多类型，如急性淋巴细胞性白血病。这种类型的白血病患者可能会出现血常规白细胞的增高，但是也有一些患者不太典型，如慢性淋巴细胞白血病，患者的血常规显示基本正常，此时就不能单靠血常规来诊断是否患有白血病。事实上白血病的血常规检查，也包括对白细胞计数、红细胞计数和血小板计数三项指标的检测。由于白血病患者骨髓中的干细胞出现了异常，因此患者血液中的白细胞数量会明显增多或急剧减少。急性白血病初期，白细胞计数一般偏低，晚期多数偏高，如果出现白细胞总数特别高或特别低时，往往意味病情严重。 市东医院检验科 赵全丽

## 蛋白尿自查法

正常的尿液中含有一些有机物质和无机物，可使尿液表面的张力增大，小便时尿液也会对水面产生冲击力而产生一些泡沫，但这些泡沫会很快消失。如果肾脏有异样，则会产生蛋白尿，其泡沫一般久久不能消失。

如何判断蛋白尿？可用一个能密闭的容器倒入尿液，密封后用力摇晃容器。如果泡沫较大或大小不一，持续时间较短，表明不是蛋白尿；如果尿液表面出现细小泡沫且长时间不消失，就要当心是不是蛋白尿，应及时到医院做检查。

需要提醒的是，一次检测出尿蛋白为“+”，也不能说明肾脏一定有损伤，应在多次做尿检的同时，结合肾功能检查，必要时做肾脏活体检查，以确定肾脏是否出现严重问题。 顾杰

## 儿童突发“耳聋”或是中耳炎作祟

孩子突然听力下降，有耳闷、耳痛、耳鸣症状，可能是患上了中耳炎了。

中耳炎主要表现为中耳积液，影响声音传导，常导致听力下降和耳闷，急性期可有明显的耳痛或伴有耳鸣。由于儿童发病时往往无法准确描述症状，家长若发现孩子有听觉迟钝、反应

缓慢时应引起注意。若患儿分泌性中耳炎长期不愈，会影响语言发育。

中耳的积液是怎么形成的呢？咽鼓管是连通中耳和鼻咽部的通道，咽鼓管阻塞是引起分泌性中耳炎的重要原因。当咽鼓管阻塞时，中耳气体被吸收，中耳负压作用导致中耳黏膜静脉

扩张、血清渗出，形成中耳积液。

儿童中耳炎多为自限性，3个月内可自愈。若患儿3个月未愈或者反复发作，可能就要考虑进行鼓膜置管手术治疗。

建议平时积极参加体育锻炼，可以有效预防中耳炎。有鼻炎、鼻窦炎、鼻咽部病变、解剖畸形、胃食管反流等疾病的患者，需积极治疗。 章如新

## 为什么化疗周期通常是21天

类似的结果也在其他类型的癌症治疗中得到了证实。

虽然化疗周期为21天的确切生物学机制尚不清楚，但是有一些研究表明，化疗周期的长度可能与癌细胞的生长周期有关。癌细胞的生长周期通常为21天左右，因此化疗周期为21天可能可以更好地针对癌细胞的

生长周期，从而提高治疗效果。

化疗周期的长度还可能与治疗的副作用有关。较短的化疗周期可能会导致更严重的副作用，因为化疗药物没有足够的时间来恢复患者的免疫系统和造血系统。相反，较长的化疗周期可以更好地平衡治疗效果和副作用。 据 新华网

## 瘢痕治疗也有“黄金窗口期”

通常来讲，在发生创伤后6~12个月甚至2年内，瘢痕组织处于生长期，瘢痕组织会逐步增大，患者有明显刺痛、瘙痒等不适，皮损突出颜色偏红，瘢

痕表面有较多扩张血管，这些就是未成熟期瘢痕的标志。到了成熟期，瘢痕组织颜色接近正常皮肤，无明显血管扩张，患者无疼痛、瘙痒等症状。

在瘢痕尚未进入成熟期之前的这个黄金窗口期，可以采取多种手段促进瘢痕尽快进入成熟期。比如应用减张器、外用抗瘢痕药物、局部注射药物、光电治疗等，均可以在瘢痕未成熟期使用，通常效果也比较好。 刘兵

## 眼镜与健康

日常生活中，有些人出门遇到风比较大的时候，就会不自主地流泪，这是怎么回事呢？这又该如何预防？

眼睛内部犹如一个上、下水系统，有分泌眼泪的泪腺，也有排泄眼泪的泪道。泪道位于人的内眼角和鼻腔之间，从上到下由泪小点、泪小管、泪囊和鼻泪管组成。泪道上面的泪腺就像“水龙头”，会源源不断地分泌泪液，眼睛就像一个“水盆”，会接住泪液。眼睛时刻在分泌泪液，一部分泪液负责湿润眼球，一部分泪液蒸发了，剩余部分通过泪小管流入鼻腔。这时分泌的泪液叫“基础

## 迎风流泪是怎么回事

泪液”。没有刺激时，泪液的分泌和排出是平衡的。被风吹或遇冷后，对外界刺激比较敏感的泪腺会增强分泌功能，流出更多眼泪，这时分泌的泪液叫“反射泪液”，这是一种保护机制，但此时眼部括约肌会发生痉挛性收缩，原本就比较细的泪小管更加难以排泄泪液，只能由眼眶溢出。

哪些原因会导致迎风流泪呢？泪道堵塞、上了年纪、眼睛炎症等等，这些原因都有可能导致迎风流泪。泪道是一个软组织管道，泪道周围的眼轮匝肌通过眨眼、闭眼的动作将泪液从

眼睛引流到鼻腔中，当肌肉功能下降，不能很好地发挥引流作用，这就是老年人迎风流泪的原因，也被称为功能性泪溢。另外角膜结膜异物、睑板腺分泌功能障碍以及用眼过度造成的眼干，还有眼睑异常等等都会导致迎风流泪。如果是病理性的迎风流泪，要及时排查病因、对症治疗。

迎风流泪有时会比较尴尬，如果模糊了视线还可能带来交通隐患。要想缓解或避免这一现象，生活中可以做好以下几点：一是外出可戴太阳镜或护目镜，避免风沙和冷空气直接吹到眼睛而

很多爱美人士会选择打耳洞，但是，因打耳洞引起的耳廓软骨膜炎越来越常见。

## 打耳洞不当易致软骨膜炎

耳廓软骨膜炎是一种源于软骨膜的感染，属于耳鼻喉科急症。初期可能仅表现为损伤部位的局部疼痛、皮肤红肿；后期炎症加重，会导致整个耳廓弥漫性肿大，疼痛持续加剧。若耳廓脓肿形成，触碰耳廓会有波动感。

一般打耳洞的位置在耳垂，但很多人为了追求时尚而选择在耳廓中部或上部，甚至在软骨上打耳洞，这是引起耳廓软骨膜炎的重要原因。

如果选择在一些商场或路边美甲店、美容店等场所打耳洞，可能会因消毒和操作不规范，导致感染。打耳洞虽然是“小手术”，但需要到正规场所如专业医疗或美容机构，由专业的工作人员在无菌条件下操作。

复旦大学附属眼耳鼻喉科医院 耳鼻喉科 程晓婷

## 治疗甲状腺结节 中医有良方

甲状腺结节在中医上属于“瘰疬”的范畴，是指甲状腺细胞在甲状腺局部非正常生长引起的散在病变，常常表现为甲状腺内有一个或多个异常结构的团块。其病因主要有情志、性别、地域等，病机多与气滞、痰凝、血瘀密切相关。甲状腺结节与体质也有密切关系，气郁体质、气虚体质、阳虚体质等易患此病，特别是瘀血体质较易形成恶性结节。此外，睡眠不规律与糖尿病，也是其相关危险因素。

中医治疗甲状腺结节通常根据患者体质辨证施治，肝气郁滞者以逍遥散为基本方、胆气郁滞者以小柴胡汤为基本方、气机不调者以四逆散为基本方，兼热者佐以清热药物、兼寒者佐以温阳药物。常用药物为柴胡、香附、橘叶、郁金、紫苏叶、枳壳等。

章伟

## 茂昌眼镜 特约专栏

地址：南京东路762号 服务热线：63223839

产生刺激。二是多眨眼睛，在使用手机、电脑等电子产品看屏幕时，眨眼次数会减少，不利于泪膜的补充和更新，所以要注意适当减少连续用眼的时间，最好每隔半小时或40分钟就让眼睛放松5至10分钟。其它因眼睛疾病引起的，根据不同致病因素采取不同治疗方式，比如有炎症，可给予局部抗炎治疗；因泪道疾病引起，可通过冲洗泪道后判断阻塞部位，必要时需手术治疗。