

## ■ 看病背后有故事 ■

李先生今年60多岁了,患有前列腺增生,被“排水问题”困扰已久。最近几日患上感冒,头痛鼻塞,便吃了几粒速效感冒胶囊。谁知感冒没好,“下水道”却莫名地堵了,大活人生生让尿憋得难受,李老先生只好到医院求救。

经过检查,发现李老先生患有前列腺增生,本来就存在排尿困难的情况,但这一次出现“尿不出”的问题,并不完全在于前列腺的压迫,而是与他服用的感

冒药有关。

人体的排尿活动是由神经系统支配的,当膀胱内充满尿液时,交感神经便会兴奋,从而释放出乙酰胆碱,促使膀胱逼尿肌收缩,膀胱内部压力增大,尿液便被压入尿道排出体外。但是感冒药中的扑尔敏能阻滞乙酰胆碱的活性,使膀胱逼尿肌和括约肌松弛,收缩力减弱,膀胱内压力减弱。患有前列腺增生的老年人,腺体变得肥大,尿道被包裹其中已经备

受挤压,易出现排尿困难,而服用了含有扑尔敏的感冒药后,就会因膀胱收缩无力而加重排尿困难,甚至出现急性尿潴留。

扑尔敏的化学名称为马来酸氯苯那敏,是一种常用的抗组胺药,对伤风感冒时出现的流涕、流泪、打喷嚏等症状均有明显的缓解作用。所以,一些抗感冒药物,如速效伤风胶囊、感冒通、克感敏、维C银翘片、感冒灵等复方感冒制剂中,都含有扑尔敏。此

外,类似扑尔敏的抗组胺药还有苯海拉明、非那根、赛庚啶等,前列腺增生患者也须慎用。

老年前列腺患者不要随意服用药物,尤其是复方类感冒药物,身体出现不适,应及时到医院就诊,服用药物应遵医嘱。另外,在饮食上应注意低脂清淡,平时可多食用西红柿,其含有的番茄红素具有保护前列腺的作用。

武警总医院泌尿外科主任医师 吴学杰

## 前列腺增生慎用感冒药

## ■ 护理常识 ■

高血压患者  
吹空调 27℃最好

炎炎夏季,对于高血压患者来说比一般人更难熬。高温之下,心烦气躁,头昏脑涨,一动一身汗。所以,很多高血压患者自然就想到了空调,不但外出进屋开空调,甚至有些患者长坐家中也会24小时不间断地吹空调。高血压患者吹空调,要注意以下三点。

**温度。**温度一定不能过低,以27℃为宜,不宜低于25℃,室内和室外温差不要超过8℃,因为老人身体的调节适应能力较差,过大的温差变化促使脑部血管不断收缩、扩张,易使血管破裂。

**时间。**时间不宜太长,尽量避免长时间待在空调房间里,空调打开1~3小时最好关一段时间,打开窗户呼吸新鲜空气。如果条件不允许,最好每隔1小时到室外的走廊等有窗户的地方换换气。

**风向。**即使再热也不要站到空调下直吹。风最好向上吹,避免冷风直吹背部、肩颈、头部。尤其是头部长期被冷风吹,易造成血气运行不畅、心脏供血不足而发生危险。

此外,要常测血压,最好每日早晚各测一次。不要因为在空调房内感觉凉爽就不喝水,一旦口渴,说明人体已经严重缺水了,平时就应多补充水分,防止血液过于黏稠,导致血栓或栓塞。

中国老年预防保健学会心脑血管病学会委员 王晓云教授

## ■ 医疗新知 ■

## 吃菠菜少得结肠癌

美国俄勒冈州立大学一项新研究发现,吃菠菜可以有效降低肠癌危险。

新研究负责人表示,吃菠菜可以降低熟肉中的致癌物对人体细胞的破坏作用,使肠道肿瘤危险降低一半,从58%降至32%。

研究人员表示,菠菜含有非常丰富的可抗击癌症的β胡萝卜素和叶酸。当然,能防癌的蔬菜不仅仅有菠菜,多吃绿色蔬菜也有同样的防癌功效。绿色蔬菜富含维生素D和K,除了抗氧化功效之外,大量的膳食纤维也有助于促进胃肠蠕动,减少致癌物质在肠道中的停留时间。研究人员还告诫,由于菠菜中草酸含量较高,因此肾结石患者不宜大量食用。另外,应该保证每天5份果蔬,煮熟的蔬菜和凉拌蔬菜沙拉都有助于防止肠癌。

金叶/文

(编辑提醒:投稿时请在稿件后留下电话,以便编辑与您及时联系。)

## ■ 用药知识 ■

诺氟沙星又称氟哌酸,是腹泻时常用的一种喹诺酮类抗生素。虽说是常用药,但临床上常能看到很多人因为服不对影响了药效。以下几点需要特别注意。

1.服诺氟沙星时应注意多喝水。当大剂量应用此药或尿pH值在7以上时,体内容易发生结

## ■ 专家释疑 ■

科学、有效、合理的降压方案和措施,对于降压治疗成败有着举足轻重的作用。怎样才算达到了良好的降压效果呢?最新的高血压管理指南提出了三个“达标”:

**平缓达标——和缓的降压方式。**许多人患上高血压后,总希望尽快让血压降至正常水平。但高血压不是一天两天形成的,多是逐渐、缓慢的病程,进而造成对心、脑、肾等器官的损害。所以,治疗不是越快越好,更不宜速战速决。高血压患者,特别是老年人,器官损害较为严重的患者,在治疗过程中,血压下降必

晶尿,因此,服药期间保持24小时排尿量在1200毫升以上。

2.碱化尿液的药物(如碳酸氢钠)会降低诺氟沙星的溶解度,导致结晶尿和肾毒性,因此这两种药不能同时使用。此外,含有钙、铁、锌、铝和镁的药物(如补钙药、贫血药和制酸药)也不宜与诺氟沙星同服,最好在

## 服诺氟沙星要多喝水

服诺氟沙星前2小时,或服药6小时后再服。

3.治疗腹泻时,如需与微生态制剂合用时,应该先服用诺氟沙星,再辅助给予微生态制剂,以帮助恢复菌群平衡,建议两种药物之间要间隔2小时。

北京朝阳医院药事部临床药师 张征

## 怎样降血压才算达标

须平缓,不宜过速。一般治疗高血压以1~3个月为达标期,老年人则时间更长一些。

**晨起达标——持久降压的原则。**正常人体血压一天中呈波动变化,高血压患者尤其变化大。正常血压的特点是“两峰一谷”,其中一峰指的是晨起峰,也就是早晨6~10点之间的血压波峰。

研究发现,晨起峰主要与交感神经兴奋、血管张力增加等因素相关。同时晨起峰又是造成心梗、猝死等的重要原因。多数高血压患者的晨起峰值较高,更易导致心脑血管疾病悲剧的发生。

所以控制晨峰,对降低心、脑等靶器官损坏至关重要。

**临床治疗中,每天给患者服用一次长效降压药,药效可**

持续24小时以上,从而调节和控制包括晨起峰在内的一天血压变化,以达到长期持久的降压目标。

**长期达标——降压获益根本。**高血压是一种长期的慢性病。一些人总是觉得只要几天、几周降压达标了就不用再吃药。由于高血压病因尚无法完全确定,所以到目前为止,世界上还没有一种能彻底治愈高血压的良方。因此,即使血压降到正常也并不意味着治好了高血压,而需要坚持长期甚至终生治疗,控制好血压。

现代高血压防治的理念是:降压不是目的而是手段,保护重要脏器免遭损害才是真正的目的。因此,治疗高血压,要以控制血压平稳、避免发生脑中风、心肌梗死等并发症为长期目标。

西安交通大学医学院附属第一医院主任医师 车建军

## 孩子近视眼 腹针可治疗

孩子近视眼是个很敏感的话题,每位家长都会为孩子的眼睛近视而苦恼,小小年纪就开始戴眼镜,戴上一辈子不说,年纪大了或高度近视还会引起眼底病,甚至会遗传下一代。选择一个好的治疗方法比什么都重要。

石家庄市同济医院眼科引进来自国内最先进的生物全息治疗技术,采取一套独具特色的针灸与药

物相结合的治疗方法,不在眼部和头部针灸,通过腹部穴位以治疗为主的一种新的针灸方法。取穴独特、无痛、安全、见效快、疗效确切。

腹针诊疗范围:青少年近视、弱视、斜视、散光、老花眼、迎风流泪、眼胀、眼痛、眼痒、眼干涩、急、慢性泪囊炎、急、慢性结膜炎、角膜炎、巩膜炎、虹膜炎、久视疲劳、中、早期老年白内障(如视物模糊)、

青光眼、眼底出血、眼肌不全麻痹(如斜视、复视)、视神经萎缩、前部缺血性视神经病变、玻璃体混浊(飞蚊症)、老年性黄斑变性、黄斑裂孔、中浆病、复发性视网膜剥离、上睑下垂、重症肌无力、白塞氏病、眼球震颤、高血压和糖尿病性眼病、眼肌及面肌痉挛。

咨询电话:0311-89270765、13333040726  
网址:www.sjzfyk.com

## 30分钟轻松祛除扁平疣、瘰子、肉赘、老年斑

炎炎夏日来临,肉赘、瘰子、扁平疣、老年斑等皮肤赘生物症状也越来越严重了,给老年朋友带来了烦恼。

烦恼一:由于高温高热,皮肤赘生物病毒增殖活跃,导致扁平疣、瘰子、肉赘等传染加快,数量增多病情加重,容易传染他人;

烦恼二:夏季穿着单薄,皮肤赘生物暴露无疑,严重影响美观。

中药外用疗法以其安全无副作用、见效快的特点被医学界公认为最有效

的祛除皮肤赘生物的方法。“福邦五妙水仙膏”是国家唯一批准的专业祛除扁平疣、瘰子、黑痣、老年斑、汗管瘤、肉赘等皮肤赘生物的准字号纯中药。在《皮肤病中药外用制剂》一书“独特外用”章节,以及《中华皮肤科杂志》“第21卷4期229页”中都对“福邦五妙水仙膏”治疗皮肤赘生物有详细的说明。

经上海医科大学华山医院、西京医院等权威机构临床验证:“福邦五妙水仙膏”疗效确切,30分钟

内用药2~5次即可治愈,愈后不复发、不留疤、无任何副作用,使用简单方便,可自行操作。

据悉,“福邦水仙膏”正在图书大厦一楼亚星药房推广热销,为方便顾客,市内特开通免费送货到家及预约上门服务。

特别提醒:为防止仿冒产品,请务必到指定药店认准白盒包装“福邦五妙水仙膏”,同时索取护理手册和使用工具,详情可咨询电话:0311-80790387 0312-7910787

## “天然伟哥”横扫男性功能障碍

最近,一种号称“天然伟哥”的新型男性健康品玛力威,在全国亮相后,引起了巨大轰动,数千男性跃跃欲试。它的超级抗疲劳,提升男性性能量的效果,在各地传得沸沸扬扬,人们议论纷纷。

“天然伟哥玛力威能提升男人控制力?太不可思议了吧!买一盒试试,说啥都没用,效果说了算!”

“有效果才敢搞体验,咱也试试天然伟哥是不是真的那么管用。”

“这个天然伟哥一粒管三天,十几年的男性功能障碍同样可以恢复到棒小伙一样的状态。”

要了解玛力威的神奇之处,首先要了解一下它的原料“玛卡”。玛卡是生长在秘鲁安第斯山脉海拔四千多米高地上,当地严苛的环境更使玛卡具备了惊人的抵抗力。秘鲁卫生部曾在当地的一些村落进行调查,令人感到惊奇:当地居民由于长期食用玛卡,体魄强健,百分之八十的人从未去过医院就诊。秘鲁国民把玛卡称为“安第斯皇后”,它能使人重振雄风,女人生儿育女,家庭问题不复存在。以秘鲁玛卡为原料的“玛力威”,其丰富的牛磺酸,可以增强心肌收缩力,增强体质,预防疾病,起到独特的保健作用;另外玛卡中高含量的蛋白及蛋白酶能强化肌肉活力;玛卡的水提物具有清除自由基,保护细胞免受氧化的作用;玛卡中的各种功效成分,能通过协同作用,从根本上调理及修复中年男性的生理机能,有效治疗中年男性更年期易发的

各种机能衰落症状,让男性恢复年轻健康的活力状态。

可以说玛力威既有美国著名产品的速效性,又有中药的滋补作用等优势。而且它不是药,其天然植物的安全性无与伦比,没有一丁点副作用,让服用者可以轻松达到一种自然年轻态,恢复20岁的冲动,30岁的状态,40岁的控制力。这种绿色超浓缩剂型吸收率特别高,让服用者稍有刺激,就会情不自禁,欲罢不能,男人蕴藏在体内的那种野性冲动频繁。不管是先天不足的青年,还是心有余而力不足的老年人,只要服用一粒玛力威,就能确保三天充沛体力,“性”致盎然,通宵熬夜也不累,随心所欲尽享夫妻之乐,夫妻幸福指数迅速攀升!这就是玛力威能带给男性朋友的幸福体验!所以被人们形象的称为“天然伟哥”。

**征集万名免费体验者:**玛力威在全国进行万名体验者征集活动,本次征集免费体验名额限制在每日50名,报名应征者可通过两种方式索取价值68元的玛力威体验装1盒,一是通过电话报名登记,玛力威推广部的电话:400-1066-768,或直接拨打0551-5603949;二是通过短信报名登记,男性朋友们只需把你的通讯地址+YZ发送到13339282771即可参加本次体验活动。同时公司推出30套特价疗程装供男性朋友们订购,对于订购产品的顾客,承诺7天内不满意无理由退货,市民们今日即可电话订购。