

有女性大笑就会“尴尬” 惠山区人民医院妇科推出盆底康复门诊

退休后的林女士经常受朋友邀请外出旅游,但每次她都回绝,林女士说,她有个“难言之隐”,到外面控制不住小便,有时厕所找不到会尿裤子。

近日,林女士来到惠山区人民医院妇科进行盆底康复训练,该院妇科主任孙彦玲主任医师表示,女性在妊娠、分娩过程中,不可避免地对盆底肌造成不同程度的损伤,会出现大小便失禁、脏器脱垂等,而盆底康复训练可以改善这些症状。

不能大笑不能跳绳

“这病虽是小毛病,但挺痛苦,我不能大笑,不能跳绳,也不能外出。”林女士说,有时不得不出门时,外出前只好垫上卫生巾。

孙彦玲说,已婚、已育妇

女的盆底肌功能障碍发病率约为 30%—40%,四五十岁的病人最集中。盆底功能障碍患者中,一半以上的患者存在不同程度的排尿异常。很多人不知道,中老年时发

生盆底功能障碍,很可能是几十年前分娩损伤引发的。出现盆底松弛,真正影响生活质量的后遗症可能要到几十年后才反映出来,因此没有得到公众的重视。

科学评估后再康复训练

很多女性在练瑜伽时,会做一些动作来进行盆底训练。惠山区人民医院是采用了先进医疗技术评定盆底肌的基础上,通过康复训练、仪器、心理、药物、手术等手段进行有针对性的康

复治疗,唤醒被损伤的盆底肌肉,增加盆底肌肉肌力和弹性,使盆底功能恢复正常,同时有利于预防、治疗尿失禁、子宫脱垂、阴道松弛等盆底障碍性疾病。

治疗前,会先对盆底肌

进行评估,通过专业的盆底康复机器,进行功能性电康复。通过神经肌肉刺激增强肌肉的收缩能力,使盆底肌肉强度和弹性增强,同时反射性抑制膀胱兴奋,使尿失禁等症状得到控制。

康复训练越早越好

如今不少来盆底康复的患者,都在 50 岁以后出现相关症状后才想到医院就诊。

孙彦玲表示,事实上,产后一年内是盆底肌功能恢复的“黄金时间”,越早训

练,效果就越好。如果不做任何训练,随着年龄增大,激素水平下降,肌肉变得松弛,症状会越来越严重。到了中老年后,很可能会出现轻中度压力性尿失禁或不同

程度的压力性尿失禁,有的甚至发展到子宫脱垂。建议不管是顺产还是剖宫产妇女,在产后半年后就到医院就诊,此时康复训练效果较好。

(晚报记者 江南)

糖尿病、肥胖症如何有效干预治疗? 本周六有名中医来解惑

本报讯 随着人们生活水平的不断提高,糖尿病已经成为困扰国民的常见病、多发病,导致各种组织,特别是眼、心脏、血管、神经等的慢性损害和功能障碍,严重影响患者的正常生活,患病人群的日益增多,更是成为了全社会高度关注的健康话题之一。同时由于热量摄入过多、脂肪代谢紊乱等引起的肥胖症同样困扰着日益富裕起来的人们。从江大附院(原无锡三院)了解到,本周六该院将举办一场健康大讲堂,关于糖尿病和

肥胖症的干预及治疗,届时河北省首届名中医将为市民解惑。

新发糖尿病病人、血糖偏高人士是否可以逆转?糖尿病治疗除了注射胰岛素、终身服药还有其他办法吗?中西医结合治疗糖尿病、肥胖症究竟有多少效果?此次健康大讲堂主讲为河北省首届名中医,秦皇岛市中医药学会糖尿病专病委员会主任委员周潮,针对这些患者最关心的话题,将为大家带来干货满满的《糖尿病及肥胖症的有效干预和治

疗》。

据了解,周潮在国内率先提出中药“降糖 1、2、3 号”分时辨治糖尿病,分时给予补肺调气、健脾降浊、滋肾温阳补血等不同的中药治疗,不同幅度的血糖控制率及症状缓解率达国内领先,有效逆转新发糖尿病病人、血糖偏高人士。他热心于糖尿病病人健康教育和肥胖症患者健康管理,科普内容深入浅出,针对性强,受到患者的信任及好评。

(蓝田)



消暑纳凉

23 日,有小朋友在大湖新城一商业街的音乐喷泉戏水纳凉。近来,锡城连日出现超过 35℃ 的高温天气。(还月亮 摄)

大暑遇上中伏病情反复 静脉曲张“老烂脚” 等 6 类人要当心

“烂得越来越厉害,腿要保不住就完了,您得想法子救救我,走投无路,没地方可治了!”上周末,79 岁的常州“老烂脚”患者许老伯在家人陪同下,来到无锡易可中医医院周围血管科求助。

“中国烂脚王”综合诊治多种“并发症”

“你这很严重,是不是还有其他疾病?”仔细看了下溃破情形,进行完腿部按压,该院创始人之一、上海曙光医院周围血管科主任柳国斌教授眉头紧锁。

老人除了静脉曲张伴静脉炎,还存在糖尿病性周围神经病变、双下肢动脉硬化闭塞症等。作为“奚氏清法”传人、中华中医药学会周围血管分会主任委员,柳国斌见过太多类似病例,知道这些病症互相交叉影响的“后果”。于是,果断决定

为老人实施“综合治疗”——几种病一起治。

“这些病之间有关系吗?之前也没听医生说要一起治啊?”老人说,之前去门诊每次都只看一个病。柳国斌解释称,虽说每个疾病都是单一的,有各自的机理,但彼此却互相作用,治一个不管其他,影响疗效,病情也会反复治不好。“病症合并,诊断不清,治疗方案就不对,肯定耽误治疗时机,影响病情,甚至白白截肢。”

盲目治疗误截肢 保守治疗可保腿

他说,很多“老烂脚”都是被耽搁了。“都是最后没办法,做不了手术才来,因为这里实施保守治疗且帮不少患者保住了腿。”

从上周开始,该院静脉曲张“老烂脚”、“丹毒”等病人急剧增多,且普遍反映病情加重,尤其创口溃破很厉害。“没有综合治疗,彻底根治,加上高温天气热,特别容易加重。”

锡城已进入大暑,并与中伏合并。他提醒,包括类似病例的静脉曲张、丹毒等周围血管等六类患者都要当心。鉴于接诊的很多病人病情被耽搁,

甚至被截掉了本可以保住的腿,他呼吁卫生系统的“继续教育”一定要加强对医生和病人的培训、教育,以免耽误病情或误诊,并强调中医保守治疗的可能性。

7 月 27 日周六上午,柳国斌受邀出席由无锡市预防医学会举办的周围血管病继续教育,对相关医务工作者讲授《周围血管病的现状及治疗》,同时为静脉曲张及术后复发、反复溃破不愈合、丹毒、糖尿病足、动脉硬化闭塞征、淋巴水肿慢性溃疡、血管炎等患者提供咨询,请提前预约。

(江南)