

■相关报道

安睡贴
助你鼾然入梦

据悉, OS-MOS 安睡贴目前已经进入广东市场, 广东各大主要连锁药店都可以买到。德国专家组经过7年的科研攻关, 从天然植物中提炼出了多巴胺分子素, 并将其制成了高科技透皮内释贴剂——OSMOS 安睡贴。该产品采用国际最先进的控释技术, 将有效成分的释放控制在恒定的体温下, 在拉曼光谱能量的配合下, 能够透过表皮, 深入肌肉及血管内部, 直接穿过血脑屏障, 激活脑内多巴胺递质系统, 从而精确调控睡眠周期, 使人体缩短睡眠潜伏期、减少觉醒次数、增加总睡眠时间。

另外, 该产品在使用过程中不会对人体产生不良作用, 使用方便无污染。与目前市场上常见的传统贴剂比较, 其采用的是目前全球领先的透皮贴剂综合处理技术, 选择水刺非织造布, 超薄、随型、无附着感; 使用高分子压敏胶, 提高了贴剂的安全性, 无毒、无刺激、无致敏、无气味。

长假后
你夜夜数绵羊?

长假之后, 有的人不思上班, 工作效率低下; 有的人身心疲惫, 心情焦躁, 内心抑郁; 有的人肠胃不适; 有的人失眠。如果你有这些表现, 当心, “长假后综合症”已经悄悄盯上你……

失眠是长假后后遗症中最痛苦的, 第二天工作无精打采降低工作效率, 但越想尽快入睡就越清醒。记者从广州市一些医院了解到, 最近几天到医院就诊的失眠患者明显增多, 其中90%左右是年轻白领, 主要原因是节日生

活规律过度紊乱所致。“我明明很困, 可就是睡不着。”“我半夜起来上了趟卫生间, 就再也睡不着了”……很多患者向医生诉苦。

据悉, 失眠一般表现为入睡困难、不能保持睡眠持续, 时有觉醒或晨醒过早或兼有上述情况。在慢性失眠中, 最常见的是入睡困难。(正常人10~15分钟就应睡着, 如果30~45分钟还没有进入睡眠状态, 就属入睡困难。)

专家认为失眠的原因主

要有生活习惯、环境因素、疾病因素和心理因素4大类。如乘飞机到异地造成的时差、噪声引起的失眠就属环境因素所致; 情绪紧张、心情抑郁、过于兴奋、生气愤怒等引起的失眠属于心理因素。建议不要劳心过度, 遇事多换位思考; 确保睡眠规律性, 白班和夜班不宜频繁交替; 睡前可用音乐等手段静心; 每晚坚持热水泡脚5~10分钟; 肠胃功能比较健康者, 可在睡前适当饮用热牛奶、豆浆。

时报记者 未来

贴大椎, 治失眠, 一贴见效

osmos 安睡贴, 国家药监局批准生产, 德国专家7年科研成果。直接贴敷于人体第七颈椎部位(大椎穴), 并与贴中的植物花粉有机结合, 同步渗透吸收至体内, 提高睡眠质量。并对失眠引起的头晕耳鸣, 多梦, 烦躁不安, 记忆力减退等症状有明显作用。

五盒一疗程, 一般2疗程可康复, 长期失眠患者3~5疗程康复。

失眠患者可拨打020-31542206咨询

泌尿结石危害大

泌尿系结石是一种多发病, 尤其是在广东珠江三角洲等地区。专家表示, 这主要是由于当地的气候环境及生活习惯导致的。据了解, 结石病可引起机体的其他病变, 如肾积水、肾功能衰竭、尿毒症等, 威胁着人们的健康和生命。专家表示, 健康的生活饮食是预防疾病的关键, 患者要积极正确的治疗。

患者以青年男性多见

泌尿系结石本病是肾、输尿管、膀胱及尿道等部位结石的统称, 是泌尿系统的常见疾病之一。尿石症的发生率男性高于女性, 肾与输尿管结石多见于20~40岁的青壮年, 约占70%左右; 膀胱和尿道结石多发生在10岁以下的儿童和50岁以上的老年患者。

泌尿系结石生长是个较漫长的过程。结石一旦生成, 对肾脏将会发生继发性损害, 主要表现为尿路梗阻, 继发感染和上皮病变。结石很小时不为患者所察觉, 也有在正常运动时将结石排出体外。在临床病例中, 肾积水患者主要是因结石停留于输尿管造成尿路梗阻。当肾积水较轻时肾脏泌尿功能尚好; 当中度肾积水则肾脏的泌尿功能严重受损; 在重度肾积水又得不到及时缓解, 肾实质高度萎缩, 皮质与髓质无明显界限时, 肾脏泌尿功能基本丧失。尿路梗阻也会造成非细菌感染引起的炎症反应。

上皮病变主要是肾盂和肾盏结石在伴有感染时对上皮组织刺激的结果, 严重者可诱发癌变。

如何预防尿道结石

广州协佳泌尿科医院结石科主任袁松坡说, 广东省属高温炎热地区, 水质偏硬, 易患尿路结石。未雨绸缪, 要预防结石病应注意以下6点措施:

1. 注意保证充分饮水。饮水量要足够, 强调睡前饮水, 饮用水最好为含矿物质少的磁化水。多喝水, 保证充足的水份, 能稀释尿液中钙、草酸浓度, 降低结石生成的机率。
2. 减少蛋白质、高尿酸及高草酸等食物的摄取。例如少吃豆腐等高钙质食物及含草酸高的食物如: 茶、咖啡、可可和菠菜。不宜吃含挥发油、草酸、辣味素多的、辛辣刺激性食物。
3. 具有解毒利尿作用的食物: 绿豆、赤豆、豆芽、冬瓜、鲤鱼、鲫鱼、泥鳅等; 具有滋补肾脏的食物: 如狗肉、羊肉、虾皮、枸杞、黑木耳等。
4. 具有解钙作用的食物: 绿豆、赤豆、豆芽、冬瓜、鲤鱼、鲫鱼、泥鳅等; 具有滋补肾脏的食物: 如狗肉、羊肉、虾皮、枸杞、黑木耳等。
5. 草酸钙结石: 宜少食或忌食富含草酸、高钙和过咸的食物, 如番茄、山楂、柠檬、葡萄、菠萝、橄榄、牛奶、奶酪、榨菜、海带、虾皮等, 以减少草酸钙结石形成。
6. 定期进行常规检查, 及早发现并进行治疗。



协佳医院结石科专家使用德国卡尔·史托斯内窥镜系统为来自阿尔及利亚的巨大结石患者做腔内弹道碎石。

■相关链接

结石烦恼化解三招

广州协佳泌尿科医院同时成立了广州市协佳生殖泌尿研究所, 结石治疗技术尤其突出, 主要具有以下3个特点。

第1招: 体外冲击波碎石。

据广州协佳泌尿科医院结石科主任袁松坡介绍, 结石患者的主要症状是腰部疼痛, 有的患者有血尿、恶心、呕吐; 该院引进国际领先高科技碎石设备, 开展不开刀治疗泌尿系结石, 医生可根据结石的具体情况为患者施行体外冲击波碎石或气压弹道碎石治疗, 无需开刀, 无痛苦, 即便是粉碎巨大结石, 也

仅需45分钟左右。
第2招: 气压弹道除结石。

该院引进的德国 Stors 气压弹道碎石系统是同类设备的佼佼者, 它的全方位视野内窥镜使泌尿系统的检查和治疗变得清晰、直观、方便且快捷, 尤其适合于直径较大的肾结石, 如鹿角状肾结石、巨大型肾结石、孤立肾合并结石等复杂性肾结石。

第3招: 国际领先最新设备碎石。

据广州协佳泌尿科医院副院长詹飞鸣教授介绍, 目前国内多数医院仍然采用传统的手术开刀取石的

方法来治疗泌尿系结石, 为了解决结石病给患者带来巨大的痛苦, 该院投入数百万巨资率先引进国际领先最新一代的设备 ESWL 大型 B 超 X 线双定位体外冲击波碎石机。该机定位精确, 可尽量避免老式碎石机的误差。在 B 超跟踪碎石过程中, 协佳率先推出患者及陪人也可同步从电视监控中观察碎石变化全过程的服务。治疗时间短, 根据结石大小能精确地将结石击成粉末或小粒状, 然后随尿液排出体外, 让患者的痛苦与损伤程度降低到最小。治疗后无需住院, 也不影响日常生活及工作。

生殖·泌尿
专家会诊
并作报告

“五一”节期间, 协佳院开展“2006 中国生殖·泌尿专家会诊暨专题报告会”。其中, 5月1日为中华性学会理事长徐天民做生殖·泌尿报告; 5月3日为北医大附院主任医师李本富做生殖·泌尿报告; 5月4日中国性学会常务理事朱嘉铭做有关生殖健康报告。

据了解, 广州协佳泌尿科医院是广州市首家由省卫生厅直接批准的以泌尿科为主, 按国家三甲专科医院标准及国际规范建造的一所综合性医院。医院设泌尿科、不孕不育科、妇科、外科、骨科、内科(含肾内)中医科、急诊科等十二个临床科室及放射科、检验科、特检科等辅助检查科室。医院设备先进齐全, 医术高超精湛, 环境舒适优雅, 服务热情周到, 仁心仁术的医生、技术娴熟、温文尔雅的护士和工作人员, 让患者感到整个医疗过程都放心、舒心、称心。

时报记者 李劼