



前列腺炎为何反复发作

前列腺炎对男性的身体和心理都会造成很大的困扰，像急性前列腺炎如果没有进行及时的治疗有可能会发展成为慢性前列腺炎，此时再进行治疗的话治愈率相对来说就低一些了，而且治愈以后的复发性也比较大。

前列腺炎疾病发病因有很多，日常生活中主要有以下几种是造成前列腺炎反复发作的原因。

1.酗酒。酒对人的危害相信人们都不陌生，喝酒也分为两种情况，一种是有酒瘾，每天都要喝点才舒服，另外一种是为了应酬。不管是哪种都会给人们带来很大的危害，有酒瘾的会长期饮酒，时间长了就会使前列腺充血从而诱发前列腺疾病。应酬是人们所不可避免的，往往这样的场合喝酒对男性的前列腺伤害更大，许多人为了应酬都是勉强

支撑。如果应酬比较多，那么给患者的危害会更大，建议适当的控制应酬次数或者减少饮酒量。

2.辛辣刺激食物。一提到辛辣刺激性的食物人们首先想到的肯定是辣椒，然后想到的是重庆、四川、贵州、江西等地。重庆火锅、贵州老干妈等都是全国闻名的，足以说明以上地区人们对于辣椒的热衷程度。辛辣刺激性食物除了辣椒还有胡椒、生蒜、姜、韭菜、虾等食物，食用太多都会使前列腺充血从而造成前列腺疾病。

3.长期久坐。这也是人们无法避免的，尤其是办公室白领、汽车司机、窗口售票员等行业是久坐的代表性人群。他们是因为工作原因，另外还有个人习惯而造成的长期久坐，如上网玩游戏、打麻将等都会造成前

列腺疾病的反复发作，另外骑自行车也是重要因素。

4.劳累过度。往往都是因为工作因素而导致，但是也有极少数是因为不良习惯而造成，新闻经常有报道某男子在网吧上网因时间过长而酿成了悲剧。淘宝某店主因劳累过度而离开了这个美丽的世界，类似的新闻如今真是太多了，足以说明劳累过度对人们的危害有多大。

以上就是前列腺患者在治愈以后会导致反复发作的一些因素，所以男性特别是曾经患过前列腺炎的男性更是要对以上讲述到的哪些方面进行预防，降低前列腺炎复发的几率。除此之外，男性在平时的生活中还应该对前列腺炎的有关知识进行了解。

据健康网

漯河医专三附院

情系帮扶村 心系困难户

在中秋节来临之际，近日，漯河医专三附院领导来到大刘镇蔡庄村低保困难群众家中，为他们送上米、油、月饼等慰问品，让这些困难家庭在集体的关怀中度过一个温暖、欢乐的中秋节。

在慰问困难家庭中，漯河医专三附院领导详细了解近段时间来他们的身体和生活情况的同时，鼓励他们要

乐观地面对生活，积极调整心态，克服困难，并提前祝福他们节日快乐。

通过此次走访慰问活动，使他们感受到了节日的气氛，精神上得到了鼓励。一份份慰问品，一句句关怀话语，以真情和实际行动把对扶贫帮困的关爱化作一股股暖流，送进一个个贫困户的心里。

马梦莹



■简介

何湘益，市中医院主任中医师，漯河市知名中医，毕业于河南中医学院。中华中医药学会河南生殖医学专业委员会委员，中国性学会会员，河南中医学院兼职副教授。擅长中西医结合治疗男性功能障碍、男性不育、弱精子症、死精子症、精不液化、前列腺炎、泌尿生殖道感染性疾病及各种男科杂症。



中医拔罐认识上的三个误区

拔罐是通过利用酒精在罐内瞬间燃烧，将罐内的空气燃尽，使罐内形成负压状态，从而可以吸附在体表，通常是肌肉丰厚的部位。拔罐过程可以促进局部的血液循环，加速新陈代谢，促进运动疲劳恢复，甚至治疗软组织损伤。

拔罐对疲劳恢复甚至疗伤有实际作用，但人们必须消除对拔罐的三大认识误区。

1.是否所有人都适合拔罐？不是。临床上有出血倾向疾病、浮肿、皮肤破损溃烂等的患者不适合拔罐，过于消瘦的朋友恐怕也没有福享受拔罐，因为肌肉过薄会导致罐体无法吸附。另外，大血管分布处及疤痕处等部位也不适合

拔罐。

2.拔罐是时间越长越好？不是。有些患者拔罐的地方起了很多水泡，他们竟然说这是拔出了“湿邪”，好像还很享受。其实这种认识是个误区，这实际上是拔罐时间过长所造成的表皮与真皮分离，并不值得提倡，尤其是夏季，一旦水泡破溃，则很容易造成感染。

3.拔罐有紫印就好？这也是认识误区。拔罐的紫印是这样出现的：拔罐时的负压吸引会导致血液灌注量快速增加，导致该区域的血管迅速被动扩张，这种扩张的血管多是细小的毛细血管，在年纪比较大的人或缺少运动的人，体表毛细血管的脆性有可能增加了。这

样，当血液快速灌注进来时，会造成一部分毛细血管破裂，从而导致皮下出血，这就是紫印形成的真相。因此有没有紫印应该顺其自然，出现了也没关系，但不必追求一定要出现紫印。这种印记一般一周左右会自动消退。

此外，拔罐时室内须注意保持温暖，以免受凉感冒，并嘱咐患者不要移动体位，以免罐体脱落。同时，拔罐时还要随时观察患者情况，如遇疼痛或不适，应立即调整负压或起罐重新吸附。条件允许的情况下，则应尽量去医院寻求专业人士帮助，以便既安全又有效地达到治疗目的。

据新华网



种植牙的保养和维护

按照现代种植学的观点，在正确维护的情况下，种植体可以长期行使功能（时间可能达数十年甚至终生），牙冠可能出现断裂、磨损等问题，需要更换。这是一个长期的过程，一般到后再根据具体情况确定治疗方案。

1.定期检查复诊。种植牙各个结构之间是靠螺丝或黏结剂连接的。机械连接受到疲劳寿命和机械性能等的限制，易使种植牙的各个连接部分松动。可因黏结剂的松脱或老化而使修复体松动。需要患者及时到医院就诊，调整咬合，重新固定种植牙。

2.饮食习惯。避免咬硬物，由于种植体与骨直接接触结合，没有天然牙

的牙周膜所起的缓冲及力反馈的保护作用，过大的咬合力及不良的侧向力都会导致牙槽骨的吸收。因此，刚开始使用种植牙时需要从吃较软的食物开始，逐渐负重。在以后使用过程中也应避免咬硬物和韧性特别大的食物。如果在使用过程中发现有异常情况，如种植牙不慎受到外力撞伤，种植牙松动、牙龈发红、疼痛、刷牙出血等，都应该及时就诊。

3.口腔清洁和护理。可以利用软毛牙刷和微磨料的牙膏仔细清洁牙齿，刷不到的邻面和死角可以利用牙线、牙缝刷或牙签来清洁。此外，还应定期到医院用器械对种植牙进行清洁，

必要时也可以请专业医师对机械部分进行拆卸清洁，以防止滋生的细菌引发口腔疾病，影响到种植牙的寿命。

谢志胜口腔门诊咨询电话：0395-2687838 谢志胜



三七粉养生吃法

很多朋友都知道，中药三七有两种不同的服用方法，分别起到两种不同的作用。概括来说就是“生打熟补”。

生吃三七粉主治：跌打瘀血、外伤出血、产后血晕、吐血、衄血等血症。并可防治冠心病、高血脂、高血压等。还可以保肝护肝，对急性慢性肝炎效果比较好！生吃的用法很简单，每日早晚用温水冲服即可。

熟吃三七粉主治：补血、活血、用于身体虚弱、食欲不振、神经衰弱、过度疲劳、失血、贫血等。熟三七粉能起到温补的作用，对手术后的患者和女性痛经等妇科病有很好的功效。说起这熟吃的方法，那可太多了，一起来看看吧！

1.三七炖鸡或炖排骨

方法：三七主根用冷水浸泡半小时左右，将其敲碎成蚕豆大小，用纱布包好，20克左右、加鸡肉或排骨(500克)、盐少许用文火炖1~2小时即可食用。

功效：有益气养血、治疗崩漏、产后虚弱、自汗、盗汗、有滋阳强壮作用。也治疗老年人的头风痛、腰肌酸软无力等症。

2.三七龙眼排骨汤

材料：三七或者三七粉10克，龙眼肉10克，枸杞子10克，大枣15克，猪排骨500克，食盐适量。

做法：三七敲成小块和其他中药材及排骨一起，加水适量，大火煮沸，后用小火炖2小时，加入食盐即可，可长期服用。

功效：补血活血、健脾益气。使用于胃肠手术后头昏、乏力、舌质淡暗，血虚兼有瘀滞者。

3.三七二宝粥

材料：三七粉3克，鲜山药100克，生姜两片，粳米50克，油、盐或糖适量。

做法：先将鲜山药切成薄片后和粳米、生姜及适量



水同煮30分钟，至成粥，将三七粉放入粥内搅拌均匀，加入油、盐或者糖适量即可。可长期服用。

功效：健脾益气、止血止痛。适用于慢性肠炎、慢性痢疾患者及大便稀烂伴有便血之脾胃虚寒者。

4.三七粥

材料：三七末3克，黑芝麻50克，糙米50克，红糖10克。

做法：煮成稠粥，每日服用1~2次，若无不适反应，可长期食用。

功效：调理清瘀，扶正抗癌。

5.八仙糕

材料：高丽参50克，怀山药250克，茯苓250克，芡实250克，莲子250克，糯米250克，去壳小米250克，三七5克，鸡内金50克。

做法：除高丽参、三七、鸡内金之外，其余诸药需分别慢火干炒炒到香味出现然后再全部碾成粉末，密封收藏。

用法：一大茶匙药粉加一小匙白糖粉，冲适量热开水。如果血糖高可以用代糖。三餐饭后1小时内服用。待几天适应后，可早餐前、午餐前、睡前服用。

功效：补虚强壮。

6.三七鸡蛋羹

材料：三七粉6克、枸杞少许、鸡蛋2个、食用盐

做法：将鸡蛋打散，加入三七粉、枸杞、食用盐，再加少量水；放入蒸锅，大火蒸10分钟。

功效：补血养气，祛瘀生新。

据健康网