

尿频 尿急 莫误诊为性病

32岁的张先生是某公司的高管,叱咤商界,领导器重,同事羡慕,然而事业一帆风顺的他最近有了难言之隐:日常生活中常自觉小便憋不住,小便时尿道有烧灼感,频繁上厕所使得他失去往日的从容淡定,家里妻子的冷淡和猜疑更使他压力骤增。前些天聚餐时有一个很要好的朋友得知此事,开玩笑说他的症状怎么同街头电线杆小广告上性病症状相似。虽是笑话,但说者无意,听者有心,张先生还真把这话放在心上。不过思来想去,张先生自问没有做对不住妻子的事。怀着种种疑问,他踏进了一家三甲医院肾内科门诊。

门诊坐诊专家热情接待了他。经过尿检,发现他尿中白细胞>5个/高倍镜,进一步的尿培养显示尿中菌落培养为106个/毫升,感染细菌为大肠杆菌。也就是说,张先生

患上了泌尿系统感染,简称“泌感”。张先生紧张极了,问道:“这是不是性病呢?”肾内科专家告诉他:“这不是性病,只要找到病因,系统治疗,问题不大。”张先生一颗悬着的心这才坠了地。

“泌感”是泌尿系统的非特异性的感染,常见于肾盂肾炎、膀胱炎等;而性病则是以性接触为主要传播方式的一组疾病,国际上将20多种通过性行为或类似性行为引起的感染性疾病列入性病范畴,常见的有淋病、梅毒等。进一步讲就是,性病可以表现为泌尿系统感染,而泌尿系统感染不一定是性病。男性泌尿系统感染常有易感因素:包皮过长、习惯性憋尿、尿路结石等。很多男性患者因为羞耻而没能及时就诊,延误



病情,导致不必要的心理负担,更损害自己的健康。如果找准病因,正规治疗,大多数患者预后较好,能较快恢复健康,投入正常的工作和生活中。

华中科技大学附属协和医院肾内科教授 章小平

泌尿系疾病专刊



盆腔脂肪太多 引发尿频

40岁的张老师最近一段时间总是尿频,排尿后还有尿不尽的感觉,按泌尿系感染服用了一段时间的消炎药也不见效,到医院检查化验尿未见异常,医生又让他做了彩超和CT检查,最后确诊为盆腔脂肪增多症。

盆腔脂肪增多症是一种少见疾病,由于大量的脂肪组织增生堆积于盆腔,挤压膀胱等器官,使膀胱变形,从而出现尿频、排尿困难、夜尿增多等症状,CT及核磁共振检查可以帮助诊断。

盆腔脂肪增多症发病原因不明,目前尚无特效治疗药物,对于症状较重、肾脏积水严重者可进行手术治疗,手术方法是剔除盆腔多余脂肪组织。

盆腔脂肪增多症临床少见,而且症状又缺乏特异性,因此临床易被误诊,如果出现尿频、排尿困难等症状,要想到本病的可能,做到早诊断、早治疗。

河北省河间市人民医院 程怀孟

宝宝不愿尿尿 可能有感染

妮妮2岁了,最近总是不愿意去小便,问她就说疼,妮妮妈妈赶紧带她到江苏省人民医院就诊。该院儿科张银美副主任医师对妮妮询问和检查后,确定妮妮是儿童尿路感染。

张银美副主任医师介绍,泌尿系感染是儿童时期的常见病、多发病。女宝宝相较于男宝宝更易患尿路感染,这主要跟女宝宝特有的身体结构有关。女宝宝尿道和肛门靠在一起,容易感染,所以在护理的时候要特别注意,一般大便以后要用清水洗,清洗的时候要注意,不要洗到前面去,或者先洗前面,再洗后面。男宝宝尿路感染一般上行性比较多,主要跟阴茎包得比较厉害有关,垢容易积聚,形成尿道口的感染。男宝宝包茎如果比较严重,需要到泌尿外科进行治疗。

有时候宝宝尿路感染会反复发作,这个时候家长一定要注意宝宝是否有尿路畸形,比如膀胱输尿管反流,或者其他的畸形。

处于婴幼儿时期的宝宝不太会用语言来表达自己的身体状况,但是疾病会有一些蛛丝马迹,家长要格外注意。尿道感染会表现为尿痛,宝宝不愿意去小便,不敢小便;尿急,宝宝尿尿的频率比较高,一会就要去,但是每次排出的尿量却很少;发热,尤其是一些非常小的宝宝,不一定会有局部症状,有可能会表现为全身症状,会发热,尤其是女宝宝。

张银美副主任医师特别提醒:家长在护理宝宝的时候,除了要注意及时清洗以外,还要保持婴幼儿生殖部位干爽透气,保护好宝宝。

宫丹丹

排尿不净 尿道易感染

每当人体膀胱中的尿液充盈至200-300毫升时,中枢系统便会向相关器官发送需要排尿的信号,即老百姓平时所讲的“有尿意”。但男性的生理结构决定了他的尿道要比女性的长,总长度可达20-25厘米,很容易造成尿液残留。对于有前列腺增生的老年男性,如果残余的尿液长期滞留在体内,容易引发尿路感染,会给健康留下隐患。

男性一般都是站着排尿的,这是由男性的生理结构来决定的。因为男性的尿道是呈现一个S形的,当他们站立时,会受到重力影响,这样尿液才可以比较自然地流出来。然而,有前列腺增生的老年男性,其尿液常因增生问题而缓慢排出。尤其在排尿后,若马上坐

下,会增加尿道内外括约肌的压力,使尿道形成前后闭合的腔。一方面,会造成残留尿液反流,让尿道中的细菌有了可乘之机,从而诱发感染;另一方面,会加重原有的前列腺病症,久之使膀胱出口梗阻症状加重。严重者更会引起肾功能不全或者尿储留。所以,男性在小便后不要急着坐下来,而是应该站立活动3-5分钟后,再坐下。

老年男性要养成良好的排尿习惯,不要沉迷于追剧或打麻将而长期憋尿,让尿道中的细菌有机可乘。同时老人在白天要多喝水,保持小便通常,以减少泌尿系结石的机会。但睡前2小时最好减少进水,避免出现夜尿频多而影响睡眠。

李明轩

四招排净残余尿

以下四招,可帮助老年男性排净残余尿。

第一招:小便完挤压会阴 可尝试用手指在阴囊与肛门之间的会阴部位挤压一下,这样做能使前列腺中残留的尿液顺利排出体外,减少泌尿系统感染的机会。

第二招:提肛运动 平时多做提肛运动,提肛运动能增强会阴部肌肉和尿道肌肉的收缩力,从而尽可能地减少尿液的残留。

吸气时,肛门用力内吸上提,紧缩肛门,呼气时放松。每次肛门放松、紧缩30次,早晚各一次。若能采取胸膝卧位(双膝跪姿,胸部贴床,抬高臀部)做提肛运动,效果更佳。

第三招:温水坐浴 洗澡后,用

40℃左右的温水坐浴15-20分钟,同样可促进会阴部的血液循环,有利排尿。要提醒的是,育龄男性则不宜尝试此方法。

第四招:睡前按摩 可以在睡觉之前做自我按摩,以达到保健目的。一般取仰卧位,左脚伸直,左手放在神阙穴(位于肚脐处)上,用中指、食指、无名指三指旋转,同时再用右手三指放在会阴穴部旋转按摩,一共100次。完毕换手做同样动作。

肚脐的周围有气海穴(位于下腹部,前正中线上,脐下1.5寸处)、关元穴(位于气海穴下1.5寸)、中极穴(位于关元穴下1寸),中医认为是丹田之所,适当按摩有利于膀胱恢复。

丁文



长期尿黄 是何因?

广西东兰姚静问:一个月前我发现尿液颜色有些偏黄,以前,通常是早上尿液颜色略黄,而最近这段时间,白天的尿液颜色也有些黄。老公说,可能是我最近这段时间饮水少引起的。但我还是有些担心,请问医生,尿液颜色偏黄是哪些原因引起的?

广西南宁市人民医院主任医师李艳鸣回复:早晨起床时尿液颜色偏黄一般属正常现象,这是因尿液经过一晚上的浓缩而引起。而白天尿液颜色也偏黄,则需提高警惕。

饮水少,尿液处于浓缩状态,这在一定程度上会使尿液颜色偏黄。除此之外,黄疸也会使尿液颜色变黄,严重时就像浓茶水。黄疸引起的尿液颜色偏黄情况较为严重,一般持续时间较长,颜色较为明显(茶水色),并伴有皮肤黄、眼睛黄等症状。

如果患者出现明显的尿液颜色偏黄,并且持续时间长(超过10天),伴有皮肤黄、眼睛黄等症状,应尽快到医院进行尿检及肝功能检查,以便得到及时治疗。