

“健康进社区”网络平台上线一周,男性健康话题最火爆

健康方面有疑问?来问我们吧

健康进社区

本报11月3日讯 第四届长沙社区文化节大型公益活动“健康进社区”启动以来,迅速成为活动现场社区居民“扎堆”的热点,无论是健康科普还是名医义诊,都受到社区居民的热捧。但由于地理位置限制以及个人隐私等诸多问题,许多社区居民不能亲临现场享受这些免费的医疗服务。为解决这一问题,一周前,“健康进社区”网络平台正式上线了。

上周10月28日是以“关注男性健康,促进家庭和谐”为主题的第十四个全国“男性健康日”。在“健康进社区”的网络平台上,男性健康成为了社区居民最为火爆的话题。一周之内,平台收到了数百条与男性健康相关的提问。所有的提问,湖南性保健研究所工作人员都予以了回复,我们从中整理出一批与男性健康有关的问答,希望对你有帮助。

■三湘华声全媒体记者 龚化

问答集锦
可乐会杀精?



新婚夫妻选沙发也有讲究



豆浆会导致性早熟?



男人的最佳生育时间



问:都说吸女士烟、喝可乐会杀精啊,真的是这样吗?有无科学依据啊,而且严重的还有可能不育啊。

答:相信我,如果你不用导尿管把可乐和女士烟直接送进输精管里同精液共处至少半小时,那么就没什么影响。

问:刚结婚的小夫妻,新家选沙发是硬的好还是软的好?

答:从健康的角度出发,选沙发不宜选低软的,低软的沙发会引发脊椎变形、腰肌劳损等疾病或其他关节病。另外,过

软的沙发会使人的整个臀部陷入沙发中。对于男性来说,久坐在这样的沙发上会压迫到男性生殖器,使睾丸附近的血管受阻,从而导致一系列不良症状发生,有损男性健康。

问:据说豆浆含雌性激素,小男孩喝多了会女性化,女孩喝多了会性早熟,是有科学依据的吗?

答:大豆异黄酮与雌性激

素有相似结构,但喝豆浆并不能很好地吸收它。豆浆是中国人喜欢的一种饮品,数千年如此,也没见中国人性早熟几率比外国人大很多吧?

问:男人最佳的生育时间是什么年龄段?

答:负得起责任的时候。如果从纯学术角度来看,25-35

岁是最适合的年龄段。
(以上问题解答均由湖南性保健研究所所长文德元解答)

互动

登录华声在线社区生活频道(life.voc.com.cn)、新浪微博@Hi都市报以及腾讯微博“Hi都市报”,就可以与三甲医院资深教授、特色专科名老专家进行问答交流。在这个网络平台上,你负责提问,我们承诺提供科学的解答。



从“印第安大诅咒”谈男性健康

滥用抗生素或是场新的“梅毒”灾难

医典
钩沉

近年来的史学界更多地认为,造成印第安人几近灭绝的并不是枪炮,而是病毒天花。1492年,哥伦布登陆新大陆后,两个“世界”进行了一场交换。对外来病毒毫无免疫能力的印第安人最终成族群地死于天花病毒。作为“回馈”,印第安人则将一种自身有极强免疫能力,却令全世界都为之胆寒的“礼物”托哥伦布带回欧洲并扩散到全球,那就是梅毒。

在青霉素被发明出来之前,该病毒引发全球性灾难,上千万人因此死亡,因此又被称为“印第安大诅咒”。

随着世界男性健康日的到来,经常被忽略的男性健康成了当前社会关注的话题。本期“健康进社区”的男性健康话题,我们邀请了湖南性保健研究所所长文德元谈一谈他对此的理解和认知。

免疫力缺乏曾致死千万人

第一个被记录的梅毒病例出现在1495年的西班牙,也就是在哥伦布发现新大陆之后的第3年。整个欧洲都懵了,没人知道这是什么病,更没有办法治疗。一年后,病毒传至法国、德国和瑞士;随后就是荷兰、英格兰、俄国和印度,最终在16世纪初,梅毒经外国商船扩散到我国的广州。李时珍的《本草纲目》对该病毒有记录,因为不明病理,只能片面地称之为“广东杨梅疮”。

而直至1928年,英国人弗莱明(Alexander Fleming)发现了青霉素并将其用于临床,梅毒才初步得到控制。因为梅毒是由梅毒螺旋体引起的一种性传播疾病,会严重破坏心脏、大脑、眼睛和骨骼,因此在青霉素被发明出来时,仅欧洲就造成上千万人死亡。

在抗生素被生产出来之前,人类都是依靠自身的免疫能力抵御病毒的人侵,因此当时的人们更关注强身健体,一旦免疫能力下降,或出现人类自身免疫力无法抵御的病毒后,生病就不可避免。好在人类及时发明了抗生素,但“得到往往是失去的开始”,抗生素的出现,又引发另一个危机,滥用抗生素。

滥用抗生素引发危机

抗生素又称抗菌素,主要针对“细菌有,而人没有”的机制进行杀伤。问题就出在它的杀伤机制上,目标太大,容易误伤,既可以杀死有害菌群,也会误伤人体内的无害菌群。而正常菌群是人体内的健康卫士,它们减少到一定程度时,人体内的致病菌甚至非致病菌也会引起感染甚至致命。

因此,在美国严格控制的不是枪支,而是抗生素。任何一家药店,如果没有处方胆敢私自销售抗生素,只要被查过一次就可以直接吊销营业执照,惩罚相当严格。所以,很多在美国的湖南留学生每次出国带得最多的,除了“老干妈”,就是大包大包的抗生素。

而严格控制抗生素从医学角度分析有他的道理,以男性疾病中位居前列的前列腺炎为例,随意使用抗生素容易导致人体内无辜细菌直接被杀伤,没有抗药性的细菌死去,留下有抗药性的细菌继续繁殖,产生抗药性,如果继续加大抗生素的剂量,病症会得到暂时的缓解,抗药性的细菌进一步得到强化,甚至会从无害菌处交换带有抗药性基因的DNA,最终前列腺炎会陷入无药可用的局面。

男性健康需注意两点

湖南性保健研究所所长文德元称,每年医院都会收治好几例这种携带“金刚不坏之体”的前列腺炎患者,他们大多是城市白领甚至是金领,工作繁忙,前列腺出现不适后,像对待感冒一样自行去药店购买抗生素用。此外,前列腺炎的致病因素有很多种,根据病因不同分为无菌性和细菌性,只有不到20%的前列腺炎患者是由病毒感染引起的,大部分的前列腺炎则是由于前列腺局部组织长期淤血导致的无菌性前列腺炎。这种前列腺炎,滥用抗生素对病情没有任何帮助,只会产生一系列的副作用,比如过敏反应、肝肾毒性反应、神经系统毒性反应等。

从“印第安大诅咒”谈到男性健康的一些认知误区,从医学角度而言,男性健康应该注重两点,首先是增强自身免疫力,这个可以通过体育锻炼实现,其次千万不要轻易选择患疾自医,尤其是不要滥用抗生素。毕竟抗生素帮助人类摆脱病毒大灾疫的同时,又给医学界带来新的困扰,如果有一天,滥用抗生素导致集中各种抗药性为一体的超级细菌出现。对于所有人而言,这可能又是一场新的“梅毒”灾难。

■三湘华声全媒体记者 龚化 整理



【人物简介】

文德元,湖南性保健研究所所长,湖南性保健研究所附属医院院长,副主任医师,中国医师协会专家,中国性学会理事,湖南省中西医结合学会副主任委员,湖南省中医男科学会副主委。

