

# 保暖内衣：“高科技”功效有多高



本报讯(记者 贺文)入冬以来,长沙天气转冷,也带动起市场上保暖内衣的热销。远红外线保暖内衣、智能发热纤维保暖内衣、生态棉保暖……记者发现,今年市场上的保暖内衣纷纷打起“高科技”牌吸引眼球。而这些“高科技”功能的功效究竟能有多大呢?

11月23日,记者在长沙市开福区、天心区部分商店保暖内衣专柜看到,“纤维”、“竹炭”、“抗菌”等保健环保概念的保暖内衣已不再新鲜,而是流行起“自动升温”、“红外线发热”等更为玄乎的高科技概念,其中还不乏针对女性消费者标榜“美白保湿”、“美体瘦身”等奇效。售货员介绍说:“红外线内衣能促进人体血液循环,增强新陈代谢和

人体免疫功能。”当记者质疑为何此保暖内衣面料成分中腈纶占一半以上,而棉纶仅4%时,售货员解释:“产品中的腈纶纤维含量越高,说明色拉姆含量越高。”什么是色拉姆?售货员对此含糊不清,就说它是一种保暖材料。在芙蓉路的家乐福超市保暖内衣专柜看到,一位消费者在众多保暖内衣中,最终选购了一套老品牌的全羊毛内衣。他告诉记者说:“担心自己会陷入消费误区,还是买老牌子全羊毛内衣最放心实惠。”

工商部门相关人士提醒,所谓“高科技”保暖,实际上只是商家炒作概念,保暖内衣的基本功能是保暖、舒适,消费者购买内衣要根据需要,理性选择。

## 门诊新闻

重庆市计生研究院  
监测中心监测显示:

### 青壮年精子质量差

本报讯(杜恩)据重庆媒体报道,重庆市某大学20名男生相约去重庆市计生研究院男性生育力监测中心,结果一半人被鉴定为精液不合格,主要问题是精液密度低、活力差、畸形率高,也就是说他们都可能是不育患者。

目前男性不育症越来越多,很大的原因与精子质量差、精子少有关。像司机、办公室白领这种体位变动幅度极小的工作,极易使阴囊受热过度,从而影响睾丸的生精功能。

中南大学湘雅医院妇产科专家张怡指出,男性体内的精子都一般在35.5~36.5℃的条件下才能正常发育,而长期保持一个体位久坐,阴囊部位温度升高,睾丸会产生病理性损伤,致使睾丸生精能力下降,精子数目减少,活力降低,形成弱精症,容易造成不育。

专家提醒说,未生育的男性,尤其是睾丸生精功能差的男性,不能久坐,要每隔30分钟站起来活动一下,以促进身体和性器官的血液循环。

## 疼痛原因 大多认知不清

本报讯(记者 刘凯洋)近日,由中国健康教育协会发起的最新“国人疼痛大调查”显示:有近六成人有过颈肩腰背痛、急性扭伤拉伤的经历,但仅15%的人采取药物治疗疼痛,近95%的人对疼痛原因、治疗及自我保健认知不清。

“面对如此之高的疼痛发生率,公众对于疼痛的认知率却不高。”湖南省健康教育协会专家说,从目前临床表现来看,年轻人更容易受到两大疼痛的困扰:办公室的白领在生活节奏快、高压力的环境下,经常在办公桌前一坐就是几小时,不良坐姿引起的肌肉劳损或由于缺乏锻炼导致的肌肉乏力,很容易导致“颈肩腰背痛”;另外,运动员以及喜好体育运动的年轻人,很容易造成肌肉和关节的损伤,出现“急性扭伤拉伤”。“在很多其它国家,人

们的外用止痛药使用率都在一半以上,而在中国这一人群甚至都不到10%。”

疼痛与体温、脉搏、呼吸和血压共同被视为人体五大生命体征。疼痛认知、疼痛治疗和自我保健是“一站式止痛管理”最主要的三个环节。首先,“疼痛认知”是有效治疗的基石。但是,此次“国人疼痛大调查”的结果却并不令人满意;其次,疼痛的正确治疗可以保证疗效与安全性的平衡。徐建国教授指出,当你的身体发生疼痛时,国际上通行的治疗方法是首选外用止痛药,比如扶他林乳胶剂等,它可以直接作用在局部,在保证较好疗效的情况下,减少吃口服止痛药带来的肠胃不舒服感觉;最后,自我保健则是巩固治疗、避免疼痛复发的重要环节。

## 健康快车

◇主持人 魏静

### 孕妇能否用电热毯

137\*\*\*\*4046: 孕妇是否可以用电热毯?

长沙市中心医院妇产科主治医师秦蕾: 孕妇最好不要使用电热毯,因为电热毯有一定的辐射,对母婴健康有影响,辐射吸收得太多容易造成胎儿畸形,而且经常使用电热毯会导致人体缺水,皮肤干燥。冬季寒冷,如果一定要使用,切记不能整晚使用,最好的方式是睡前开半小时,等被子温暖后,关掉电源再睡,但为了健康着想,建议你用热水袋来替代。另外,冬季寒冷干燥,孕妇要多补充些营养,多喝水。

### 如何捐献人体器官?

158\*\*\*\*9199: 如何办理器官捐献手续?

长沙市红十字会: 如果是无偿的器官捐献,可以联系红十字会,填写“器官捐献志愿书”,并由志愿者的一位直系亲属在志愿书上签字,然后到司法公证处进行公正,以及和医院签署器官捐献的证明,捐赠不收取任何费用。详情可以咨询0731-84110371(长沙市红十字会),0731-82584999(湖南省红十字会)。

QQ群地址:67316384 72167918

博客地址: <http://1.health.blog.163.com/> 等候着您的到来。

QQ在线时间:9:00—18:00,如不在线,请留言。博客不限时间段。《大众卫生报手机报》已开通短信咨询平台,用户可通过编辑短信方式咨询健康问题。订阅方式:发送2或者CXB到106289002 订阅资费:5元/月

## 湖南省第二人民医院

酒瘾、网瘾、药瘾治疗中心

电话 0731-85232318  
13908473230

网址: [www.jywyzl.cn](http://www.jywyzl.cn)

## 湖南省综合医院专家门诊指南

湘雅医院 (特约电话: 84327109)		
科室	专家	时间
心胸外科	陈胜喜 教授	星期四(上)
乳腺科	唐利立 教授	星期四(上)
妇产科	伍招娣 教授	星期四(全)
儿科	尹飞 教授	星期四(全)
湘雅二医院 (特约电话: 85295022)		
骨科	孙材江 教授	星期三(上)
肝胆胰外科	庄赞根 教授	星期三(上)
泌尿外科	彭龙开 教授	星期三(全)
儿科	易著文 教授	星期二(上)
益阳市中心医院 (特约专线: 0737-4212931)		
血管胃肠外科	曹俐 主治医师	星期四(全)
骨外科	杨华 主治医师	星期四(全)
神经外科	苏求才 副主任医师	星期四(全)
胸心外科	郭跃明 副主任医师	星期四(全)
长沙市中心医院 (特约电话: 85667887)		
心血管内科	尹芝兰 副主任医师	星期四(全)
神经内科	刘祝钦 副主任医师	星期四(全)
消化内科	何佳 副主任医师	星期四(全)
内分泌科	邵挥戈 副主任医师	星期四(全)

湖南中医药大学第二附属医院(门诊电话:84917729)		
科室	专家	时间
耳鼻喉科	彭斌 副教授	周一至五(全)
西医外科	董树猛 教授	周一(全)
妇科	匡继林 副教授	周一三五(上)
针灸科	李向荣 教授	周一至五(下)
湖南省人民医院(咨询电话:82278039)		
心内科	曾书才 主任医师	星期五(上)
骨科	黄象望 主任医师	星期四(下)
肛肠外科	黄忠诚 主任医师	星期一三(上)
肝胆科	蒋波 主任医师	星期一(上)
长沙市第四医院(特约电话:88882922)		
心血管科	易宇明 主任医师	周一二(下)
普外科	王升树 副主任医师	周一至五(全)六(上)
湖南旺旺医院(咨询电话:82775411)		
普外科	李永国 主任医师	周一三四(下)五(上)
产科	范革莉 副主任医师	周一四(上)
骨科	李定国 主任医师	周一三五(上)
肝病科	姚连辉 主任医师	周一至五(全)六(上)

## 湖南省专科医院专家门诊指南

湖南省肿瘤医院(门诊部:88651260)		
科室	专家	时间
放疗科	金性江 主任医师	星期四(全)
妇瘤科	陈亦乐 主任医师	星期四(全)
腹外科	莫胜川 主任医师	星期四(全)
湖南省脑科医院(省第二人民医院 咨询电话:85214354)		
酒瘾网瘾科	蒋铁平 主任医师	全天
中医科	李永贵 主任医师	全天
神内二科	谭佩珍 主任医师	周一三五(全)
长沙星灿泌尿微创专科医院(门诊办:88142880)		
泌尿外科	龙洪熙 主任医师	星期一至五(全)
泌尿外科	王怀亮 副主任医师	星期二四六(全)
长沙长海医院(门诊办:84662222)		
心血管科	王登科 教授	星期三(全)
内儿科	王晓阳 副主任医师	星期五(全)
妇科	张凤斌 副主任医师	星期六(全)

(注:各医院均只刊出部分应诊专家,个别专家可能因临时性工作调整改由其他专家应诊。)