

我区首例:一无精症患者妻子成功受孕

本报讯(北方新报融媒体记者 段丽萍) 12月24日,张先生拿到妻子的化验单,激动地跑到内蒙古医科大学附属医院生殖医学中心,向医护人员连声道谢。

张先生的妻子在移植囊胚12天后,临床诊断为妊娠。激动的除了张

先生一家,还有医院生殖医学中心的医护人员,因为该院成功实施自治区首例显微取精术联合卵胞浆内单精子注射技术。今年30岁的张先生患有克氏综合征,临床表现为无精子症,睾丸小而质地硬,性激素指标提示生精功能障碍,此类病人

通过穿刺取精获得精子的几率极低。来到该院后,泌尿外科主任医师朱小军通过显微取精技术在显微镜下仔细寻找,终于发现1段约5mm长较饱满的曲细精管,并交与生殖医学中心胚胎实验室,经实验室工作人员张艳兵对该段组织处理,终

于发现精子足迹,分离出20余条精子。胚胎实验室负责人赵杰仔细挑选出10条活力及形态较好的精子与卵子进行单精子卵胞浆内注射,有9枚卵子成功受精,经过5天培养后,成功获得5枚囊胚,移植1枚囊胚,冷冻4枚囊胚。

据介绍,“睾丸显微取精术”(M-TESE)是针对“非梗阻性无精症”(即睾丸本身发育不良,造精功能异常)患者实施的手术,该技术是目前治疗睾丸生精功能障碍患者的重要手段。

内蒙古医科大学附属医院生殖医学中心在

我区率先开展此项技术,目前,生殖医学中心在睾丸显微取精术的基础上,还对获取的睾丸组织进行冷冻保存并成功复苏和受精,成为内蒙古自治区唯一能够自主将睾丸显微取精术和睾丸组织冷冻保存联合应用的生殖医学中心。

陈皮这样搭功效大不同

陈皮温香,药食同源、食养俱佳,有“千年人参,百年陈皮”之美誉,为历代名医所推崇。专家介绍,陈皮有着非常高的药用功效,它跟不同食物搭配,还有不同的疗效。

陈皮+柠檬 经常喝陈皮柠檬茶可以润肠通便,还可以预防咽喉问题。

陈皮+梨 陈皮和梨炖着喝止咳化痰,还可以滋阴润肺。

陈皮+粳米 陈皮粳米粥有助胃肠蠕动,可以有效缓解长期便秘。

陈皮+蜂蜜 陈皮含有的橙皮苷可以调节血糖血脂平衡,跟蜂蜜一起喝能

起到抗炎解毒作用。

陈皮+大枣 陈皮有理气开胃、治脾胃病的功效。大枣能滋补脾胃,调和气血。陈皮和大枣的组合有益气补脾、健胃消食的作用。

陈皮+胎菊 胎菊中含有丰富的胡萝卜素和维生素群,配合陈皮食用不仅清肝明目,还可以改善肝血不足,改善视力。

陈皮+红豆 陈皮能健脾理气,能够开胃,适用于脾胃虚弱、不思饮食、消化不良。而红豆含有大量的膳食纤维,促进体内脂肪的消耗。

陈皮+生姜 陈皮生姜



茶,不仅可以止咳化痰,亦

有预防感冒作用。
陈皮+普洱茶 普洱茶中含有维生素E、茶多酚、氨基酸等,而陈皮有维生素C,具有抗氧化功能,因此陈皮普洱茶被称为“益寿茶”,

还能去除口腔异味,保护牙齿。

陈皮虽好,使用时也要注意适量和适度,过多食用易损耗元气,并且燥热咳嗽不宜使用。

(据《大河报》)

按压大椎穴退烧消炎

按摩大椎穴能刺激各种抗体的产生,对感冒发烧有很好的缓解作用。

取穴位置 正坐,低头用手顺着脖子向下摸,在脖子和背部交界处,有一个非常明显的骨性突起,这是第七颈椎的棘突,其下缘凹陷内就是大椎穴。

按摩方法 可采用点按的方法,用拇指指腹按在大椎穴的位置,用力向下深按,保持6秒,然后松开,一压一松为一个循环,点按大椎穴5~10分钟。

(据《快乐老人报》)

选对“武器”精准治疗疼痛

英国伦敦一位名叫拉杰·拉格万希的外科医生表示,由于持手机自拍时需要弯曲手腕,近年来“自拍腕”的患者不断增加,越来越多的人产生腕部神经疼痛的症状。除了“自拍腕”,“鼠标手”“手机指”等人群也大幅增加。现代医学中,早已将疼痛列为继呼吸、脉搏、血压、体温之后的第五大生命体征,对于常见疼痛不要一直忍,而要及时治疗。

疼痛程度如何划分?目前常用数字评分法将疼痛分为0~10级。其中,0~3级为轻度疼痛,4~6级为中度疼痛,7~10级为重度疼痛。一般以是否影响睡眠来区分疼痛的程度,疼痛不影响睡眠为轻度疼痛,已经影响到睡眠则为中度疼痛,痛得根本无法睡眠就是重度疼痛。

常用止痛方法有药物治疗和物理治疗。前者包括非甾体类抗炎药、阿片类镇痛药等。后者有热疗、冷敷、中频电疗、手法按摩等,该治疗无侵袭性,安全性较高,很多早中期的慢性疼痛通过此方法可治愈。

“精确制导武器”包括以下两种。神经阻滞是打局麻药让神经不痛,该治疗具有微创、用药少等特点。如果患者没有禁忌证,还可进行糖皮质激素、神经营养药局部注射,达到消除炎症、加速治疗的目的。

神经射频调控技术有热凝射频法和脉冲射频法。前者以75℃以上的高温,有针对性地毁损部分感觉神经,适用于三叉神经痛、椎间盘源性腰痛或根性痛、晚期癌症痛神经毁损;后者是用脉冲震荡神经使之放松,适用于各种神经病理性疼痛的调控。这两种方法都是在DSA(X光)或CT引导下定位,射频仪器自带测试功能,可以判断抵达的是感觉神经还是运动神经,以此来实现精准治疗,防止误伤。

脊髓电刺激术、鞘内吗啡泵植入术可直接作用于脊髓和大脑,有良好的局部和全身镇痛效果。前者多用于其他方法治疗无效、不能或不手术治疗的顽固性心绞痛、四肢痛、肢体缺血性疾病等。后者主要用于晚期癌痛或因为药物毒性或镇痛效果不满意,而无法耐受传统疼痛治疗的顽固性疼痛。

(据《快乐老人报》)

“守住4关不吃三饭”女人不会早衰

女人不想早衰,要“守住4关,不吃三饭”。

追求青春永葆貌似是大多数女士的追求,如果能做到这个的话,她们就好像永远活在18岁,我们也看不出岁月在她们脸上留下的痕迹。但是,现实中有不少女性都会出现和同龄人不匹配的衰老。

曾经有人做过调查,说女性的平均寿命明显要高于男性,大多数人会觉得这是因为女性善于发泄自己的情绪,而男性则是有泪不轻弹。当然了,这种说法有一定的道理,经常宣泄自己的情绪确实有助于延缓衰老。但是一个人的衰老程度还和别的因素有关,比如生育的次数、个人对于皮肤的护理以及更年期是否科学度过。那么,女人不想早衰应该注意什么。

1.“守住4关”指什么?

“更年期”关:可能很多人会觉得奇怪,更年期不就

是绝经和脾气暴躁吗?怎么会影响衰老呢?这个主要是因为女性在更年期以前是能够正常分泌雌激素的,这种激素可以维持女性年轻的容颜、抵抗衰老的。而当女性进入更年期以后,雌激素分泌减少,缺少了雌激素的保护,各种心血管疾病的发生率也在增加。试想血管都不好的话,女性衰老的能不快吗?另外更年的时候,女性已经失去了中心的位置,这个时候的她已经缺少了年轻时候的魅力,丈夫和孩子关注的焦点也不是自己了,而且更年期脾气的暴躁更是无处发泄。

“情绪”关:俗语说一笑十年少,愁一愁白了头,这句话固然是有些夸张,但是也从侧面说明了情绪对于我们人体的影响。大量的事实已经证明,那些一直保持良好情绪的女性,她们衰老的程度确实是比一般的女性慢得多。不良的情绪除了能够加快衰老,同样也会降低人体免疫力,这是因为

人的身体是受到心理—神经—内分泌—免疫的调节,心理出现异常,免疫力也会下降,人就容易生病,自然衰老的也快一些。

“体重”关:可以说肥胖是万病之源,医院有不少40岁左右的人就得心血管疾病,他们大多是肥胖的。因为肥胖者摄入的能量比较多,刚开始的这些多余的能量变成脂肪积存在腹部,后来会在内脏,最后实在没有地方储存了,只能到血液中了,形成了我们平时所说的高脂血症,它对我们的心血管可是有着很大的破坏力的。我们的脏器和组织都是由血管提供氧气和能量,血管不好了,人自然衰老的快。

“疾病”关:一个人无论怎么做都不可避免受到疾病的光顾,而根据中医的理论,一个人久病也会消耗自己的肾气,肾气不足就会加快女性的衰老,因为中医认为肾乃先天之本。我国的女性自从结婚以后整天围着家

庭转,而且大多数人还是节俭的,如果不是病的受不了,就自己忍着。所以要想延缓衰老,应该积极进行体检,有不舒服就尽快去医院治疗。

2.“不吃三饭”指的什么?

不吃“三饭”就是不吃太咸、太油、太甜的饭。

这是因为饭吃得太油、太甜,会使人肥胖,也会引起血脂异常,长此以往就会增加动脉粥样硬化的风险,血管老化的速度加快了,人衰老的速度也会加快。

而吃得太咸的话会使人体内的钠离子增多,多余的钠离子就会进入细胞内,造成细胞水肿,进而引起血管内壁狭窄,而人的血液的量几乎不会发生变化,血压会升高。高血压对于人体的危害是全身性的,它会使皮肤的血流减少,皮肤营养不良,也会让女性看起来面色差。

(据《银川晚报》)