

# 突然发现无痛性血尿怎么办

■ 陈磊 金重睿 崔力

72岁的王老伯年青时是个交通警察,因为工作的原因日晒雨淋站在马路上执勤,每天非常辛苦,多喝水要是去方便就会影响工作,所以王老伯养成了白天几乎不喝水的习惯。

临近退休的前两年,领导照顾他安排到仓库工作,每天就是坐着办公,很快王老伯开始“发福”,体重超标。等到退休时,王老伯的腰围已经达到3尺2寸!肥胖、高血压、高血脂的出现使得他曾经心梗,好在之后被抢救过来。

今年夏日里的一天,王老伯准备小解后洗个澡,低头时他发现马桶里怎么都是鲜红的血?洗澡后又过了一个多小时再次解尿还是红色的,这下王老伯紧张起来,叫来曾经做护士的老伴看看是怎么回事。

老伴焦急地问他:腰痛吗?尿尿的时候哪里有不舒服的吗?王老伯使劲摇头:“没有什么不舒服啊!”老伴说:“无痛性血尿!有点可怕啊!”王老伯好焦虑:“我该不会是得了什么坏毛病了吧?”此时心里也发慌的老伴没有忍住还是说了自己的担心:最怕是肿瘤啊!

老伴赶紧联系社区家庭医生崔力主治医师和上海市第六人民医院泌尿外科金重睿副主任医师寻求帮助,并在网上预约了次日上午上海市第六人民医院超声医学科博士陈磊副主任医师的超声专家门诊。

当日半夜时分,王老伯感觉右侧腰部酸胀不适,辗转反侧无法入眠。

好不容易熬到了天亮,赶紧到医院看病。经过陈主任的超声检查和金主任的检诊,基本排除肿瘤占位病变的可能。隔日再次由陈磊主任复诊超声检查,明确为尿路结石并分析:结石已经自行排出。

崔医生为王老伯开了三副中药,老伴熬好让王老伯服用。一周后,王老伯高兴地对老伴说:“我没有事啦!”

王老伯是幸运的,可是56岁的李先生就“中彩”了!李先生是在单位组织的体检中发现尿里有红细胞,做超声检查明确提示“膀胱占位性病变”!经过手术治疗,病理切片显示为“膀胱癌”。

当今我国很多城市已经进入老龄化,“白色浪潮席卷中国”。中老年人罹患代谢疾病、心血管疾病比例很高,肥胖症、高血压、高血脂、高尿酸血症以及糖尿病对中老年人的健康影响颇大。

在泌尿科住院的患者中,因为尿

路结石来就诊的占四分之一。有资料统计,我国尿路结石发病率在中老年人中的比例为0.15%~2%,男性发病率高于女性。

有研究显示,中老年人罹患尿路结石中,60%是肥胖者;30%存在血脂异常;此外,同时有糖尿病病史者不在少数。

如果发现“无痛性血尿”、肉眼血尿、体检血尿怎么办?超声检查是首选!

超声检查可以使受检者内脏器官和体表包块“可视化”,可以无创性地探查是否存在异常。上海市第六人民医院超声医学科是“中国超声诊断发源地”,享誉全国,在腹部超声、腔内超声等方面的综合实力处于国内先进水平,尤其在泌尿系超声已经形成诊断品牌效应。

无疑,要寻找“无痛性血尿”的原因,王老伯和李先生的选择是正确

的。引起泌尿系统结石或者肿瘤病因很多,如何规避?尽量做好自我保健非常重要——

1. 多喝水。养成不渴也喝水的好习惯。

2. 监测血压、血糖,保持检测指标相对稳定,定期复诊,最大限度地保护自己的血管。

3. 在医生的指导下服用降脂药物,因为降脂药物具有抗炎抗氧化作用,对泌尿系统也能起到一定的保护作用。

4. 注意饮食结构,忌食高嘌呤高盐分高脂肪食物;蔬菜中如遇高草酸时先用焯水的方法去除部分草酸后再食用。

5. 培养体育锻炼运动的好习惯,重在持之以恒,能站不躺,能走不坐;改变久坐懒动的坏习惯。

## 治疗口腔溃疡最快的五大偏方不妨尝试一下

■ 景泉

口腔溃疡患上之后对于人的饮食有一定影响,此时应该选择合适方法缓解症状,其中偏方就是很好的缓解症状的方法,给大家介绍的偏方包括姜水漱口、维生素B2、浓茶漱口、萝卜藕汁、维生素C片等,期间还应该注意清淡饮食。

治疗口腔溃疡的偏方其实有很多,选择合适的偏方可以让患者尽早远离口腔溃疡的危害,同时在治疗期间还应该注意养成良好的生活习惯和饮食习惯,如下主要给大家详细介绍一下治疗口腔溃疡最快的五大偏方。

1. 姜水漱口。治疗口腔溃疡最快的偏方,大家可以尝试使用的方法为姜水漱口,热姜水漱口对于缓解症状的帮助还是很大的,一般方法就是热姜水漱口每日2~3次,一般需要6~9次溃疡即可收敛。

2. 维生素B2。维生素B2对于缓解症状也是帮助很大的偏方,具体方法就是维生素B2研细粉状,然后

放入适量香油调匀做成稀糊状,最后直接涂于溃疡表面即可,想要起效快的话一般是每日4~6次,连用2~3天之后口腔溃疡症状即可缓解。

3. 浓茶漱口。浓茶漱口也是一种很快速的治疗口腔溃疡的偏方,就是浓茶直接漱口即可,需要坚持一段时间之后才能帮助患者有效缓解症状。

4. 萝卜藕汁。萝卜藕汁每日3次,连用4天可见效,具体方法就是生萝卜和鲜藕一洗净捣烂绞汁去渣,然后用汁直接含漱即可。

5. 维生素C片。维生素C药片压成面涂在患处,一般只要使用大约一两次就可以见效,还可以将维生素C研成粉末状,直接用少许敷于患处,对于缓解症状帮助很大。

上述主要给大家详细介绍了治疗口腔溃疡最快的偏方,大家可以尝试使用,当然患者使用什么偏方也因人而异,在使用偏方期间还应注意日常饮食,应该注意多吃一些清淡的食物,避免吃辛辣刺激食品。

## 丹参滴丸可治心脏病及这六种病

■ 沈宏

丹参滴丸中的药物有丹参,三七和冰片,可以活血化瘀,理气止痛,对于气滞血瘀引起的冠心病,心绞痛都有很好的作用,可以说是这类患者朋友的家中常备药了。

但是丹参滴丸对于气滞血瘀引起的这6种适应症,也有很好的作用。

第一个,失眠。中医常说,“心主神”,我们能不能睡个好觉,都和心神安不安宁有关系,如果我们的,出现了气滞血瘀的情况,就容易出现失眠的情况,比如晚上翻来覆去睡不着,感觉心里不痛快,不舒服,有憋闷的感觉,这个时候如果还发现自己的口唇比较紫暗,舌头也发紫,就需要活血化瘀,行气安神了。

第二个,头疼。中医常说,“不通则痛”,气滞血瘀,就会造成血液运行不畅通,导致我们头疼,如果你经常觉得头疼,而且位置很固定,像针扎一样,而且平时还经常忘事,白天觉得昏昏沉沉的,不清醒,就可以参考丹参滴丸了,方里丹参和三七可以活血化瘀,冰片可以把药性引到头上。

第三个,头晕。气血郁滞,就很容易导致我们的脑部供血不足,就会出现脑窍失养的情况,表现在头晕,感觉昏昏沉

沉的,老是忘事,记不住东西,好像反应力也会变慢,脑袋不灵光,这些是因为脑窍失养导致的,需要我们行气活血,为我们的脑袋提供充足的血液和营养。

第四个,舌尖溃疡。中医说“心开窍于舌”,心脏的很多问题,都可以反映在舌尖,如果你的舌尖经常长口腔溃疡,就算不长,平常也很红,有时候还会发肿,发疼,这可能就是心脏里面气滞血瘀,郁而化火了,对于这种气郁滞造成的虚火,就需要我们来活血行气,清泻虚火。

第五个,心慌胸闷。除了我们刚开始提过的冠心病,心绞痛,如果你平时也觉得心慌,能明显地感觉到心跳,胸口还有憋闷的感觉,喜欢叹气,有时候还会气短,脸色和嘴唇都比较紫暗,舌头也发紫,上面还有瘀斑,就需要我们活血化瘀了。

第六个,气滞血瘀导致的高血压。除了我们常见的,肝火导致的高血压,心脏的气滞血瘀也可以导致高血压,因为中医说“心主血脉”,如果气血郁滞了,就会导致我们的血压升高,同时还会有失眠,心慌,健忘,精神不好的表现,舌头也会发紫,舌下下边的两个血管也会发紫增粗,这个时候就需要我们行气活血了。