

关于前列腺增生，看完这篇就了解了

▲ 山东省泰安荣军医院 彭英峰

前列腺增生，也称为良性前列腺肥大，是一种常见的男性疾病，尤其是中老年男性。这种病症是由于前列腺组织的良性增生，导致前列腺体积增大，从而引起一系列的临床症状。在这篇文章中，我们将全面介绍前列腺增生的相关知识，帮助您更好地了解这一疾病。

什么是前列腺增生

前列腺增生是男性前列腺组织的一种良性增生，主要是由于雄性激素的刺激导致。随着年龄的增长，前列腺组织会逐渐增生肥大，导致尿道狭窄，引起排尿困难等症状。前列腺增生是一种常见疾病，特别是在中老年男性中发病率较高。

前列腺增生有什么症状

尿频 前列腺增生最常见的症状是尿频，即排尿次数增多。患者可能会频繁地进出洗手间，尤其是在夜间。

尿急 前列腺增生患者可能会感到突然的尿急感，即急需排尿的感觉。

尿不尽 患者可能会感到排尿后仍未排尽，或者有尿意却无法排尿。

尿线变细 前列腺增生可能导致尿道狭窄，从而使排尿时尿线变细。

窄，从而使排尿时尿线变细。

其他症状 前列腺增生还可能引起其他症状，如夜尿增多、尿失禁、排尿困难等。

如何诊断前列腺增生

医生通常会根据患者的症状、体格检查和相关实验室检查来诊断前列腺增生。其中，直肠指诊是一种常用的检查方法，可以了解前列腺的大小、质地和形态。此外，超声检查、CT检查和MRI检查等影像学检查方法也可以提供有关前列腺增生的信息。

怎么治疗前列腺增生

治疗前列腺增生的方法有多种，包括药物治疗、手术治疗和微创治疗等。

药物治疗是常用的治疗方法，主要通过药物抑制雄性激素的分泌，从而减缓前列腺增生的速度。常见的药物有抗雄性激素药物、5 α -还原酶抑制剂等。对于症状较轻的患者，药物治疗通常能够有效地缓解症状。

对于症状较重或药物治疗效果不佳的患者，医生可能会建议手术治疗或微创治疗。手术治疗的方法有多种，包括经尿道前列腺电切术、经尿道前列腺激光切除术等。这些手术方

法通常能够有效地改善患者的症状，但也有一定的风险和并发症。因此，手术治疗应在医生的建议和指导下进行。

此外，还有一些微创治疗方法，如高能聚焦超声波、射频消融等。这些治疗方法通常适用于轻至中度前列腺增生患者，可以有效缓解症状，且副作用较小。但需要注意的是，这些治疗方法尚未得到广泛认可，应在医生的建议和指导下进行选择。

如何预防前列腺增生

预防前列腺增生的方法有多种，以下是一些建议：

健康饮食 保持健康的饮食习惯，多食用富含维生素和纤维的食物，减少高脂肪、高糖分的食物摄入。

控制体重 保持适当的体重对于预防前列腺增生具有积极的作用。

戒烟限酒 吸烟和饮酒会增加患前列腺增生的风险，因此戒烟限酒是预防前列腺增生的有效方法。

适量运动 适量运动有助于预防前列腺增生，提高身体的免疫力。

定期检查 定期进行前列腺检查以及早

发现前列腺增生，及时进行治疗。

前列腺增生的注意事项

避免长时间久坐 长时间久坐会加重前列腺负担，不利于前列腺增生的预防和治疗。因此，应避免长时间久坐，适时起身活动。

保持会阴部清洁 保持会阴部清洁可以减少感染等并发症的发生。患者应注意会阴部的卫生，勤换内裤，保持清洁干燥。

避免过度劳累 过度劳累会使身体免疫力下降，增加感染等并发症的风险。因此，应避免过度劳累，保证充足的休息和睡眠时间。

遵医嘱治疗 患者应遵循医生的建议和治疗方案，按时服药、定期复查，以便及时了解病情变化和治疗效果。

注意心理调适 患者应保持良好的心态和情绪状态，避免过度焦虑和抑郁等不良情绪的影响。

前列腺增生是一种常见疾病，患者应了解相关知识、积极预防和治疗。同时，保持良好的生活习惯和心态也是预防和治疗前列腺增生的关键。如有疑虑或出现症状加重的情况，应及时就医并遵循医生的建议进行治疗和护理。

妊娠期高血压发病机制、治疗及预防护理措施

▲ 广州市天河区林和街道社区卫生服务中心 徐敏旋

妊娠期高血压是一种临床发病率较高的产科并发症，主要是指在妊娠20周以后，孕妇的血压水平显著升高，还会伴随蛋白尿以及水肿等症状。若病情严重，还会出现恶心呕吐、胸闷、头痛、头晕等症状。妊娠期高血压是由于多种因素影响导致的疾病，发病机制比较复杂，在治疗中主要应用镇静、降压、解痉、利尿等治疗。在孕妇妊娠后，需要重视妊娠期高血压的预防护理措施，积极保持轻松愉悦的情绪，充足的睡眠，补充钙剂以及铁剂，多摄入维生素以及蛋白质，进而控制好血压水平。

妊娠期高血压的发病机制

免疫平衡失调 妊娠期高血压的发生与孕妇的免疫平衡失调具有重要的关系。在怀孕后，孕妇的免疫系统如果对胎盘以及胎儿出现过度的反应，很容易造成胎盘的缺氧、缺血等症状，进而会释放大量的氧化产物以及炎症因子，最终造成血压升高，造成血管痉挛。

遗传因素 根据研究发现，妊娠高血压的孕妇在直系亲属中往往存在类似的病史，存在母系遗传倾向。目前研究中认为遗传规律为多基因遗传、常染色体隐性遗传、胚胎发育中基因突变等。

营养因素 在妊娠过程中，产妇若缺乏某些营养素，如钙、镁、锌、硒等，也可能导致妊娠期高血压的发生。

血管内皮细胞损伤 在妊娠中，孕妇会增加氧化应激反应，进而产生大量的自由基和活性氧簇，这些物质会对血管内皮细胞造成攻击作用，进而造成血管内皮细胞损伤。血管内皮细胞损伤会影响血管壁的完整性，还会影响血管通透性，进而造成血压升高。

妊娠期高血压的治疗措施

一般治疗 若孕妇的病情较轻，可以使用一般治疗，主要通过调节饮食，注意休息，应用

解痉以及镇静药物治疗。在饮食方面，应该以低盐、低脂、高蛋白、高维生素为主，避免过度摄入热量和脂肪。还需要定期进行产检，监测血压和胎儿的生长情况，以及及时发现并处理问题。

降压治疗 若孕妇的病情达到中度甚至重度的妊娠期高血压，就必须进行降压治疗，预防心脑血管疾病、子痫等并发症发生。在降压治疗中，需严格按照医嘱进行治疗，其中盐酸拉贝洛尔应用较多，能够降低血压、减慢心率、抑制心肌收缩力和减少心排量。

终止妊娠 若孕妇的病情非常严重，已经对母婴安全造成较大威胁，需要及时终止妊娠，保护孕妇生命安全。

预防的护理措施

定期产检 在妊娠后，孕妇需定期进行产检，能够及时了解自身和胎儿的健康状况。若发生妊娠期高血压，也能够及时发现，及时治疗，预防病情加重。

健康饮食 孕妇需要形成健康饮食的习惯，注意多摄入维生素、蛋白质以及各种矿物质，限制高热量、高脂肪食物的摄入。还需要注意补充钙、镁、锌、硒等营养素，预防妊娠期高血压的发生。

保持规律作息 在妊娠过程中，孕妇需要保持充足的睡眠，避免出现过大的情绪波动以及过度劳累的情况发生，有利于预防妊娠期高血压的发生。

适当运动 在妊娠后进行适当运动，有利于加快新陈代谢，促进血液循环，还能够防止妊娠高血压的发生。孕妇需选择合适的运动方法，根据自身体质，确定运动强度以及运动时间，不要剧烈运动，产生疲惫感。

保持良好的心态 孕妇需要积极调节自身的心态，保持愉快的情绪，进而调节免疫系统功能以及内分泌系统，进而预防妊娠期高血压的发生。孕妇也可以通过听音乐、看小说等方式，放松心情。

这些因素会影响麻醉药物起效和持续时间

▲ 武汉市东西湖区人民医院 韦玲

麻醉药物的主要功能是让患者在手术过程中失去痛觉，从而确保手术的顺利进行，但是很多人都不了解，麻醉药物使用的时候它的作用时间和持续时间并非是完全固定的，而是受到多种因素共同影响的，其中包括药物本身、给药途径、患者的生理状况等。

药物本身特性 不同的麻醉药物具有不同的化学结构和药理特性，这些特性会对它的起效时间和持续时间形成影响。例如一些药物的化学结构可以让其更快地与受体进行结合，所以它们起效的时间会更短一些，而另外一些药物虽然可能结合速度慢，但是结合更稳定，所以可以延长作用时间。当然，不同的特性和结构也会让麻醉药物在人体内的代谢途径和代谢速度出现差异，一些药物主要通过肝脏代谢，而另一些药物则通过肾脏排泄。这些代谢途径的差异会导致药物在体内停留的时间不同，从而影响其持续时间。同时，代谢速度的快慢也会影响药物的起效时间，因为药物需要达到一定的血药浓度才能发挥作用。

给药途径 麻醉药物的给药途径比较多样，例如静脉注射、吸入和肌肉注射等，不同的给药途径下，药物的吸收速度和分布范围都会有差异，从而影响到药物起效时间和持续时间。（1）静脉注射是将麻醉药物直接注入静脉血管中，使药物迅速进入血液循环并快速分布到全身各组织器官。因此，静脉注射是起效最快的给药途径之一，适用于需要迅速达到麻醉深度的情况。同时，由于药物直接进入血液，其浓度和持续时间也相对较易控制。（2）吸入给药是通过呼吸道将麻醉药物吸入体内，药物在肺泡内被吸收进入血液循环。吸入给药的起效时间相对较快，但比静脉注射稍慢。此外，吸入给药可以通过调节药物浓度来迅速改变麻醉深度，因此在手术过程中常用于维持麻醉状态。然而，吸入给药需要专门的麻醉机和呼吸回

路，设备要求较高。（3）肌肉注射是将麻醉药物注入肌肉组织中，药物通过肌肉吸收进入血液循环。肌肉注射的起效时间相对较慢，因为药物需要从肌肉组织逐渐扩散到血液中。此外，由于肌肉对药物的吸收速度有限，药物在体内的浓度上升较为缓慢，因此持续时间相对较长。

患者的生理状况 首先，不同年龄段的患者对麻醉药物的反应具有较大差异，儿童和老年人对药物的代谢和排泄功能相对较弱，可能导致药物在体内停留时间延长，因此麻醉药物的起效时间和持续时间可能会相应增加。相反，青壮年人的代谢功能较为旺盛，药物在体内的清除速度较快，可能导致麻醉药物的持续时间相对较短。其次，肝肾功能也会对其形成影响。如果患者患有肝肾功能不全或疾病，药物的代谢和排泄速度可能会受到影响，导致药物在体内积累，从而延长麻醉药物的起效时间和持续时间。最后，循环系统特征也是重要的影响因素，例如，心排量增加可以加速药物在体内的循环，使药物更快地达到作用部位，从而缩短起效时间。相反，低血压或血管收缩可能导致药物分布受限，延长起效时间。

综上所述，麻醉药物的起效时间和持续时间受到多种因素的影响，包括药物本身的特性、给药途径、患者的生理状况等。为了确保手术的安全和顺利进行，医生、麻醉医师和手术室护士需要密切合作，实时监测和调整麻醉药物的使用。

