



健康“男题”不必羞于启齿

热点

■ 本报记者 侯赛

10月28日是世界男性健康日，“关爱男性健康，构建圆满家庭”是今年的活动主题。近日，针对平时被男同胞们容易忽略或难以启齿的男性疾病，记者采访了省内多位主任医师。

专家强调，男性健康不仅指男性生殖方面的问题，还包括脱发、前列腺疾病等问题。对于男性疾病患者来说，羞于启齿仍是就诊率低的原因之一。另外，不正规医疗机构的各类偏方、秘方也是让男科疾病常被耽误或者过度治疗的症结所在。

脂溢性脱发遗传因素居多

脱发是让很多男性感到苦恼的健康问题。据海口市人民医院皮肤科主任王泉

江介绍，脂溢性脱发在男性20岁—40岁时高发，大多和遗传相关。父亲如果患有脂溢性脱发，儿子脱发的可能性很高。脂溢性脱发的发病原因和雄性激素有关，症状一般是头顶脱发，两侧的头发生长和枕部的头发保留下来。

对于民间流传的生发偏方，比如辣椒治脱发、生姜治脱发法等，王泉江表示，这些都没有科学依据。遗传因素导致的脂溢性脱发是无法避免的。如果感觉到自己的头发薄了，应该赶紧到正规医院进行治疗。

部分前列腺炎可自愈

据海南医学院第一附属医院泌尿外科主任梁培育介绍，前列腺炎由多种复杂原因和诱因引起，主要临床表现是尿道刺激症状和慢性盆腔疼痛，如排尿时有灼热感、尿急、尿频、排尿疼痛、生殖器疼痛不适等。约50%的男性，在一生中的某个时期，会受到前列腺炎的影响。其中，50岁以下的成年男性患病率较高。

“前列腺炎经常被一些不诚信的医疗机构和医生夸大病情，很多患者被忽悠了。”梁培育表示，前列腺炎的临床诊断标准比较模糊。一般的病症做相应检查、化验住往就能诊断，而前列腺炎的类型仅仅靠症状来诊断。有时检查不出问题，但是如果患者自述有症状，就容易背上前列腺炎这个帽子。

另外，前列腺炎的发病和心理因素有很大关系，偏爱特殊类型的人群，尤其是敏感、爱钻牛角尖的人。这类人一旦被扣上前列腺炎的帽子，就很难解脱，容易产生心理负担，不理智地一味花钱治病。

“前列腺炎其实不易导致严重的后果，部分患者不用治疗就能自愈。有人认为，患上前列腺炎会影响生育，其实这两者之间的关系并不确切。”梁培育指出，现在，对于前列腺炎的过度诊断和过度治疗现象很严重，甚至导致一些人出

现抑郁和焦虑等心理性疾病。

前列腺腺大别忽视

前列腺腺大(又称为前列腺增生)，是一种常见病。随着年龄增长，前列腺腺大的患病比例会越来越高，症状也会越来越多，主要表现为尿频、尿不尽、夜尿增加、排尿困难等，容易影响生活和睡眠，导致一系列并发症，比如反复尿路感染、尿血、膀胱结石，甚至引起尿毒症等严重后果，所以不应被忽视。

梁培育表示，前列腺腺大有很多疗效很好的药物可以控制，但发展到一定程度，药物效果欠佳，就应考虑手术治疗。目前这类手术都能做到不开刀，通过膀胱镜用激光或电切的方法，把尿道周围肥大的前列腺切掉，就可缓解上述症状。

医生提醒，一旦出现排尿困难等前列腺腺大症状，要及时到医院检查，进行规范的治疗。



男儿有病勿轻谈 | 大部分ED可治愈

■ 本报记者 侯赛

记者走访省内几家三甲医院了解到，如今到医院泌尿外科咨询ED(阴茎勃起功能障碍，俗称阳痿)问题的患者越来越多。

针对男性较为关注的ED问题，记者近日采访了海南省人民医院泌尿外科主任王为服教授和海南医学院附属第一医院泌尿外科主任梁培育教授。

二孩时代患上“排卵期ED”

今年38岁的吴伟(化名)已经有一

个10岁女儿。政策放开后，夫妻两人开始积极备孕二孩。但是，一年多时间过去了，妻子一直没有成功受孕，看到身边的同事和朋友都顺利怀上二孩，夫妻俩越着急。

“很可能是患上了排卵期ED。”王为服告诉吴伟，“排卵期ED”是一种常见的心理因素引起的男性性功能障碍。说简单点，就是急切希望怀孕的妻子，在排卵期要求和丈夫同房，丈夫却担心无法让妻子成功受孕，在这种心理压力暗示下，很多丈夫会出现性欲减退、勃起障碍和射精障碍。

“二孩政策”放开后，门诊中遇到的

这类病患比以往大大增多。”王为服告诉记者。

ED是男性健康风向标

近年来，30岁以下的未婚患者，已占医院治疗的ED患者一半左右，而且大学生的比例越来越大。

梁培育表示，ED年轻化的一个主要因素是城市男性处于多重压力之下，尤其是白领阶层，身心疲惫、长期处于亚健康状态。亚健康状态其实是相伴而行的。其次，ED年轻化还与年轻人过早、过频繁地发生性行为，以及自慰过度

有关。另外，年轻人因盲目攀比性能力而出现的精神性ED也较多。

“很多人觉得，ED不是什么大事，最大的后果就是导致生活质量不高。”王为服认为，其实，性生活不和谐会严重影响夫妻感情，最后可能导致家庭破裂。此外，ED很多时候是其他器质性疾病的并发症，有特殊的预警作用，被称为“男性健康的风向标”。

王为服表示，ED就像是冰山一角，在深海中隐藏了很多现在还看不见的问题，比如心脑血管疾病问题。因为阴茎勃起就是一系列的神经血管活动。如果因年龄、脂肪代谢紊乱、缺乏运动、吸烟、

肥胖等导致血管内皮受损，就会引起血管扩张或收缩出现问题，因而导致ED问题。同样，血管内皮受损也是导致心血管病的重要原因。

ED问题不是绝症

“如果没有及时对ED进行有效治疗，并及时去除导致血管内皮受损的因素，那么总有一天，潜伏已久的问题会全体爆发，出现冠心病、脑血管疾病。”王为服说。

除了少数心理因素导致的ED外，90%以上ED都是身体器质性疾病的直接结果。”王为服表示，从病因来看，糖尿病、高血压等器质性疾病都可能引起ED。可以说，ED的出现，说明患者的健康已经亮起了红灯。如果仍不积极诊治寻求改善，则很可能导致不可逆转的危害。随着时间的推移，可能发展为永久性的性功能障碍。

“男性ED问题并不是什么绝症，只要接受正规的、科学的诊疗，大部分是能够治愈的。”梁培育提醒，目前，市面上不少壮阳药、特效药多含有激素，对健康有害，这类药物是透支身体功能暂时增强性功能的，长远来看对身体有很大危害，严重的甚至会导致永久性功能障碍和生育能力丧失，不能盲目使用。

医生提醒，男性患者怀疑有性功能障碍时，一定要及时到权威医疗机构接受正规检查和治疗。同时，及时改掉吸烟、酗酒、暴饮暴食、久坐、熬夜及过度手淫等不良生活习惯，并到心内科及神经内科检查，及时发现心脑血管疾病，并加以预防及治疗。

专题

点亮生命之光 重塑健康人生

——海南省平山医院发展纪实

值班主任：邹永晖 主编：刘梦晓 美编：孙发强

海南省平山医院(以下简称“平山医院”)是我省第二家省属精神病专科医院，担负着全省民政病人收治任务及中南部市县200多万人口的精神疾病预防、治疗和康复工作。医院地处美丽的五指山市，空气宜人，风光明媚，是精神康复治疗的理想之地。

建院近30年来，随着医疗体制改革的不断深入以及医学科学的发展，“生物—社会—心理医学”模式的确立，以及预防医学、临床医学、康复医学三位一体性的出现，加之勇担社会责任，以保障人民群众身心健康和维护社会安定为己任，医院的精神康复项目越做越强。

医者仁心 引导患者重塑健康人生

身为一名在精神病防治领域深耕已28年之久的精神科主任，平山医院院长林展认为，精神疾病是可以治愈和预防的，重要的是手段和措施的到位。在他看来，精神病患者是一个特殊的群体，如果单纯靠药物治疗，只能控制病情，而后期的康复治疗，则是患者社会功能正常恢复，重新回归社会的关键。

为合理调配精神卫生资源，我省把全省划分为东部、西部、南部、北部、中部5个区域，建立重症精神疾病防治网络，初步建成功能比较完善，且与国民经济和社会发展相适应的精神卫生服务体系。而作为精神卫生防治体系重要内容之一的精神康复发展方面，绝大多数精神专科医院依然停留在药物治疗阶段，康复指导及训练、治疗手段仍十分欠缺。

2012年以来，在对精神病患者的康复上，平山医院秉承“症而不病，病而不残，残而不障”的原则，以“全员全过程康复治疗”的重要思想为指导，设立康复部，成立康复训练中心和康复农场，彻底打破过去精神病患者“集体关锁”传统管理模式，对病人实行“分区、分类、分级”管理，施以人文关怀，倡导全部、全员、全过程精神康复，让精神病患者参与室内和户外的康复治疗，通过家居、劳作、娱乐等基本生活技能的训练，给精神病患



患者在医护人员指导下干手工活。

者增加康复的信心，从而更好地让他们回归社会，重塑健康人生。

近5年来，平山医院在精神病患者的康复治疗上，对症下药，并形成自身特色的康复治疗模式。经过医院科学而规范的康复治疗，先后有100多名精神病患者治疗后，融入社会，过上了正常人的生活。而确切的康复治疗效果，也使平山医院品牌声名鹊起：医院住院病人已由5年前的200多人，发展到现在的500多人，流浪病人的死亡率远远低于全国平均水平，许多当地曾经在岛外和省内外大医院就诊的患者，再也不受舟车劳顿之苦，直接在平山医院接受康复治疗。

在平山医院，对病人的康复训练无处不在。每日早上查房后，由护士长和护士带病人进入科室康复区域进行康复训练及各项娱乐活动，有棋牌、合唱、课间操、舞蹈、表演等供病人自助选择参与的项目。此外，医护人员还对患者进行情感培养，提高交流能力，帮助患者获得那些能满足人际交往、家庭关系及应付基本社区生活所必需的工具性和联络交往性技能。

2012年，平山医院在病房边的空地

上创办了农疗基地，每天该院的医护人员带着患者来到这里养猪种菜。从下种、浇水、施肥、除草等全程指导患者操作。经过一段时间的指导，患者就全部学会了，一来到菜地，患者们都积极干活。每天早上，病人还自己卖菜。他们把自己种的小白菜、茄子、豆角等收好，在医院门口售卖，卖给院里的医护人员或患者家属。称秤、收钱、找钱等，都是患者自己完成，带队的医护人员只是在一旁监督。

在平山医院，让患者参加户外康复训练的内容很多，医院还让患者参与医院的保洁工作，设立爱心超市，安排患者当售货员。

在家居生活区，患者可以在这里学习下厨、叠被子等日常生活技能。由于精神病患者的生活自理能力比较差，这些训练有利于患者出院后顺利融入家庭。医生还会带患者去逛超市，到农贸市场购物，训练患者的金钱管理能力；让患者在主题晚会上表演，锻炼他们的胆量，找回对生活的自信。

康复训练不仅提高患者主观能动性、恢复病人自主生活能力、社会适应能

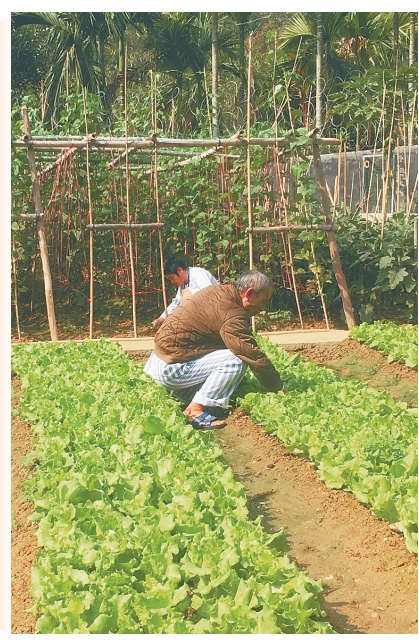
力，而且改善职业功能水平，而促进病人康复回归社会、融入社会才是最终目标。

来自昌江黎族自治县的患者符某，有20年的精神病史。2015年被送到平山医院时，他总是一个人默默地蹲在角落里，有时情绪暴躁。医护人员带他到农疗基地学习干农活时，刚开始他什么都不做，只是在那里发呆。在医护人员耐心指导下，一个多月后，符某不但主动去拿工具干活，性格也变得开朗了。

爱无疆 医护人员待患者如亲人

走进今天的平山医院，如果不是大门外及办公楼顶上的招牌，人们根本不会想到这里会是一所精神卫生医院。

在大家的印象中，医院是一个很冰冷的地方：白色的墙壁、冰冷的器械、浓浓的药味……一切让人感觉内心压抑。而在平山医院，为有益于患者的康复治疗，医院压缩其他方面的开支，加大对基础设施的投入，致力于打造更具人文关怀的医疗环境，体现了医院康复治疗模式的转变。



患者在康复农场劳动。

一方面，医院把病区的墙壁粉刷成暖色调，并加大对院区环境的美化、绿化，整个医院生态环境良好，到处绿荫葱葱。另一方面，医院加强精神文化建设，在院内开设了一条文化长廊，印有医院愿景、宗旨、服务理念等文字的灯箱依次摆放，两旁鲜花拥簇，在长廊里拾级而上，令人赏心悦目。

“这里的医护人员和蔼可亲，待患者如亲人。走进平山医院，您会发现这里是鸟的天堂，花的世界，处处生机盎然；走进平山医院，您更会发现这里充满温暖和关爱。这里的医护人员用厚德仁爱守护患者，至精至诚为患者治疗，让每一位患者找到家的温暖……”一位患者家属在写给平山医院感谢信中说道。

在对患者的康复治疗过程中，平山医院医护人员付出了太多的辛劳和汗水，甚至是泪水。

由于精神上的障碍，一些接受康复治疗的患者经常狂躁不安，喜怒无常，随时可能出现暴力行为。不开心时，会直接把饭菜撒在地上，更严重者则是对医务人员谩骂殴打，一些女护士还会遭遇

病人“锁喉”……

每当遇到这样的情况，医务人员不仅要及时把地面打扫干净，还要对患者笑脸相迎，像哄孩子一样，真正做到打不还手，骂不还口。正如院方领导所言：做一名合格的精神病医院医护人员非常不简单，他们必须能吃常人不能吃的苦，能忍常人不能受的气。

有些患者在住院期间恰逢生日，医院科室人员就买来蛋糕为患者过生日，医患其乐融融，相亲相爱如一家人。遇到不能自理的康复患者，医护人员每天还要为他们洗澡、理发、剪指甲、喂饭，甚至大便干结了要用用手替他们去抠，如同“保姆”。对于该医院的医护人员来说，护理这些病人，虽然很辛苦，但当看到病人们能平安健康康复出院，或在医院里开心地生活，大家从心里面感到由衷的高兴。

“精神病人其实并不像别人想的那样吓人，他们中有很多都是很聪明、很善良的，也是很无辜的，是一群不幸的人。社会上一些人歧视他们，如果连我们都嫌弃他们，那他们真的没法活下去了。他们需要我们，这就是我们的价值。”这是平山医院所有医护人员共同的心声。

也正是他们的付出和对患者发自内心的热爱，医院先后涌现了以门诊部主任兼二科主任周家彬、80后护士长米艳华为代表的全省医疗服务标兵、服务明星，医院优质服务康复品牌更是得到患者及家属的首肯。根据医院客服中心患者和家属反馈的意见，他们对医院员工的满意度一直在95%以上，很多从医院康复出去的患者义务充当宣传员。

没有最好，只有更好。虽然医院康复品牌和管理模式得到了社会的普遍认可，但在平山医院领导班子心目中，目前精神防治任务还依然繁重，医院唯有一切从患者利益出发，不忘初心，从管理者到全体员工将继续秉持既定的办院理念和办院目标，按照省政府和省卫计委委指示精神，充分考虑精神防治的服务需求，不断提升服务质量和水平，把各项工作做细、做实、做到位，才能让来院就诊的患者享受到更好的康复治疗服务。

本版策划 图片/易建阳 文字/李守荣