

想知道郑州男人首选医院？协和专家告诉你

他，现任北京协和医院泌尿外科特需门诊主任、原泌尿外科主任。

他，是中国医学科学院教授、协和医科大学教授、清华大学医学院教授、博士生导师。

他，主编《前列腺增生和肿瘤》，参编《急诊临床》《急诊医学》等，获中国医科院科技成果奖，国家卫生部科技成果奖。

他，研究并创立了前列腺开放手术荷包缝合止血法，有效地减少了患者术后并发症。

他，就是我国泌尿外科当之无愧的领军人物之一、北京协和医院的宋宗禄教授。

作为博士生导师，既有高超的医术，又有严谨的治学态度，可以说称赞的话是从不轻易出口。可在郑州中原医院(宋宗禄教授19日~24日在郑州中原医院出诊，预约电话65855555)，他却却不吝金口，对中原医院的专家、设备、技术、

服务交口称赞。还亲笔为郑州中原医院题词：中原男人首选品牌医院。是什么原因让一代宗师宋宗禄如此郑重向全中原男人推荐中原医院呢？

宋宗禄教授说：“中原医院的设备确实是一流的，光诊断治疗前列腺疾病的设备就30多台(套)，我来之前都没想到在泌尿外科方面，中原医院做得这么专业。这还只是一个方面，中原医院的专家非常有水平，我本人就是博士生导师，医生有没有真才实学几句话就看出来了。更难得的是，中原医院专家的高水平还不仅仅停留在理论上，他们的手术做得也非常好，非常精细。

“郑州的医院我走过不少，我有不少学生都在这里，不过我认为在泌尿外科方面，中原医院的水平确实是一流的。所以我推荐！” 张玉韩



▲北京协和医院泌尿外科特需门诊主任、博士生导师宋宗禄教授(左一)为郑州中原医院亲笔题词：郑州中原医院，中原男人首选品牌医院。

在中原医院花2元钱，前列腺炎就治好了？

啥？花了2元钱“病”就好了？

李先生3年前曾出现过尿频、尿急，伴腰腿骶部疼痛的症状，在某医院诊断为急性前列腺炎，给予抗生素治疗半个月后，症状消失即停药，但是在随后的时间内经常出现小腹坠胀的感觉，多次就诊，均诊断为慢性前列腺炎，久而久之，自觉男性功能也出现问题，性生活时经常感觉力不从心，因长期应用抗生素治疗，身体健康严重受损，而且3年来花了两万多元的医疗费。

后来看报纸上刊登公立医院——郑州中原医院在举办《中原男性幸福指数再造工程》的活动，多达8项的男科检查项目每项仅收2元，而且还有北京协和医院、北京大学第一医院的

专家出诊。遂想请北京专家给好好看看。经北京协和医院原泌尿外科主任、中国男科学泰斗——宋宗禄教授亲诊，花2元让他做了一个前列腺炎常规检查之后，竟然诊断其根本没有慢性前列腺炎，这些年竟都治错了！

“被”前列腺炎，男人之痛！

李先生根本不敢相信这样的事实，经过宋教授的详细讲解才终于明白了原委。

原来，李先生从最初的诊断到后期的治疗都没有进行详细的化验检查，首次治疗的时候因为医生的不负责任而草率的诊断，使其3年来一直被扣上了前列腺病患者的帽子，临床上

有很多“被前列腺病患者”都会有非常明显的心理暗示效应，他们往往会与自己所了解的前列腺疾病的一般症状进行对号入座，时间久了，就会因为感觉经常有不适的症状而求医。

宋教授说，对于一些不正规的医疗单位，可能因为追求经济利益而不负责任，对这样的正常患者进行治疗；也有些是医院本身技术水平达不到。在找到我的患者中有不少是“被”前列腺炎的，所以，再次提醒广大男性朋友，一旦出现类似前列腺疾病的症状，一定要到正规医院，最好是公立医院进行明确诊断，否则，一旦误诊，将会直接导致错误的治疗，对患者身心健康都是不利的影响。

中原医院治疗前列腺技术令人放心

宋教授说，一旦确诊前列腺疾病，不要过分担心，现在郑州中原医院的男科诊疗水平和国际一流技术基本接轨，比如现在开展的新一代HAIPERS前列腺太空舱治疗系统、腔道可视介入技术、智源肽治疗技术、美国MCDR治疗技术等，都是目前国际最先进的微创、无创治疗技术。

郑州中原医院为公立医院，是省市医保定点医院、新农合定点医院、全国百佳重点男性专科，同时是中国医师联合会全国男科名医郑州专家门诊所在地。

亚飞 晓蕾

中原男科电话：65855555

咨询QQ：1975060606

明日处暑，秋季养生有讲究

防秋燥，清调补，可以多睡会儿

“秋燥”伤人，以清热为主

在处暑时节，人们往往有这种感觉：皮肤变得紧绷绷的，甚至起皮脱屑，毛发枯燥而无光泽，头皮屑增多，口唇干燥或裂口，咽喉燥得冒火，大便干结，这种现象就是人们常说的“秋燥”。

郑州中原医院中医科主任乔志强介绍说，“秋燥”是由于气候干燥造成的，处暑期间的“秋燥”属温燥，发展为病症多表现为咳嗽少痰、咽干不适、手脚心热等。此外，处暑期间某些疾病，如支气管扩张、肺结核等，在“秋燥”的作用下也易复发或加重。

“预防秋燥的最好方法便是增强身体素质。”他

中午多睡会儿，闭目养神解“秋乏”

俗话说：春困、秋乏、夏打盹。“处暑”期间，天气由热转凉，很多人会有懒洋洋的疲劳感，也就是“秋乏”。

“秋乏是一种自然现象。”郑州国医堂医院副院长王正欣解释说，处暑时节是由热转凉的交替时期，自然界的阳气由疏泄趋向收敛，人体内阴阳之气的盛衰也随之转换，人体在这时进入一个生理休整阶段，身体就会出现各种不适，一些潜伏在夏季的症状就会出现，机体也产生一种莫名的疲惫感，如不少人清晨醒来还想再睡，这种状况就是“秋乏”。

穿衣要“酌情增减”，避免过早添加衣物

处暑之后的天气经常会中午热，早晚凉，昼夜温差较大，雨前气温偏热，雨后气温偏凉。这时频繁出入空调房的上班族要注意预防感冒了，特别要注意睡觉时关好门窗，腹部盖薄被，以防脾胃受凉。白天只要室内温度不高不宜开空调，可开窗使空气流动，让秋风涤荡暑期热潮留在房内的湿浊之气。室内可养些植物，如盆栽柑橘、吊兰、文竹等绿色植物，可以调节室内空气，增加含氧量。

另外，专家提醒，不要过早地增加衣服，尤其是

提醒，最好在保证睡眠的基础上加强晨练，增强机体的抵抗力，早晨醒来后最好先在床上练习叩齿、咽津等，然后再下床到室外进行体育锻炼。

防“秋燥”，在饮食调理方面也应注意少食辛辣煎炸等热性食物，如辣椒、花椒、桂皮、生姜、葱及酒等，特别是生姜。要多吃蔬菜和水果，多数蔬菜和水果性寒凉，有生津润燥、清热通便的功效，且含大量水分，果蔬还富含维生素C、维生素B及无机盐、纤维素，可以改善燥气对人体造成的不良影响。但食用新鲜果蔬一定要适量。此外，还应多喝水，以保持肺脏与呼吸道的正常湿润度。

现代医学研究发现，夜间零至4点，体内各器官的功能都降至最低点；中午12至13点，是人体交感神经最疲劳的时间。因此，睡午觉既有防病保健的意义，又符合养生道理。

“有质量的午觉，可以让人保持精神，也可在冬天来临之前保存能量，养精蓄锐。”王正欣指出，尤其是对于老年人，随着年龄的增长，老年人的气血阴阳俱亏，会出现昼不精，夜不眠的少寐现象。因此可以在晚上提早入睡，并且坚持午睡的好习惯，即使睡不着，闭目养神对身体也是有好处的。

小孩。不少家长爱子心切，看到季节变化，生怕孩子生病，于是急忙给孩子增加衣物，其实这种做法并不科学。因为每个人都有一定的抵抗力，如果在这些抵抗力还没发挥之前，就通过人为的方法制止，反而对身体不好。也就是说，在季节刚开始转换时，气温尚不稳定，暑热尚未退尽，过多过早地增加衣服，一旦气温回升，出汗后吹风，也很容易伤风感冒。因此，家长不必急急忙忙为孩子添加衣物，这时可接受适宜的凉爽刺激，有助于锻炼耐寒能力。



明天是二十四节气中的“处暑”。这个节气的到来预示着暑气的结束。这个节气最明显的变化是早晚温差大。这几日，雨水不断，一段闷热后又一阵骤雨，这种天气对体弱多病的人来说，老毛病很容易复发。

养生专家建议，进入“燥热”的秋季，拥有良好的情绪是工作、学习、生活的保证，而良好的情绪离不开睡眠和运动。因此，市民在保证睡眠质量的同时，饮食上以清热食物为主，不必过早添衣。

记者 董亚飞 蒋晓蕾