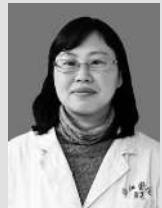


高血压没症状也需治疗

坚持健康生活方式与合理用药,健康人群35周岁后也要定期测血压



俞蔚 主任医师,浙江省心脑血管病防治研究中心副主任。兼任中华预防医学会心脑血管病预防与控制专业委员会委员,中华医学会老年医学分会流行病学组委员,浙江省中医药学会心脏病分会委员,浙江省预防医学会高血压专业委员会副主任委员。对冠心病、高血压及各类心律失常等疾病的诊治有丰富的经验。尤其擅长高血压病早期的危险因素、靶器官损害的评估和干预、难治性高血压的诊治;老年冠心病、房颤的抗凝、抗栓治疗;双源螺旋CT对冠状动脉粥样硬化的评估。

■记者王艳

章先生今年刚满35岁,一次体检时被诊断患上了轻度高血压。因为没有不适症状,又担心高血压药物有副作用,他就拖着没把高血压放在心上。近来他经常莫名其妙地感到头晕、乏力,到医院一检查,收缩压高达180毫米汞柱以上,被医生诊断为重度高血压。

高血压危害心脑血管健康,还影响寿命

浙江省心脑血管病防治研究中心副主任、俞蔚主任医师介绍,根据血压升高的不同,高血压分为3级:1级高血压(轻度)、2级高血压(中度)、3级高血压(重度)。

近期,早晚温差大,因高血压来该院就诊的患者有所增加,且年轻化趋势较为明显。俞蔚提醒,高血压会使脑血管发生缺血与变形,一旦脑血管破裂可发生脑出血,死亡率很高,即使存活以常遗留偏瘫或失语等后遗症;会导致脑动脉粥样硬化,粥样斑块一旦破裂可引起脑血栓;容易形

成微动脉瘤或者闭塞性病变,导致严重的中风等。

另外,高血压和冠心病就像一对“双胞胎”,高血压会损害心脏的冠状动脉,逐渐使冠状动脉发生粥样硬化而发冠心病,引起心绞痛、心力衰竭、心肌梗死甚至是死亡。

长期持续的高血压会使肾脏的“肾小球”的压力升高,患者会出现多尿、口渴、多饮、尿比重较低等表现。进而会出现全身水肿、电解质紊乱及酸碱平衡失调。

高血压还有一个不为人知的危害就是视网膜损害。若早期高血压得不到有效控制,会引起视觉障碍,如视物不清、视物变形等。

研究还表明,即使是轻度高血压,也会对寿命带来不良影响,堪称人类健康的“无形杀手”。

定期正确测量血压

俞蔚表示,要知晓自己的血压值,必须通过正确血压测量。血压测量包括诊室血压、动态血压和家庭血压三种方法,每种方法各有优势,家庭自测血压简便易行,是重要的评估

手段。

每个人都应该定期测量自己的血压,不同人群血压测量频率不同,建议35周岁以上人群每年至少测一次;易患高血压的人群每6个月测量一次。高血压患者或老年人,需定期测量血压。

有些患者认为在医院里测的血压比较准确,而在家庭测量的血压不够准确。俞蔚说,这种认识是片面的。在医院或诊所测量的血压,只能表示一个偶测的血压值,难以全面地反映个人血压的状况。自己在家中测量血压时,精神放松,能够反映平常状态下的血压水平。在不同的时间和状态下,定时测量自己的血压,能够更全面地长期了解自己的实际血压水平。

坚持健康生活方式与合理用药

在现实生活中,有很多轻度高血压患者,担心药物副作用怕吃药,或者认为没有症状不需要治疗,结果高血压越来越严重,还带来了其他并发症。

俞蔚提醒,预防高血压应注意

养成良好的生活习惯,注意低盐低脂、清淡饮食,坚持适量运动,戒烟限酒,杜绝熬夜,保证睡眠充足。高血压患者在坚持健康生活方式的同时,还需在医生指导下合理使用降压药控制血压,不能用非药物疗法代替药物治疗。

有些病人平时不测血压,仅凭自我感觉服药。感觉无不适时少服一些,甚至自行停药,头晕不适就加大剂量。俞蔚表示,这是非常有害的做法。其实,自觉症状与病情轻重并不一定一致,血压过低也会出现头晕不适,继续服药很危险。高血压和伤风感冒不同,高血压不能自愈,只能通过综合治疗被控制,这就需要长期、甚至终身服药。如果血压降下来就停药,血压会再次升高,血压波动过大,对心脑血管器官的损害就更为严重。

正确的做法是,在长期的血压控制达标后,那些能够严格坚持健康生活方式的患者,可根据医嘱适当减少药物的剂量和种类。而且在减药的过程中,也必须监测血压的变化。

健康专题

关爱男性健康 要幸福也要“性福”

男性作为社会的重要主体和每个家庭的顶梁柱,其健康与否肯定会影响到家庭的和谐与幸福度。世界卫生组织规定每年的10月28日为“男性健康日”,2017年的世界男性健康日主题是:守卫家庭支柱健康,提高夫妻生活质量。我国的活动主题为:关爱男性健康,构建圆满家庭。

男性健康要从娃娃抓起

■记者王艳

泌尿外科的门诊里每天都有很多人咨询关于包皮手术的问题,其中不乏带着孩子的家长,问得最多的就是:“医生,这算是包皮过长吗?要不要割?”

宁波市第一医院泌尿外科方立副主任医师介绍,包茎或包皮过长都对人体健康有害,尤其是包皮危害更大。归纳起来,具体的危害有如下几种:容易诱发阴茎头包皮炎,诱发阴茎癌,影响排尿功能,还容易发嵌顿性现象。

因为包皮下长期积聚污垢与包皮垢,容易让细菌繁殖生长,引起发炎而红肿疼痛。包皮炎症反复发作,成为一种长期慢性刺激,也可引起阴茎癌。严重的包茎,包皮开口狭小似针孔,排尿时尿液无法通畅排出,包皮会鼓起如小球,如此反复容易引起尿路感染,甚至

膀胱和肾也连累。

另外,过长的包皮还会影响到两性的性生活。很多女性在性生活后引起尿道不适、局部瘙痒、阴道炎等现象,都和男性的包皮过长、卫生习惯不好有关。女性的子宫颈糜烂和子宫颈癌也证实和男性包皮的卫生息息相关。

由此可见,有包茎或包皮过长者,应未雨绸缪,不要等到上述种种危害出现时才想到治疗,应该尽早解决。

啥时候给孩子的“小丁丁”松绑最好?方立表示,其实,每个新生男宝宝都会有生理性包茎,这是正常现象。大部分的生理性包茎在3岁后都会自行好转,未行包皮环切术的小儿90%在11岁时包茎可自愈。也就是说,大部分的小朋友是不用挨刀的。如果5岁之前就出现了包茎,导致尿流细小或反复感染等症状,应及时进行手术。

久坐办公族易患男科疾病

■记者王艳

与普通职业相比,IT从业者业余时间很少锻炼、应酬较多、经常熬夜,工作过于疲劳,心理压力更大,并发疾病可能更多,这些不利因素都会对于勃起功能产生不利影响。久而久之,会导致体质下降,可能影响男性生殖系统健康,易引发前列腺炎、精囊炎等病。所以,IT精英更应关注勃起功能,“性福”人生问题。

另外,临床研究表明,出租车司机、货车司机,以及居住条件相对较差夫妻分居多的外来务工人员,出现这方面问题的数量明显比其他行业多。

张磊建议男性劳动者,在生活中应有规律,保持良好的饮食、作息习惯;减少吸烟、喝酒的频率;劳逸结合,避免工作过于劳累;培养兴趣爱好,多参加户外活动,排解不良情绪,减轻工作和生活压力。如果开车或坐在电脑前,每隔一两个小时就要活动一下,千万不要长时间坐着不动。

■记者王艳

和谐性生活,对于促进人体身心健康,对于维护和谐的家庭关系和社会关系都有重要作用。但是,保守估计仅有10%的男性性功能障碍患者会主动到正规医院就诊,高达90%患者从来没有为此认真看过病,或一味地盲目进补。

中国性学会性医学专业委员会常委、浙江省性学会会长、浙江中医药大学附属第二医院(浙江省新华医院)院长吕伯东教授指出,男性性功能障碍主要有性欲低下、勃起功能障碍(ED)、早泄和射精等。

■记者王艳

常常听到女性得了更年期综合征,殊不知,男性其实也有更年期。衢州市人民医院泌尿外科副主任、主任医师万里军表示,男性更年期综合征在医学上称为迟发性性腺功能减退症,是一个被很多男性所忽视的疾病。一般情况下,男性在步入50岁以后,睾丸分泌水平下

男性性功能障碍大都可治愈

男性性功能障碍的出现,是一个复杂的心理和生理化学反应过程,同时也受家庭、社会、环境与人际关系的影响;性功能障碍患者大多数有心理性因素,但有器质性因素者多伴发其他器官如心血管病、糖尿病等情况。

有些患者自认为自己的男科疾病与肾虚、肾亏有关,盲目进补。殊不知,如果没查清病因就盲目服用补药是不科学的,不但不能根除旧患,还容易增大患者的心理压力,带来更多的烦恼。还有患者发现自己患上男科疾病之后,自尊心、生活态度方面会发生一些变化,以为

男性也有更年期

降,约有50%的男人会患上更年期综合征。

患上更年期的男性会出现乏力、食欲减退、骨关节痛、失眠、注意力不集中、烦躁易怒,以及对性活动失去兴趣等表现,是严重影响中老年男性健康和生活质量的重要疾病之一。

万里军建议年龄50岁以上或有明显临床表现50岁以下男性,及

自己患上了不治之症,拖着不去看或者病急乱投医。

吕伯东表示,从医学角度而言,男性随着年龄的增加,性能力会随之逐渐下降,包括人的抵抗疾病能力、免疫功能、记忆力、思维力、运动力等都要随之下降,这是正常的生理变化。

建议患者及其家庭要正确对待男性健康,要认识到男性病只是个医学上的普通问题,树立正确的就医观念,接受及时和科学的治疗,尽早恢复健康、提高生活质量。吕伯东表示,只要及时到正规专业医院接受检查治疗,大部分男科病是完全可以治愈的。

前列腺炎像感冒一样常见

排尿异常是前列腺炎的自我诊断标准,以尿频、尿不尽、尿滴沥、尿痛、尿道灼热、尿急、排尿困难等,尿后或晨起尿中有白浊也是前列腺炎特征性的症状之一。没有其他原因而出现遗精、早泄、血精、射精障碍、性欲减退等,也需要怀疑是否患有前列腺炎。

慢性前列腺炎本质特点是无明显炎症进展,不足以威胁患者的生命和重要器官功能,因此对于慢性前列腺炎不要谈虎色变。要到正规医院进行正规治疗,并且要正确了解各种治疗方法。

除了药物治疗外,自我锻炼是一种缓解症状的方法。平时可以以做以下锻炼:缩肛锻炼、每天温水坐浴以

及有氧运动等都可以改善局部血液循环,而改善症状。

慢性前列腺炎常易复发,要加强预防。调查发现近30%的急、慢性前列腺炎发生与过度饮酒有关,近100%的急、慢性前列腺炎患者在饮酒后症状加重。因此,患有前列腺炎时要绝对戒酒,没有前列腺炎的人要避免暴饮暴食及酗酒,以少量饮酒为宜。咖啡因、辛辣等食物对前列腺尿道有刺激作用,因此要避免过多食用。

另外,如果长期保持坐位,可使会阴部、盆腔脏器过度充血,使这些部位堆积代谢产物,导致前列腺炎等“久坐病”的发生。因此,即使没患前列腺炎,也要在日常生活和工作中避免久坐,同时避免长时间骑车等。

温州市中心医院等签约全国首个血液专科医联体

血液病患者可就近享受医疗资源和接受更好的服务治疗

■记者王艳 通讯员陈欢欢、郑柯

近日,我省温州市中心医院、宁波市第二医院、绍兴市上虞人民医院等,签约上海瑞金血液病医联体。据了解,这是全国首个血液专科医联体,共有29家成员单位。

上海交大医学院附属瑞金医院的血液科是全国三大血液病中心之一,作为全国血液病治疗重要单位,承担了上海乃至全国疑难危重血液病患者诊疗工作。因此床位始终饱和,无法满足所有病人的收治需求。

为更好实施资源共享、分级诊疗、上下联动的医疗模式,瑞金医院牵手28家医院,启动全国首个血液专科医联体,搭建集临床、科研、教学为一体的综合性平台。瑞金医院血液科将以技术输出、人才下沉的方式,进一步扩大优质医疗资源的辐射面,对合作单位进行业务指导、患者管理、科研及信息全方位合作;还计划对血液肿瘤的临床资料和肿瘤样本进行数据库管理,使合作单位能够资源共享、共同发展。

专家表示,签约上海瑞金血液病医联体,将有助于提高我省血液病的诊治水平,进一步推动老牌优势学科的发展;温州、宁波、绍兴等地的血液病患者也能享受与瑞金医院同等的医疗资源,就近接受更好的服务。

中国华融资产管理股份有限公司与诸暨市通和珠宝有限公司债权转让通知暨债务催收联合公告

根据中国华融资产管理股份有限公司与诸暨市通和珠宝有限公司签署的《债权转让协议》,中国华融资产管理股份有限公司已将其对下列债务人及其担保人享有的主债权及担保合同项下的全部债权(包括但不限于担保债权、违约金债权、损害赔偿权、利息债权及转让方已经缴纳的诉讼费、保全费等)依法转让给诸暨市通和珠宝有限公司。中国华融资产管理股份有限公司与诸暨市通和珠宝有限公司联合公告通知各债务人及担保人以及其他相关各方。

诸暨市通和珠宝有限公司作为上述债权的受让方,现公告要求下列债务人及担保人,从公告之日起立即向诸暨市通和珠宝有限公司履行主债权合同及担保合同约定的偿付义务或相应的担保责任。

特此公告

中国华融资产管理股份有限公司
诸暨市通和珠宝有限公司
二〇一七年十月二十四日

中国华融资产管理股份有限公司联系人:邱海舟 联系电话:010-57809340 地址:北京市西城区金融大街8号
诸暨市通和珠宝有限公司联系人:赵露琼 联系电话:13676850580 地址:诸暨市山下湖镇紫荆华庭2幢27号

注:1. 本公告清单列示截至2016年10月25日的贷款本金余额,借款人和担保人应支付给诸暨市通和珠宝有限公司的利息按借款合同、担保合同及中国人民银行的有关规定计算。

2. 若债务人、担保人因各种原因更名、改制、歇业、吊销营业执照或丧失民事主体资格的,请相关债权债务方、转让清单

序号	借款人	借款合同编号	担保人	担保合同编号	截至2016年10月25日债权本金余额(单位:元、币种:人民币)
1	浙江富荣鞋业有限公司	85052014280859、85052014280841、85052014280942、85052014281042、85052014281043	阮仕集团有限公司、阮仲陆、阮仲行、汤煊君、楼静、沈卫君、阮俊伟	ZD850520120000081、ZD850520120000058、ZD850520140000048、ZD850520130000074、ZB8505201328097501、ZB8505201400000170、ZB8505201200000256	12994992.22

主体及/或清算主体代为履行义务或履行清算责任。

3. 清单中“担保人”包括保证人、抵押人、出质人,担保人的担保范围以签署的合同等法律文件约定为准。如公告中债务人、合同编号、债权金额、担保人名等信息与事实不符的,以签署的合同等法律文件约定为准。

淳安县石鑫隆机制厂厂主淳安县市场监督管理局2015年12月16日核发的注册号:9133012778827821F营业执照副本,声明作废。

临安市天和不动产事务代理有限公司,注册号:91330185M27X0BE1F不慎遗失由杭州市临安区市场监督管理局2017年3月8日核发的营业执照正本一份,声明作废。

杭州拉帝服饰有限公司,注册号:330103000102781(1/1)不慎遗失由杭州市工商行政管理局下属分局2013年09月04日核发的营业执照正本,声明作废。

杭州富阳全民健身赛事策划有限公司龙滩分公司,统一社会信用代码为91330103000102781(1/1)不慎遗失由富阳市市场监督管理局2016年11月14日核发的统一社会信用代码为91330183006717716R的营业执照副本,声明作废。

本人李艳琴(身份证号码133025197401155021)因整村搬迁不慎遗失身份证,证号:13302519740115502163,声明作废。

杭州传化公路港市场不借道杭州大江东产业集聚区工商行政管理局2017年07月27日核发的工商字号杭大江东013号的市场名称登记证正本,声明作废。

龙泉聚鑫生物燃料有限公司,注册号:91331181M2810BP4R(营业执照)正本,现公告作废。

杭州国海水利工程有限公司龙泉分公司,注册号:331181000027501(营业执照)副本(2/2),现公告作废。

余姚市小峰五金加工厂,注册号:330603000102781(1/1)不慎遗失由宁波市工商行政管理局余姚分局2010年3月10日核发的注册号:330603000102781(1/1)的营业执照正本,声明作废。

丽水市农兴融资担保有限公司,注册号:330603000102781(1/1)不慎遗失由丽水市市场监督管理局2012年8月1日成立的注册号:330603000102781(1/1)的营业执照正本,现公告作废。

丽水市农兴融资担保有限公司,注册号:330603000102781(1/1)不慎遗失由丽水市市场监督管理局2012年8月1日成立的注册号:330603000102781(1/1)的营业执照正本,现公告作废。

富阳市三达苗木专业合作社注销清算公告:本合作社社员已决定解散本公司,请债权人自接到本合作社书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向合作社清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。

杭州拉帝服饰有限公司注销清算公告:本合作社社员已决定解散本公司,请债权人自接到本合作社书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向合作社清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。

湖州冯氏贸易有限公司注销清算公告:本合作社社员已决定解散本公司,请债权人自接到本合作社书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向合作社清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。

慈溪市周非忠广告设计工作室注销清算公告:本合作社社员已决定解散本公司,请债权人自接到本合作社书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向合作社清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。

绍兴市三友机械制造有限公司注销清算公告:本合作社社员已决定解散本公司,请债权人自接到本合作社书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向合作社清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。