

# 男子婚后多年未育

## 武进中医医院电生理疗法解除“男”言之隐



武中苑风采

□本报通讯员 曹艳 潘英

随着人们环境和生活习惯的改变,泌尿生殖系统疾病发病率逐年增高,男性少、弱精子症尤为突出。38岁的李先生因少、弱精子症一直未育有子女,在武进中医医院电生理诊疗中心治疗后,目前其妻子已备孕成功。

李先生结婚已有九年,但一直未生育宝宝。在上海、南京等大医院就诊后,他被诊断为少、弱精子症,中药、西药吃了一大堆,但疗效并不理想。半年前,李先生经朋友介绍到武进中医医院电生理诊疗中心,尝试采用电生理疗法。治疗前,精子总活力(PR+MP)18.46%、精子前向运动力11.58%、精子浓度40.90×10<sup>6</sup>/ml,A级精子8.64%。通过电生理治疗14次后复查,精子总活力(PR+MP)提升至44.03%,精子前向运动力提升至39.49%,精子浓度达到45.38×10<sup>6</sup>/ml,A级精子20.70%:几乎所有指标都进入正常范围。这些数据的改变让李先生看到了巨大希望。随后,李先

生又增加14次治疗,连续观察三个月,最终精子总活力(PR+MP)65.72%、精子前向运动力52.82%,精子浓度52.55×10<sup>6</sup>/ml,A级精子28.51%。目前,李先生的太太已成功怀孕。

武进中医医院电生理诊疗中心负责人徐祺介绍,少、弱精子症是造成男性不育或生育力下降的主要原因之一,其危害极大,不仅影响受孕,还影响优生优育甚至导致早产或流产。国内外目前也在大力研究针对少、弱精子症的治疗方法,但更多的还是停留在药物治疗阶段,临床上多服用黄金贻囊、麒麟丸、复方玄驹胶囊、还少胶囊、保精丸以及其他各种类型的中药,然而传统的药物治疗方法很多时候疗效并不稳定,且治疗周期较长,不少患者治疗了一到两年时间,精子质量非但没有提升,反而下降了。2021年,武进中医医院引进电生理疗法,在治疗男科疾病方面取得了重大技术突破,尤其针对男性少、弱精子症开创“电生理多参数联合治疗”。它是电、声等多种形式的能量刺激生物体,测量、记录和分析生物体发生的生物电现象和电特性,由电生理测量技术、刺激技术、信号处理和分析技术组成;同时以中医

穴位针灸、经络为理论基础,将电极片贴于体表,引入低频电流,刺激相关穴位,改善血液循环、刺激组织再生、镇痛、改善神经系统、疏通经络。目前,该方法治疗男性少、弱精子症效率达80%以上,且疗程较短,总共基础14次治疗,部分患者21或28次,总疗程20余天。对比传统药物治疗法,“电生理多参数联合治疗”优势明显,且无痛无创。



### 医生简介

**徐祺** 武进中医医院电生理诊疗中心管理办公室秘书,电生理诊疗中心医疗总监、电生理诊疗中心负责人、江苏省妇幼健康研究会生殖检验质量控制专业委员会委员。擅长用“电生理多参数联合治疗”治疗少、弱、畸形精子症,勃起功能障碍,早泄,慢性前列腺炎,多种尿失禁,尿滞留等。

门诊时间:周一至周五全天

# 节后减肥 让我们一起“热辣滚烫”

500ml 水

500g 蔬菜类

60g 蛋白质

260g 碳水化合物

50g 脂肪

200g 奶类及奶制品

4g 膳食纤维

10g 盐

本报讯(赵雪煜 妇幼宣) 过完年,大家都上秤了吗?“每逢佳节胖三斤”可不只是说说。演员贾玲在电影《热辣滚烫》里减了100斤,是否深深打动了你?那这份节后减肥攻略请收好。

市妇幼保健院·市一院钟楼院区妇保科主治医师、公共营养师李霞表示,最常见医学营养减重方案有三种:

1. 限制能量的平衡膳食(calorie restrict diet),这是医生最推崇的一种模式,它对于延长生命、延缓衰老相关疾病的发生具有明确的干预作用。CRD目前主要有三种类型:在目标摄入量基础上按一定比例递减(减少30%—50%);在目标摄入量基础上每日减少500kcal左右;每日供能1000—1500kcal。
2. 高蛋白膳食:蛋白质的供给量一般为占供能比20%以上,但一般低于30%,由于慢性肾病患者可能因高蛋白饮食而增加肾脏负担,建议合并慢性肾脏病患者或者肾功能异常患者应慎重选择高蛋白饮食。
3. 轻断食模式也称间歇性断食:5+2模式,即1周内5天正常进食,其他非连续2天则摄入平常的1/4能量(女性约600kcal,男性600kcal)的饮食模式。这种模式的好处在于减重的同时可以改善代谢指标、降低糖尿病癌症等风险、方法弹性简单有易于执行,适用于健康成年人。

运动项目	运动强度	66公斤男性	56公斤女性
		消耗热量(千卡)	消耗热量(千卡)
步行	慢速	82.5	69.9
	中速	115.5	98.1
	快速	132	111.9
跑步	慢跑	231	195.9
	快跑	264	224.1
自行车	12~16km/h	132	111.9
篮球	一般	198	168
	比赛	231	195.9
羽毛球	一般	148.5	126
	比赛	231	195.9
足球	一般	231	195.9
	比赛	330	279.9
跳绳	慢速	264	224.1
	中速	330	279.9
游泳	自由泳, 仰泳	264	224.1
	蛙泳	330	279.9
	蝶泳	363	308.1
俯卧撑	中	148.5	126
瑜伽	中	132	111.9

该表格数据来源于《中国居民营养膳食指南(2016)》

# 创新打造医联体建设“常州模式”

## 畅通基层就医“最后一公里”



□本报通讯员 李社莹 陈荣春

让“数据多跑路,患者少跑腿”,市一院医联体互联网医院打破地理物理空间限制,将便捷医院“装”进患者口袋,弥补基层服务的短板,促进医疗救治同质化,让基层医生能力得到有效提升,更好地保障百姓健康。

“以前我到医院就诊,都需要女儿帮忙在网上挂号,然后乘公交车到医院排队看病。哪怕是开个药,路上来回就要半天时间。”72岁的王先生患有高血压、糖尿病、肾病多年,每天都要吃不少药物,定期得找医生复诊开药。2023年底,王先生来到家门口的邹区卫生院看完病后想开点药,却被告知邹区卫生院没有需要的药。随

后,内科医师张鸣宇帮他用手机在“常州一院小程序”里的互联网医院解决了问题。“非常方便,医生帮我挂好号后,网上开药付费,然后填个家庭地址,通过快递把药送回家。整个操作前后不超过半个小时,省去了到大医院看病的很多麻烦!”王先生说。

由于基层医院药品不全、检验检查设施能力有限以及基层医师诊疗水平相对薄弱,基层医师有时候不得不将部分慢病或轻症患者上转至综合医院。市一院医联体互联网医院的开展,以问题导向性逐步解决基层医院医师的痛点问题,这在省内乃至国内都是一种创新尝试。

“与市一院建立专科共建型医联体的基层医疗机构,如果双方建立联

合病房,我们就会和基层医院一起筛选有能力、有魄力、有担当的医生,通过‘导师负责制’的同质化培训,让具备一定诊疗能力的基层医生加入市一院互联网医院,提供和本院医生同样的平台,实现云处方、云影像、云检验、云住院和云诊疗等互联网远程诊疗,方便在医联体单位就诊的患者同质化享受我处的优质医疗资源服务。”市一院医务处副主任王海海介绍。

邹区卫生院是与市一院签约的紧密型医联体,当地居民无需赶到市区,在家门口就能享受优质医疗服务。“邹区的患者通过市一院互联网医院挂了我的号,我就可以给患者配药,药品快递到家,报销的比例也是一样的。市一院很多大型检查也同样可以通过互联网医院预约时间,这对于患者来说非常方便,可以减少他们来回奔波的时间。”张鸣宇也深有体会。

据悉,市一院通过打造医联体互联网医院,不仅便捷了患者就医,还有效提升了基层医师的诊疗水平,真正起到了分级诊疗的作用。目前,全市已有16家基层医院的53位基层医师加入到互联网医院进行网上诊疗,为1800余名患者提供医疗服务。

同质化的培训和平台有效调动了基层医生的积极性。2023年6月,依托互联网医院,市一院启动“云医通”平台,并对所有医联体基层医院的医生开放,进一步畅通双向转诊,打通分级诊

疗“最后一公里”,缓解和解决疑难或危重患者超出基层医生诊疗能力的问题。

68岁的刘先生就曾突发急性肾功能衰竭,通过市一院、新北区魏村街道社区卫生服务中心“云医通”平台得到快速救治。“一早出现恶心、呕吐、吃不下饭的症状,后来小便也出不来,我赶紧把他送到社区卫生服务中心。”刘先生的家人回忆。

考虑刘先生可能是肾功能衰竭,病情危急,当地医生立即通过“云医通”平台发起转诊申请。市一院医务处收到申请后立即协调多学科专家进行远程会诊。经讨论,确诊为肾后性梗阻,需要立即手术,当地医生通过“云医通”直接开出住院证,患者到达医院后走急诊绿色通道,肾内科、泌尿外科立即开展联合手术。

“高效联动、精准转诊、及时治疗,病情没有耽误,患者病痛很快缓解,肾功能逐渐恢复。”市一院肾内科主任医师邹莹说,“要知道,一旦时间拖延,肾功能衰竭后不可逆转,患者今后只能靠透析生存。”据了解,仅2023年11月以来,市一院和医联体单位就通过互联网医院“云医通”平台,为50多名患者完成远程会诊和上转住院。

“我们将进一步完善市一院医联体互联网运营模式,提高基层医疗机构的服务能力,提升基层医生的诊疗水平,为健康常州建设贡献一院力量!”市一院医务处主任杨敏表示。

## 开学季

# 孩子上课老走神怎么办?



□本报通讯员 杨小霞

新学期开学,7岁男孩聪聪的爸爸妈妈又开始发愁了:孩子上课老走神怎么办?上个学期,老师私聊妈妈说聪聪上课总是“走神”,一会儿发呆,一会儿做小动作,还老是去和同桌讲话,不仅自己不专心听课,还影响同学。和妈妈一番商量后,老师把聪聪调到了距离老师最近的“宝座”,专程给他开小灶“护法”,但还是按捺不住聪聪“活泼好动”的天性。

寒假期间,爸爸妈妈专程精神和物资鼓励上阵,打算狠狠抓聪聪的学习态度和作业习惯,但是收效甚微——作业不盯着就不写,盯着也一直

磨蹭,拖到不能再拖了才开始写,还边写边玩。这可如何是好?开学前,爸爸妈妈带着聪聪来到了市儿童医院儿童保健和心理健康中心的多动抽动门诊。主任医师沈惠娟详细询问了聪聪的情况,并为其进行了注意力与行为等测试,发现孩子存在“注意缺陷多动障碍”。在和爸爸妈妈商量后,沈惠娟给聪聪制定了注意力训练、家庭行为管理等治疗方案,并带着孩子开始训练。

“我们开始以为孩子只是调皮,但怎么讲道理甚至责罚都没有用,想不到他是真的有学习上的障碍,得不到佩服现在医学的进步。”聪聪的爸爸妈

妈感慨。

沈惠娟介绍,注意缺陷多动障碍俗称多动症(ADHD),起病于儿童期,症状可持续至成年。主要表现为与年龄不相称的注意力不集中,不分场合的过度活动与冲动。如上课不专心,小动作多,做作业拖拉磨蹭,成绩不稳定,行为冲动,容易与同伴发生冲突等。据统计,我国ADHD患儿的患病率约为6.4%,预计患儿数量超过2300万,但由于公众对疾病的认知不足等原因,ADHD的就诊率仅10%。ADHD对孩子的学习成绩有显著的不利影响,也损害了其社会功能、人际交往、情绪及自信心的发展。同时给家长、学校、社会对ADHD儿童的管理带来巨大挑战。

“有的时候孩子的行为不完全是

**链接**

### 如何在家里和孩子开展注意力训练呢?

注意力是孩子认识世界的第一道大门,是感知觉、记忆、学习和思维等不可或缺的先决条件。心理实验证明,3岁幼儿注意力可维持3—5分钟,4岁孩子10分钟,5—6岁儿童也只有15分钟。因此,合理制定孩子的作息时间表,让孩子明确什么时候可以尽情地玩,什么时候必须专心完成学习任务,养成劳逸结合的好习惯非常重要。

注意力训练是预防和改善ADHD行之有效的方法。

自己的主观意愿,他也要认真听讲、专心学习,但言行存在偏差,他们需要我们的理解和帮助。”沈惠娟提醒家长,首先需要理解ADHD是一种并非通过批评、打骂、体罚可以纠正的疾病。有不少家长认为ADHD是缺乏意志力的表现,对儿童采取简单粗暴的责骂或强制手段,往往适得其反。医学研究表明,ADHD患者的大脑结构、功能受损,如果没有足够的动机(指让一个人“愿意”做一件事的驱动力)刺激,无法达到执行功能的水平,并且这种情况不受其主观意愿支配。

“ADHD儿童经过规范化治疗,可以取得较好的治疗效果,提高注意力,改善行为问题,发挥学习潜能。”沈惠娟强调,家长应多注意孩子的行为,越早发现ADHD,越早开始治疗,效果越好。

家长在设置家庭注意力训练时,可以安排静心训练、视觉注意力训练、听觉注意力训练、视听综合注意力训练等模块。家长通过观察孩子注意力的情况,根据孩子的注意力发展特点帮助孩子进行学习管理,帮助孩子合理安排学习时间,培养良好的视听习惯。当我们开始有意识的培养和训练孩子的注意力时,每一个微小的改变都能帮助孩子的注意力在自身基础上得到进一步发展。