



•综合医学•

航空兵部队地面人员前列腺炎的防治探讨

兰洪辰 (中国人民解放军 93735 部队医院 301716)

中图分类号: R742.8+9

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2017) 17-224-01

航空兵部队中,空勤是主要的战斗力,但作为维护保养飞机的地勤人员和飞行保障的后勤人员也是战斗力的重要组成部分。他们在长期艰苦的工作环境中进行高强度的工作容易患许多疾病。前列腺炎就是困扰他们的一种常见病,尤其对于地勤人员,这种病不在少数。由于受到社会上的一些错误和夸大宣传的影响,很多人因为恐惧、焦虑严重影响了自己的工作生活。他们有病乱投医,不少人花费了很多金钱和时间,可效果并不好。下面我就基层部队医院对前列腺炎的防治做一些探讨。

前列腺炎是一组征候群,包括排尿症状、疼痛、神经精神症状。分为急性细菌性前列腺炎、慢性细菌性前列腺炎、慢性非细菌性前列腺炎、前列腺痛。在基层部队中主要的类型是慢性非细菌性前列腺炎、前列腺痛。对于诊断,由于受条件的限制,有一些实验不可能做,但有些是必须的包括病史、直肠指检、4杯或2杯试验。前列腺炎的治疗效果常常不能令人满意,容易复发。一般采用综合治疗。以下是美国国家健康研究所第一届国际慢性前列腺炎协作网会议介绍的慢性前列腺炎治疗程序介绍。

治疗种类	级序	平均分
抗微生物药物(抗生素)	1	4.4
α-受体阻滞剂	2	3.7
前列腺按摩	3	3.3
抗炎药(非甾体类)	3	3.3
止痛药	4	3.1
生物反馈	5	2.7
植物药	6	2.5
5-α还原酶抑制剂	7	2.5
肌松剂	8	2.4
器械(如微波、射频)	9	2.2
理疗	10	2.1
精神治疗	10	2.1
其他治疗(如针灸)	11	2.0
别嘌醇	12	1.5
手术	13	1.5

注:最高5分;高4分;中等3分;低2分;很差1分

对于基层部队医院可选择以下措施:抗生素、α1-受体阻滞剂、抗炎药物(双氯灭痛等)、前列腺按摩。根据前列腺的组织学特点,抗生素应该选用脂溶性的药物,例如喹诺酮类,大环内酯类、四环素族以及磺胺类药物。提倡大剂量和超时限的用法,常需4-6周。

药物治疗只是一方面,重要的在于预防,在前列腺炎的预防中,最主要的是要养成一个良好的生活习惯,俗话说,最好的大夫是自己,最好的医学模式是自我保健,而最重要的就是要树立一个科学的生活习惯,它包括10项。

一、不喝酒:即使是在节假日期间或必须应酬的场合也不喝酒,或只喝少量的低度酒。

二、不吃辣椒等刺激性食物;安排好一日三餐,做到平衡膳食。

作者简介:兰洪辰(1976-)男,汉族,籍贯天津武清,本科学历,就职于93735部队医院,主治医师,主要从事临床工作。

(上接第223页)

综合症需要长期治疗,短时间的研究不能满足临床实践的要求。在检索的过程中,我们发现很多临床实验仅仅持续2-3个月,所以,从这些研究中得出的结论不会有重要的指导意义。纳入患者的绝经时间也有很大的差异:最小的平均年龄是55岁,绝经时间大约为4.5年,最大平均年龄是73.5岁,绝经时间大约为22.5年。不同年龄患者对雌激素的敏感性不同,适宜的雌激素干预治疗时间窗,可能会使治疗效果更为显著。

在初步检索得到的研究结果中大部分临床实验的设计质量较差,有些研究没有安慰剂对照,有些研究没有使用盲法,较常见的错误是随机化方法。我们用Jadad分数和循证医学工具评价偏倚和研究质量:5分代表好的设计,有4项研究得到最高的5分,其他三项研究得3分,这代表设计质量一般。在纳入的研究中,除一项外,其他研究描述了失访率和原因。三项研究描述了检验效能,大部分的研究没有描述分配隐藏方法,这在一定程度上抵消了随机化的效果。干预的实施、评价、不完全的报告没有被描述。总之,纳入研究的质量一般,在将来的临床实验中,我们需要更多的关注设计质量以获得有力的证据。见表3。

当然,本研究的证据强度也存在某些限制性。首先,发表偏倚不可避免,考虑到以上难以避免的影响因素干扰,本研究最终得出的结论尽可能做到真实而又谨慎。基于所总结的雷洛昔芬临床治疗对照研

三、多喝水:每天最少喝7杯水(约2000毫升)每天早晨起床后即喝一杯水(70毫升),如喝“一线瀑”茶,对于排尿不畅的人群更适宜。

四、不久坐:坐1小时左右就站起来活动活动。

五、适量运动:做到“五三七”,五:每周至少运动5次;三:每次运动得30分钟以上;七:每次运动后,实际心跳次数加上年龄要达到每分钟170次。

六、注意个人卫生,每天晚上都洗一次下身。

七、勿过劳,免着凉。调整好工作、生活节律,劳逸结合,避免过分疲劳。要根据气温的变化适时地增减衣服,避免着凉。

八、保持大便通畅:每天定时排便,日常饮食中要多吃蔬菜。适量吃水果和适量活动,遇有便秘时要及时治疗。

九、保持心情舒畅,做到乐观豁达,及时排解自己的不良情绪。

当然,对于前列腺炎的防治,这只是一些最基本的手段,前列腺炎的病因相当复杂,迄今缺乏特效的针对性治疗,乃是困扰医师和患者的课题,需继续不断地探索和进一步的研究,我们作为基层部队医院的医生更应该努力学习、实践,更好的为广大官兵服务。

究进行的分析总结,可以认为雷洛昔芬在特定的时间窗用于更年期女性防治认知功能和记忆障碍、各种痴呆发生及骨质疏松和乳腺癌等疾病效果和安全性相对是稳定可靠的。

4 结论

雷洛昔芬可能对认知、记忆功能障碍有改善作用;对焦虑、抑郁、睡眠、性功能等神经精神心理活动则没有明显的影响。预防和绝经期女性骨质疏松以及乳腺癌安全可靠;但不适合血管狭窄和有血栓形成倾向的患者。

参考文献

[1] Lin SQ, Sun LZ, Lin JF, et al. Estradiol 1mg and drospirenone 2mg as hormone replacement therapy in postmenopausal Chinese women. *Climacteric* 2011; 14 (4): 472-81

[2] Emily Banks and Karen Canfell. Invited Commentary: Hormone Therapy Risks and Benefits—The Women's Health Initiative Findings and the Postmenopausal Estrogen Timing Hypothesis. *Am J Epidemiol* 2009; 170: 24-28

[3] Peter Collins, Lori Mosca, Mary Jane Geiger, et al. Effects of the Selective Estrogen Receptor Modulator Raloxifene on Coronary Outcomes in The Raloxifene Use for the Heart Trial: Results of Subgroup Analyses by Age and Other Factors. *Circulation* 2009; 119: 922-930