

在发病后 10 分钟或几小时后就会慢慢消退，消退后再观察过敏的那块皮肤状态，不见任何发病的痕迹。在发病时，患儿可能会感到心慌、恶心、呕吐等，这些症状也会随着红斑块的消退而消失。

慢性荨麻疹的病因就更为复杂，一般认为荨麻疹反复发作超过六周以上，就可以判断为慢性荨麻疹，此时要寻找医生的帮助，进行治疗。但需要注意的是，正因为慢性荨麻疹有反复发作的特点，长期注射药物治疗副作用大，因此临床上一般对慢性荨麻疹患儿使用口服药物治疗。但口服药物治疗会使慢性荨麻疹患儿感到四肢乏力、嗜睡、胃肠道不适的情况，很多家长觉得药物好像没有起到什么作用，又使患儿嗜睡，因此不坚持治疗，这是十分不对的，治疗任何慢性病都是一个长期的过程，要积极的配合和信任医生，才能使患儿尽快痊愈。

荨麻疹发作时，需要注意两点：患儿自制力差，在荨麻疹发作时容易抓伤皮肤，纵使荨麻疹发作时很痒，也不要进行抓挠，此时抓挠不但不会止痒，还会使皮肤受到更多的刺激，使得病情更严重。也不要热敷，很多家中可能觉得热敷可以止痒，也能使宝宝好受一点，缓解痛苦，但那都是暂时的，反而热敷会使血管扩张，对病情不利。

对于荨麻疹和一些小儿皮肤病而言，预防最为重要，在第一

次患儿出现荨麻疹的时候，家长要多细心留意观察，找到诱发荨麻疹的因素。该因素可能是环境，也可能是饮食，也可能是其他。家长可以带孩子到医院接受一个全面的检查，尤其是过敏源的检查，从源头上帮助患儿预防荨麻疹复发。

家长应注意监督患儿作息时间规律，在春季尽量避免去花草树木旺盛的地方，尤其是公园，避免吸入、接触过敏源而造成荨麻疹发作。家长要注意家中环境的清洁，家中不要养花草，最好不要饲养宠物，因为动物的毛发、皮屑也是诱发小儿荨麻疹的重要因素之一。用干净的湿抹布仔细清洁家中的灰尘，有条件者可以购买吸尘器来帮助清洁，家中最好不要铺地毯，地毯中会隐藏很多的灰尘和螨虫，就算定期清洁，还是有肉眼看不到的细菌，对荨麻疹患者十分不利。为了减少荨麻疹的发作，患者不要穿太紧身的衣服，最好选择宽松舒适的衣服，洗澡的水不要太凉或太烫，以免刺激皮肤，洗澡时以温水为佳。

饮食上荨麻疹患者需要多吃新鲜的蔬菜水果，避免吃患儿过敏的食物，尤其是海鲜、鸡蛋、牛奶等。孩子们普遍喜欢的甜食、冷饮、汽水、雪糕等都尽量不吃，因为它们基本都含有食物添加剂，是造成慢性荨麻疹的重要诱因。多吃富含维生素 c 的食物，可以帮助血管通透，减轻水肿，对减轻荨麻疹的症状有大用处。

前列腺增生，你还在苦苦忍受么？

杨 乐

四川省阆中市人民医院泌尿外科 637400

[中图分类号] R699 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2020) 11-114-01

前列腺增生是膀胱刺激及排尿梗阻症状的统称，对人体生活质量及身体质量影响颇深。前列腺增生通常是前列腺组织增生引起的病变，由于其增生部位会对膀胱产生刺激或者抬高膀胱出口，进而引发尿频、尿急、排尿障碍等症状。本文将对前列腺的常见症状及治疗方式展开分析，以期让更多的人认识到前列腺增生疾病。

一、前列腺增生的临床症状及其原因。

(一) 尿频、尿急

尿频是早期前列腺增生的症状，这是由于膀胱逼尿肌反射亢进引起的。后期随着增生加重出现尿道梗阻，致使膀胱容量减小、膀胱内余尿增多，排尿次数也随之增多。前列腺增生导致的夜尿增多是由于逼尿肌不稳定或肾脏的尿液滤过功能节奏紊乱引起的。此外，迷走神经夜间亢奋、膀胱张力减低、膀胱容量减少等都有可能引起夜尿尿频。

(二) 进行性排尿困难

进行性排尿困难的常见症状为排尿费力、延时、无力、尿滴沥、尿不尽等。这是由于前列腺增生导致的尿道梗阻，需要患者用更大的力气才能克服尿道阻力。引起排尿梗阻的原因通常是前列腺增生组织压迫尿道或交感神经兴奋等因素。而且，前列腺增生会挤压到尿道导致尿道变细，出现尿中断、尿不尽的现象。

(三) 尿失禁、血尿

前列腺增生如若治疗不及时或治疗不当，极易发展为重度前列腺，导致膀胱出现代偿性肥厚。当膀胱内压高于尿道阻力的时候就会出现尿失禁的现象。前列腺黏膜上的毛细血管也会随着病情加重出现破裂，引起肉眼可见的血尿或者镜下血尿。

二、前列腺增生的治疗方式

前列腺增生患者要对前列腺增生的防治知识进行全面的了解，正确看待前列腺增生疾病，避免出现焦虑、自卑等不良心理。

同时要积极接受专业、正规的医疗治疗，并保障对治疗的依从性。

(一) 前列腺增生疾病的辅助治疗

前列腺增生患者要保持规律的作息习惯及良好的饮食习惯。即每天要保证足够的睡眠及休息时间，保持营养均衡、三餐规律的饮食，还要严禁烟酒、辛辣刺激性食物等。前列腺增生患者要多饮水，这样可以借助多频次的排尿冲洗尿道，进而促进前列腺分泌物的排放。前列腺患者还要坚持每天进行适度的运动，提升身体素质及身体新陈代谢速率，锻炼逼尿肌和括约肌的收缩能力，促进前列腺静脉血液的回流循环。前列腺增生患者可以进行快走、慢跑、打太极等中等强度的运动，每次运动时间在 30 分钟到 60 分钟左右，可以根据自己的身体能力适当的增多运动时间及强度，但要遵循循序渐进的原则，避免运动强度对身体造成负担及损害。

(二) 前列腺增生疾病的药物治疗

前列腺增生疾病的临床治疗中常选用化学药物 5 α -还原酶抑制剂进行药物治疗。如非那雄安、度他雄胺等。这些药物可以有有效的缩小前列腺的体积进而消除尿道梗阻的症状，在前列腺疾病的控制及治疗中效果极佳。但是前列腺增生体积较小的情况通常不选用这类药物。 α -肾上腺受体阻滞剂是另外一种常用的治疗前列腺疾病的药物，其通过舒缓尿道内和前列腺平滑肌的张力加快尿流率，达到缓解前列腺增生疾病症状的效果，代表药物有坦洛新、苯磺酸多沙唑嗪、萘地哌尔等。此外，现阶段的前列腺增生临床治疗中还引进了诸多植物药物，通过抑制生长因子、干扰代谢等方式发挥治疗作用，常见的有普乐安、普适泰、金利油等。

三、总结

前列腺增生不仅对人体健康造成危害还给人们生活的正常运转造成困扰，因此，一旦发现该方面的不适症状要尽早就医，最大程度的规避前列腺增生疾病的危害。