

# 社区科普

## 泌尿知识角

栏目协办: 四川省医学会泌尿外科专委会 四川省泌尿外科医院

**开栏语:**为了广大读者普及更新、更广的泌尿相关科普知识,从本期开始,本报联合四川省医学会泌尿外科专委会和四川省泌尿外科医院,共同推出《泌尿知识角》专栏,帮助大家科学认识泌尿健康知识。

不育是影响男女双方和家庭的全球性问题。不育的因素有很多,男女因素几乎各占一半。青春期的腮腺炎、睾丸损伤或扭转、环境因素以及不良生活习惯等因素都可以对男性的生育能力构成威胁。对于男性不育病因认识的不足,造成了多数不育患者缺乏特异治疗方法。所以,科学认识男性不育症的病因,有助于尽早地预防和治疗。

男性不育症是由多种疾病和(或)因素造成的结果,通常根据疾病和因素干扰或影响生殖环节的不同,分为睾丸前、睾丸和睾丸后三个因素,病因不明的称为特发性男性不育。

**睾丸前因素。**该类患者生育功能的损害主要为下丘脑、垂体疾病等因素所致。下丘脑疾病包括原发性低促性腺激素型性腺功能减退综合征,常见的如卡尔曼氏综合征、选择性黄体生成素缺

乏症(又称生殖性无睾症)等。垂体疾病包括垂体功能不足,多由于肿瘤、感染、梗死、手术、放射、浸润和肉芽肿性病变更影响垂体功能所致。

**睾丸因素。**睾丸因素有先天性异常、睾丸炎、睾丸损伤等。先天性异常包括隐睾以及染色体或

# 科学认识男性不育症

高靖闲

基因异常,后者是临床上导致男性不育症的重要因素;青春期后的流行性腮腺炎30%合并睾丸炎,睾丸萎缩是病毒性睾丸炎最常见的严重后果;睾丸损伤除了导致睾丸萎缩外,还可激发异常免疫反应,这两点都可能导致不育,睾丸血管的医源性损伤也会导致不育;另外,精索静脉曲张在

不育症患者中的发病率接近40%,但其引起的不育往往是多种因素综合作用的结果。

**睾丸后因素。**睾丸后因素造成的不育症可以分为梗阻因素、性功能相关因素以及精子成熟的相关因素。输精管道梗阻是男性不育的重要病因之一,梗阻性无精子症在男性不育患者中约占7%~10%;性欲减退、勃起功能障碍、射精功能障碍也是不育的原因;精子成熟相关因素包括精子纤毛不动综合征,由于精子运动器等异常而导致其运动力的降低或丧失,从而导致生育障碍,或者输精管结扎再通后,精子通过附睾时未获得正常的成熟和运动能力,因此活力低下。

**特发性病因。**特发性病因是指男性不育症找不到明确的病因,其影响生殖的环节可能涉及睾丸前、睾丸本身、睾丸后的一个或多个环节。目前倾向于遗传或环境等因素相关。

(作者单位:四川省泌尿外科医院)

**肿瘤大讲堂**  
ZHONG LIU DA JIANG TANG  
栏目协办: 四川省抗癌协会 四川省肿瘤医院

## 鼻咽癌确诊后及时治疗很重要

宋宴琼

鼻咽癌,顾名思义,就是鼻咽部长出来的肿瘤,与其它恶性肿瘤一样,可以向全身任何部位转移。如果把我们的身体看成一座城市,那各器官无疑就是这座城市里的各栋房屋。鼻咽,可不是鼻子和咽喉这两栋“房屋”的合并简称,而是实实在在地存在的“独门小院”,只是它地处偏僻(鼻梁到鼻腔的后方,口腔里小舌头的后上方),所以不太为大家所知。

鼻咽癌最常见的症状是鼻出血(通常表现为反复鼻涕中带血)及颈部淋巴结肿大(表现为颈部肿块,通常没有疼痛感)。其次为耳鸣、听力下降、鼻塞,有些病人可能还会出现头痛、张口困难、视物模糊、面部麻木、眼睑下垂,甚至失明等症状。当上述症状持续存在,或不断加重时就应该警惕鼻咽癌,及时去医院就诊。为了最大限度地避免漏诊及误诊,挂号选择的科室应为放疗科和头颈外科(有的医院称耳鼻喉科)。

目前放疗是治疗鼻咽癌最有效的方法。现代精确放疗技术就像专业射箭运动员射箭一样,能精准命中癌细胞。从而能最大程度地减

少放疗副作用。早期患者采用单纯放疗,中晚期患者采用放疗和化疗(或分子靶向药物)联合治疗。随着调强放疗等精确放疗技术的应用以及综合治疗的进展,非转移性鼻咽癌患者的5年局部控制率已超过90%,生存率也达到80%以上。即使是已经发生转移的晚期鼻咽癌患者通过联合治疗,也有部分达到长期生存。

放疗前病人要做一些准备工作,例如长发要剪成短发,口腔有龋齿也要拔除。放疗科医生要根据患者检查的具体情况,联合放射物理师团队为每一位患者量身定制一份放疗计划,这个过程大约需要1~2周。而实际放疗的过程很简单,患者只需要在治疗床上保持不动,静躺10~20分钟(后期可能3~5分钟),一次放疗就结束了。放疗过程中病人不会有丝毫疼痛感。鼻咽癌整个治疗大约需要放疗33~35次。

需要提醒大家的是,鼻咽癌患者在确诊以后,一定不要延误治疗时机,要尽快进行以放射治疗为主的治疗,越早治疗康复希望越大。

(作者单位:四川省肿瘤医院头颈放疗中心)



请本报所刊登图片作者与本报联系,以付稿酬。

**科技前沿**  
KE JI QIAN YAN

## 用人工智能观察眼球运动可判断人类性格

人们常说眼睛是心灵的窗户。一个国际研究团队日前利用人工智能技术,实现通过观察眼球运动来判断性格。

德国斯图加特大学、澳大利亚弗林德斯大学和南澳大利亚大学等机构的研究人员使用了最先进的机器学习算法,用来证明性格和眼球运动之间的关系。

他们跟踪调查了42名受试对象在日常生活中的眼球运动情况,并随后使用调查问卷来评估这些人的性格特征。

结果发现,眼球运动能显示一个人是否善于交际、小心谨慎

或充满好奇心,而算法软件能够可靠地识别出“大五人格”中的4种:神经质、外向性、宜人性和尽责性。“大五人格理论”指的是心理学家发现有五种特质可以涵盖人格描述的所有方面,分别是外向性、宜人性、尽责性、神经质和开放性。

研究人员表示,这项研究跟踪评估的是受试对象在日常生活中的视觉运动,而不是在实验室中严格受控下的视觉运动,因此提供的结果更加接近实际。研究报告发表在新一期瑞士《人类神经科学前沿》杂志上。(星华)



## “完美主义者”要学会减压

蒲昭和

完美主义者的最大特点是追求完美,而这种欲望是建立在认为事事都不满意、不完美的基础之上的,因而完美主义者常常陷入深深的矛盾之中。

完美主义者因为过于追求完美,一方面对自己要求很高,做事常常追求完美,稍不满意就自责,必须重新再做,直到做得满意为止;另一方面,他们很在乎别人的评价,怕别人看到他的短处。这种事事苛求完美的态度,很容易背负过重的心理压力,令人长期处于一种紧张和焦虑状态。长期如此,就会产生一系列不良反应,如头痛、胸闷、心跳加快、记忆力下降、胃口差、失眠、性欲减退等等。

尤其是中年人,正处于人体器官功能逐渐衰退的时候,当压力得不到有效疏解,很容易引发疾病,甚至会猝死“急病”(如心肌梗塞、中风等)而死亡。一项专项研究证明:完美主义倾向越严重的人,心理压力越大,经常产生疲劳、急躁或信心受挫等负面情绪。

完美主义性格对健康易产生负面性。所以,当你属于这种性格的人,一定要学会自我减压。自我减压的办法很多。比如,宣泄、转移是减轻心理压力的有效手段;还可以选择一种能够将压力释放出来的自己喜欢的活动,比如唱歌、钓鱼、登山等;也可以主动与他人常交流、聊天,向朋友、同事、家人倾诉你的压力,把内心的痛苦发泄出来,及时接受别人的反馈。

压力和紧张与人体内紧张激素皮质醇浓度有关,通过一定的饮食调养对缓解焦虑情绪有一定帮助,比如,平时可多吃含有维生素B较多的小麦胚、麦芽、大豆、糙米、蛋、燕麦、花生、胡桃等食物;也可补充富含肌肽、鹅肌肽等生物活性物质的牛肉汁、鱼类等,这些有助于减低体内紧张激素皮质醇浓度,缓解压力与疲劳。

**科技百花**  
四川省老科技工作者协会 协办  
第266期

## “全能神”害我家庭失去生活信心

**崇尚科学 反对邪教**  
CHONGSHANG KE XUE FAN DUI XIE JIAO  
栏目协办:四川省反邪教协会

我叫左兆军(化名),1999年经人介绍结婚。婚后我在离家不远的工厂打工,妻子在家养了几头猪,种着一亩多地,生活虽然不富裕但夫妻恩爱。2002年女儿的出生更是给我家带来了无穷的乐趣,让我对生活充满了信心。然而,自从邪教“全能神”进入了我家,一切美好的愿望都成了泡影。

2003年春节刚过,当时女儿才几个月大。妻子因身体虚弱,只能在家专门带小孩。无事时,邻居间总爱凑到一起闲聊。一天,邻居老张带着两个邻村妇女来到我家,经过一阵寒暄后,老张对我妻子说:“你不是一直患有胃病吗?其实这不算啥病,只要跟着我们信‘神’,不需要花钱病自然就好了。”听她们讲得头头是道,再想到自己家经济不算太富裕,于是我妻子抱着试试看的态度答应了。此后,妻子就隔三差五到他们约定的地点参加活动,越来越痴迷,还劝我跟我一起信“全能神”。从此,我们不是到别家聚会,就是在我家“学习”,感

觉好像抓住了一根救命的稻草。一次聚会时,几个“姊妹”说有一些资料需要放在我家,我一想反正我家有间空房就毫不犹豫地答应了。从此,我家就成了资料存贮点。2004年7月经群众举报,公安机关在我家搜出了大量的“全能神”邪教宣传品,妻子被依法判处有期徒刑一年。这一年我既要干农活又要照顾女儿,吃尽了苦头。

外出,没有时间,也没有心思学习,成绩直线下滑。2015年正值上初一的女儿终于说啥也不到学校去了,对此妻子是支持的,她认为只要一心一意信“神”,将来会要啥有啥。我要求女儿最低要把初中上完,可是女儿却以死相抗,我因怕出意外只有任凭女儿辍学回家。

如今,在反邪教志愿者的帮助下,我已深刻认识到了“全能神”的邪教本质。看着别家的小洋楼,对照自己家低矮潮湿的土坯房,再想想我们原本幸福的家,真是痛心。

(凯风)