

义诊第113期

父爱如山，大爱无言。俗话说，父亲是一家的顶梁柱，父亲的身体健康关乎着家庭的安定与和谐。6月的第三个星期日是父亲节，6月14日下午6点，京九晚报公益社区健康行联合商丘市长征人民医院在梁园新区绿地广场举行“父爱如山”大型义诊活动，活动得到市民的热情参与。

温情父亲节 义诊献爱心

文/晚报记者 刘絮 朱琳 图/晚报记者 张辉

医院：感恩父爱 关注父亲健康

6月14日下午5点半，商丘市长征人民医院的外科医生庞在永、内科医生李毛才及几位护士没有选择下班回家，而是带着桌椅板凳，拿着血压计等仪器，来到尚在烈日照耀下的梁园新区绿地广场，为迎接即将到来的父亲节，开展义诊活动，为终日操劳的父辈免费检查身体。

“针对中老年男性易患的高血压、心脏病、糖尿病、颈椎病、腰椎间盘突出症等疾病，我们医院专门派出内外科医生现场坐诊，为居民讲解。”商丘市长征人民医院医务科孙长宏说，正因为父亲的坚强，对小伤、小痛很少放在心上，才往往疏忽健康。因此，在父亲节来临之前，让我们把视线停留在那些辛勤工作的父亲身上。

工作的父亲身上，关注一下他们的健康。

“父亲节人家光给男的看病。”一旁的赵爱真阿姨打趣她的一位准备量血压的老姐妹，赵阿姨说，原来看到儿女给她过“母亲节”，她家老头子很嫉妒，这两年也要求过“父亲节”，她老远看到医院挂的横幅，就把他喊过来，说，这不人家都恁重视“父亲节”，你就别再说我瞎嚷嚷了。

孙长宏说，事实上，中年男人最爱犯的错误就是认为有些病永远是老年人的事，可实际上，现在已经有很多疾病提前体现在中年男人身上了。此次父亲节来临之际，让我们唤起对父亲们健康的关注，把视线停留在那些辛勤工作的父亲身上。

花絮： 居民文化生活丰富

晚上8点，记者看到梁园新区绿地广场很多老头老太太在一起跳着交谊舞，有的扭秧歌、舞扇子。

采访中记者得知，梁园新区绿地广场附近居民，有很多是梁园区城中村居民，很多居民几年前还拿着锄头种地、割草、养猪。而现在记者看到，很多居民在市里找到了适合自己的工作，每天晚上，居民都会在广场进行跳舞、舞扇子等活动，业余生活丰富。

“2000年的时候，我家还有几亩地，现在随着城市发展，家里的地被开发了。我的几个孩子都在市里有了工作，我也学着和城里人一样跳舞。”家住在附近的余红梅说。

同样，正在跳自由步的韩爱菊舞得有模有样，她说：“在这跳舞一个月月票10块钱。刚开始大家都不会，还得老师手把手教。俺现在也是城市户口，也学着城里人过时尚生活。”

下期预告：

情系端午节 爱进养老院

为了让养老院的老人过上一个祥和、喜庆的端午佳节，京九晚报公益健康社区行邀请商丘市第四人民医院内科、外科、眼科等专家，将于6月21日上午到商丘星光老人之家为老人们义诊。届时，将有商丘市商业银行的员工们和老人们一起共度端午节。



医生为病人分析病情



活动现场



测血压



义诊现场

现场：有些男性难为情

下午5点半左右，医生就已经在梁园区新区绿地广场摆好义诊台，一切准备就绪。

到了下午6点，记者看到，很多人前来绿地广场散步来到义诊现场，有相当多的人是看到《京九晚报》的启事才特意赶来的。

今年65岁的蔡中奎还是第一次参与京九晚报公益社区健康行活动，一直询问是否要钱。当得知免费体检时，他立刻拿出手机，招呼家里的亲戚前来。蔡中奎说：“我前几天刚去长征人民医院看病，心脏老是不好，做了一个心电图。早知道今天有义诊，就不用特意跑过去，还排了半天的队。”

在附近居住的李爱亮老人前几天喝多了酒，摔了一跤。记者看到李爱亮老人左腿红肿。医生李在永检查后告诉李爱亮并没有伤到骨头，用热毛巾热敷就可以了。

张义建今年50多岁，张义建这几年开始有点尿不畅，医生介绍说是前列腺炎造成的。此时，记者看到张义建很难为情。张义建留下医生的联系方式，告诉记者说，回头我给医生打电话询问，这里的人太多，不方便。

现场，有张义建这样问题的患者并不在少数。记者看到，有的女性帮助丈夫咨询病情，有的则是和张义建一样留下联系方式后离开。

临近晚上8点，天色暗下来，医生开处方已经看不清了，义诊结束。

专家提醒：疾病威胁中年男性健康

义诊结束，长征人民医院外科医生庞在永说：“义诊中，中年男性除了高血压、心脏病等慢性疾病外，很多人患有前列腺疾病，但是他们对此并不重视，有的甚至回避。”

庞在永介绍，心血管病是男性要警惕的第一大健康杀手。长期的工作疲劳、精神紧张、大量吸烟、饮酒，是这类病的直接诱因。男性在工作中身担重任，工作之外则是无休止的应酬，其中又有吸烟、酗酒的不良习性。这势必造成冠状动脉痉挛、心肌梗死，最后引发“猝死”。

前列腺疾病目前是中、老年男性发病率较高的疾病之一，严重威胁着许多男性的身体健康，给男性朋友带来无限的烦恼。然而在面对前列腺疾病时，人们往往存在着这样或者那样的困惑。其实，前列腺增生患者自我保健很重要。

“前列腺增生确切的原因目前尚不明确，症状大多是尿频、尿意不爽、排尿费力等，对于中年人来说，手术治疗带有一定风险，首先应选择药物治疗。”庞在永说，前列腺疾病患者要有积极地保健意识，例如前列腺病人常伴有便秘、痔疮、疝气等症狀出现，饮食应以清淡、易消化为主，多吃蔬菜瓜果，少食辛辣刺激的食物、戒酒，以减少前列腺充血的机会，少食高胆固醇的食品，适度进行体育活动，有助于机体抵抗力的增强，并可改善前列腺局部的血液循环等。