

# 演唱会声波碎石不可信

近日,一网友发文称,朋友查出肾结石,看完演唱会后结石竟自行排出。网友分析称,这很可能跟演唱会上的声压有关,加上他一直在蹦蹦跳跳,结石可能被震碎了。进入夏季,结石高发,高频声波、唱跳真能震碎肾结石?

## 体外声波碎石有前提条件

对此,武汉市第六医院泌尿外科副主任医师张璐明确表示不可能。“医学上有种体外超声波碎石,也就是将冲击波能量聚焦于体内的结石处,予以击碎。”张璐解释,演唱会现场即使是专业的女高音,最高音域极限为2000赫兹,加上现场的音响效果,也不可能达到超声波的20000赫兹,因此“演唱会声波碎石”的说法不太可能。

张璐表示,体外超声波碎石需要持续和高强度

的冲击治疗才能达到碎石效果,根据该网友的描述,患者的结石应该很小,无需碎石就可以自行排出。

## 跑跳运动排结石需谨慎

什么情况下可以排出肾结石?张璐指出,在输尿管畅通,结石表面光滑并直径小于6毫米的前提下,通过大量喝水、频繁蹦跳,能促进输尿管蠕动,再加上震动和重力,肾结石就有可能因此自然排出。

目前,有不少肾结石患者尝试跳绳、跑步、爬楼等运动排结石,对此,张璐也指出了潜在的风险。首先,运动时排汗量会增加,如果不注意补充水分,会导致尿液浓缩,增加结石变大的风险;其次,运动也有可能把原本待在肾脏里的结石排到输尿管中,引发尿路梗阻,引起腰痛、腹胀、尿频等症状,严重时可能导致肾损伤。

## 结石不是小毛病

结石如果不及时治疗,可能会引发严重并发症。“一个多月前,一位67岁的女士因高烧、昏迷被送来急诊。检查发现,差点要了命的,竟是一颗输尿管结石。结石引起了尿路梗阻,导致尿源性脓毒症。”浙江大学医学院附属第二医院泌尿外科副主任医师王博涵表示,输尿管结石最常见的症状就是剧烈的肾绞痛。有的结石可能会刺激或损伤输尿管黏膜,从而导致血尿。如果结石长期存在,还可能会妨碍肾脏的排泄功能。一旦出现不明原因的腰部胀痛,尤其是持续性腰痛并伴有高热症状时,要警惕肾结石。

日常生活中,多喝水、低盐低蛋白饮食、补充适量纤维是推荐的预防结石的生活方式。(摘编自《楚天都市报》《都市快报》)

## 温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

## 有种痴呆是血管疾病引起的

70岁的陈先生有高血压、糖尿病。一天,他早起去买菜、锻炼,家人发现了陈先生的异常。他连前一天晚饭吃了什么都记不得了,并且讲话语无伦次。家人将其送往医院就诊。检查发现,陈先生有中风的情况,进而引发了一系列痴呆表现,罪魁祸首便是血管问题。

血管性痴呆是指各种脑血管病引起的痴呆总称。虽然其与阿尔茨海默

病都可出现记忆变差,但有明显区别。阿尔茨海默病是持续进行性发展的,而血管性痴呆往往起病较急,并且其执行功能障碍表现明显,如缺乏目的性、计划性,组织能力减退等。血管性痴呆的加重常与反复发作的血管疾病有关,有血管疾病的人群除了定期体检,还应增加心脑血管专项检查。(浙江省温州市中心医院神经内科主任医师 茅新蕾)

## 携带人工心脏仍可参加运动

人工心脏为终末期心衰患者显著延长生命,提高生活质量。那么,装上人工心脏后,是否可以参与体育活动呢?

具体情况需听取医生建议。不过,对于大多数

患者来说,散步、慢跑等温和且低强度的运动是安全且推荐的。只要感觉舒适且得到了医生许可,选择喜爱的运动是没有问题的。(山东大学齐鲁医院心内科主任医师 杨建民)

# 缺牙半辈子,八旬夫妇1天种新牙

“她80岁,缺牙20年,勇敢种牙!我也80多岁,牙齿烂得更久,坏了半辈子了!她给我很大的启发!”湖南长沙84岁的黄爹爹缺牙近半辈子,苦不堪言。半个月前,他在本报读到《缺牙20年,80岁老人一天种好牙》一文,对陈女士的种牙故事产生了浓厚的兴趣。他破天荒地与回家看望的儿子讲起了自己的种牙梦,没想到孝顺的儿子举双手赞成,下午就带他们去现场咨询。几天后,老两口都做了半口种植牙,这会儿正在去新疆旅游的路上。

最近,湖南口福行动公益种牙在集采种牙优惠的基础上,再推半价种牙优惠,很多老年人成了即刻种牙的幸运儿。

## 儿子带双亲种得半口新牙,满意而归

黄爹爹从工厂工人一直干到



付春颖院长(图右)受邀参加种植牙科普节目录制

管理层,年轻时烟酒无度,口腔习惯也不好;后来又嚼起了槟榔,一口牙齿掉的掉,断的断,只剩上排牙还有功能。

50多岁时,黄爹爹用起了活动假牙。“活动假牙使用时间一长,问题频出。我得隔段时间就去调整假牙的牙托,否则就硌得牙床生疼。”不仅疼,假牙还导致他的牙周频繁发炎,发作口腔溃疡。可他一想到种植牙很痛、种牙周期长,就打消了种牙念头,直到了解到即刻种牙的技术进步和优势,才恍然大悟:“原来现在种牙先进到一天就能种好,真是应该早种早享受!”

黄爹爹还试图说服同样缺牙的老伴。周末,趁儿子回来的间隙,他如实告知了种牙的想法。儿子十分支持,下午就开车带着他们去看牙。“他儿子以前在我们这里看过牙,所以对我们比较信任,给父母都种了。父母都是做的半口种植,价格非常便宜,一天就种好了。”口福行动首席种植牙专家、专注中老年种植牙的付春颖院长介绍,原来,黄爹爹的儿子是这里的老顾客,基于前期的信任,从沟通双亲的种植方案到手术及术后复查,都很顺利。

谈及种牙当天的感受和现在的情况,黄爹爹说道:“我们当天回去,

儿子儿媳带我们吃的饺子、凉皮,第二天开始都是正常吃饭……今天早上我啃了甜玉米,吃了酱排骨,觉得每种食物的滋味都好极了!要想健康长寿,拥有一口好牙是标配!大家像我一样,勇敢尝试吧!”

## 一日轻松种好牙,即刻种牙成趋势

很多常年遭受缺牙之苦的老年人,尽管对做种植牙认可度高,但迟迟没有踏出种牙这一步。究其原因,是他们对现代种植牙的种种误解。笔者发现,大多数老年人对种植牙的认识还停留在很原始的阶段,以为种植牙又贵又麻烦,老年人还不一定能种。

对此,付院长指出,种植牙是“人类的第三幅牙齿”,是科技对老年人的馈赠。种植牙咀嚼舒适感好,咀嚼效率高,无异物感,且护理便捷、坚固耐用。近十年来,种植牙发展迅猛,已经发展到微创即刻种牙新时代。对半口或全口缺牙者,微创即刻种牙技术能实现当日手术、当日戴牙、当日进食,无需患者多次往返医院就诊,减少了牙槽窝拔牙后的生理吸收,避免了大范围植骨,高龄体弱者也能种。即刻种植跟传统种植相比,在成功率上无太大差别,效果也很稳定。一颗



种牙戴牙,享受高品质晚年

即刻种植牙通常仅数千元,如护理得好,终生使用也不成问题。

## 半价种牙,湖南缺牙长辈快来电话咨询吧

一日种好牙,早上种、下午用!告诉湖南长辈一个好消息:“口福行动”为帮助更多缺牙长辈尽快种上一口好牙,推出2024年种牙补贴惠民政策。凡50岁以上多颗缺牙、半口或全口缺牙、槟榔牙等,可享受“即速得”即刻种牙公益补贴50%起;单颗、多颗缺牙可享受双重福利,集采种牙政策+补贴惠民政策。半口或全口种植半价惠民,进入倒计时,赶快拨打版面左上方的电话免费咨询吧!(文/杨蓓)