

憋尿可能有生命危险

大家或多或少都会有憋尿的经历,憋个尿为什么进医院,还会有生命危险?后果有这么严重?事实上,憋尿的后果比很多人想到的都要严重很多。今天,专家给大家解释一下,为什么要珍爱健康,拒绝憋尿。

胃的八大天敌



胃看似温和,能接纳酸甜苦辣、软硬兼可,但遇到下面这几种情况也会“变脸”:

- 1.烟酒** 酒精会直接破坏胃黏膜屏障,引起充血、水肿、糜烂甚至出血。吸烟会刺激胃酸和胃蛋白酶的分泌,加重对黏膜的破坏。
- 2.生冷食物** 在生冷食物的刺激下,胃部的毛细血管收缩,干扰肠胃的正常蠕动。长时间的持续低温,胃黏膜也会受损。
- 3.辛辣食物** 辣椒素的刺激,会增加胃酸的分泌。尤其对于慢性胃炎、胃溃疡的人来说,辣椒素刺激黏膜,使其充血水肿,会加速肠胃蠕动,导致腹泻,影响消化。
- 4.亚硝酸盐** 腌菜、加工肉、久放的食品等,含有大量硝酸盐和亚硝酸盐,会在胃中转化为致癌物质。
- 5.吃饭不规律** 饿得太久,胃酸增多,会损害胃黏膜,导致胃糜烂甚至胃溃疡。吃得过饱,会加重胃负担,导致胃下垂,出现消化不良。零食不离口,对胃来说是长期加班,增加额外的消化负担。
- 6.熬夜** 胃黏膜上皮细胞的寿命很短,平均2天—3天就要更新一次,这个过程一般是在夜间休息时进行。
- 7.紧张** 压力会通过大脑皮质传达到植物神经系统,导致胃血管和幽门痉挛,并分泌过多的胃酸和胃蛋白酶,使胃黏膜保护层自我消化。
- 8.幽门螺杆菌** 幽门螺杆菌最常见是通过口—口传播,共用餐具吃饭就可能被传染。感染幽门螺杆菌会导致慢性胃炎,有可能发展成胃癌。

据《生命时报》

憋尿为啥会进医院

近日,福建一名医生接诊了一位69岁的男性患者,他在高速公路上憋尿憋了8个多小时,去了卫生间之后却发现,尽管下腹部已经鼓鼓的,却一滴尿都排不出来。就这时,这位患者表情痛苦,坐立不安,经过检查,发现他膀胱内尿液过度充盈而不能正常排出,这就是典型的尿潴留。医生连忙给患者进行导尿,不一会儿,引流袋里装满了900毫升的尿液。显然积攒900毫升的尿液是个很痛苦的过程,那么,这个过程是什么样的呢?

膀胱内尿液过度充盈而不能正常排出,这就是典型的尿潴留。医生连忙给患者进行导尿,不一会儿,引流袋里装满了900毫升的尿液。显然积攒900毫升的尿液是个很痛苦的过程,那么,这个过程是什么样的呢?

长期憋尿有哪些危害

事实上,长期憋尿不仅损害膀胱,还会影响一些其他脏器,甚至危及生命。

造成尿潴留 膀胱像个弹性气球,长期憋尿,膀胱持续被动扩张,肌纤维会被拉开,逼尿肌过度疲劳,弹性收缩力量减弱,等到排尿的时候却尿不出来。

引发尿路感染和前列腺疾病 长期憋尿,膀胱被胀大,膀胱壁血管受压,膀胱黏膜变薄和缺血,容易受损,外面的细菌容易乘虚而入和进行繁殖,增加尿路感染的风险。长期憋尿,还会使前列腺腺体收缩,影响前列腺的血液循环,造成慢性充血和水肿,导致尿道压力增加,加重前列腺液的淤积,引发前列腺炎、早泄、血精等。

影响肾功能 长期憋尿,导致膀胱内压增高,时间长了,尿液可以从输尿管开口逆流而上,引起肾积水,影响肾功能,甚至引起尿毒症。诱发心脑血管疾病。对于患有高血压、冠心病的病人来说,长期憋尿和情绪激动,引起交感神经兴奋,导致血压升高、心跳加快、心肌耗氧量增加,可能诱发心肌梗死,或者造成脑血管破裂出血,还可能引发猝死。

造成排尿性晕厥 如憋尿太久,然后一下子把尿排空,膀胱压力剧减,迷走神经反射过强,导致血压下降、脑部暂时性供血不足,出现眼前发黑、头晕眼花,部分患者无任何预兆而突然晕倒。

造成膀胱破裂 憋尿过度会引起膀胱壁因膨胀变薄,如果这个时候发生外力撞击,膀胱就可能发生破裂,一旦尿液进入腹腔,易引起腹腔感染,甚至会危及生命。

憋尿的过程是怎样的

人的尿液是从肾脏出来的,经过输尿管进入膀胱暂存。而憋尿,就是让膀胱的生理容量超标。一般来说,膀胱能容纳200毫升—300毫升的尿液,此时,人体是感受不到明显尿意的。

液积攒到“警戒线”—800毫升,此时,往往会出现两种结局:要么括约肌失去控制,意外“开闸”,泄洪而出,功亏一篑;要么终于找到了卫生间,却发现括约肌因持续收缩而僵硬,想尿也尿不出来了,同时膀胱内壁的“逼尿肌”会出现各种“不服”,产生疼痛不适感……两种情况都很惨是吧?事实上,如果是长期憋尿,那么后果可能就会更严重。

当尿液接近300毫升—500毫升时,膀胱的得力助手——相当于放水“闸门”的尿道内括约肌就开始运作了。当它感应到逐渐增多尿液的量时,受本能反射驱使下开始运转,大脑则收到传递信号,提醒人有“尿意”了,准备上卫生间。

若当时条件不允许排尿,那么大脑根据尿意来下指令:憋尿。500毫升、600毫升、700毫升,尿道内括约肌一直在收缩“坚守”,大脑也一直在暗示:继续保持收缩状态。

直到膀胱里的尿



外出如何防止憋尿

如外出的话,出门前先排空膀胱,在不方便上卫生间时减少饮水量,尤其是患有前列腺增生的老年男性,更要注意和学会放松心情;最好能吃点食物再饮水,食物会像海绵一样吸附住水,延缓排出时间。

提前查找好地图,判断好方便上卫生间的位置,如高速公路上要留意服务区 and 加油站。如已经找到了卫生间,无论是否有尿意,最好都去排空一下尿液,特别是患有心脑血管基础疾病的老年人。

如果在路上实在无法保证时间,就应该提前准备尿不湿,可以免受憋尿之苦。

据“科普中国”

疫情期间戴口罩眼镜起雾怎么办

在疫情防控期间戴口罩时,我们会遇到各种各样问题,比如很多近视眼的人,会遇到一个问题,戴口罩后眼镜总起雾,怎么办?

分析:眼镜起雾,说明口罩上缘没能紧密贴合面部,呼出来的温度较高的废气,遇冷后令水蒸气凝结在镜片上。这也表明口罩没能达到应有的防护效果。

建议:每次佩戴口罩前,先将口罩对折,再展开后佩戴。戴上口罩后,用手按压上下缘,确保口罩与面部紧密贴合。

综合

寻找 免费体验者

青春痘、粉刺、手足脱皮、皮肤皲裂、瘙痒、红肿、疼、过敏、皮炎,以上人员来免费体验。

地址:沧州市运河区(清池大道)和平医院南50米路西

电话:15143973000

威医械广审(文)第2020301028号

您还为颈肩腰腿疼困扰吗?

董家骨科膏药铺 利用疼痛开关, 见效快

适用人群

颈椎病、腰椎间盘突出、椎管狭窄、骨质增生(骨刺)、坐骨神经痛、腰肌劳损、风湿、类风湿关节炎、关节肿胀变形、肩周炎等。

地址:沧州市运河区二中东侧工商银行南门对面董家骨科
电话:13731731212 17736989779

冀医广[2020]第5-16-120号

疝气 坠胀鼓包别再拖

老年人疝气,常见的是腹股沟疝,在站立或走路过久、咳嗽时腹股沟部有包块出现,平卧休息或用手按压可消失,以后包块会越来越大,腹部坠胀、疼痛加剧,伴有尿频尿急、便秘、消化不良等症状,一旦嵌顿可致肠坏死、腹膜炎,威胁生命。

任何疾病,治疗越早,康复越快,有的得疝气的老年人在早期包块较小时,由于症状较轻,往往忽视治疗,等到包块越来越大时,疼痛难忍,后悔莫及,一旦嵌顿,就得抢救。

普遍常用的疝气带,只是起托的作用,没有治疗效果,且戴的时间长了不利于疝囊的回纳。手术虽能缓解,但老年人中气不足、腹腔压力大、腹壁弹性小这些内在原因目前手术无法解决,所以术后咳嗽、便秘等腹压增加时很容易裂开,或者手术后一侧好了,过一段时间另一侧又出现了,反反复复,患者痛苦不堪。

现在好了,“汕立康”一种新型外用组合膏药研发成功,给疝气患者带来福音。“汕立康”配伍奇妙,精选二十多种名贵中药材,精心熬制成消疝贴,和敷料巧妙搭配,通过贴敷神阙穴(肚脐)、疝气部位两个位置,双向给药,直达病灶,一时间便感觉腹股沟

作响,压迫感消除,坠胀、疼痛、拘急感消失,疝气便好了很多;同时有些老人疝气合并的尿频、尿急、便秘的症状都好了;坚持使用一段时间,中气足,腹腔压力降低,腹股沟韧性增强,疝包逐步变软变小回纳,不再脱落,避免复发。

“汕立康”既结合现代生物科技,又传承经典古法工艺,对药用原料要求更高,在炮制过程中必须九蒸九晒,使药效成分完全沉淀,经几十道复杂工序才能完成,丰富的经验火候和对煎制环境的严苛要求成就了“汕立康”的高品质。

“汕立康”用于腹股沟部位疝气引起的肿胀、疼痛、下坠等症状的理疗。对平卧能回纳,站立或走路时容易坠出的疝气患者疗效更快更好。

产品组方大,工艺要求高,网上不销售,仅限电话订购,谨防假冒。在购买时,请认准顾客,有好多老人都是看到身边的老人用“汕立康”治好了疝气,放心地按期购买使用。为了让更多的人疝气患者验证确切疗效,及早治疗,早日康复,减轻患者经济负担,本报读者订购享受出厂价特别优惠,建议按周期使用。

订购电话:400-635-0806

威医械广审(文)第220719-00426号