



超半数糖尿病患者不知自己得病

健康的生活习惯和及早发现并控制血糖为控制糖尿病的关键,中华医学会糖尿病学分会常务委员匡洪宇教授对两万份住院患者病例展开了调查。结果发现,超半数糖尿病患者自己得了病也不知情,更谈不上治疗及血糖达标,他们发现病情多是通过体检等渠道被动检出。

“我没有‘三多一少’啊” 中年男子体检检出糖尿病

“我得了糖尿病?我没有‘三多一少’啊?”对于自己的体检结果,40岁的市民孙欣(化名)非常吃惊,他没有糖尿病的典型症状,但是面前的检查结果不容置疑。

“有的患者甚至脚部溃烂才来就诊。”记者从哈医大一院内分泌科了解到,像孙欣这样的患者并不罕见,该院通过对两万个住院患者病例的调查中发现,多数糖尿病患者对自身疾病不知情,只是在体检、治疗其他疾病或是出现并发症等情况下,被动检出。这就导致耽误了治疗时机,也会让身体脏器受累时间过久,出现病变。

医生介绍,由于一些患者对自身患上糖尿病并不知情,治疗和控糖也就无从谈起。因糖尿病肾病导致的肾损伤、因糖尿病视网膜病变导致的视力下降甚至失明、因糖尿病足导致的脚溃烂甚至残疾,以及因糖尿病酮症酸中毒导致的昏迷和死亡等,时刻威胁着患者。

糖尿病患病率呈上升趋势 不健康生活习惯成主因

匡洪宇教授介绍,居民因饮食习惯及不健康的生活方式,导致糖尿病患病率正呈上升趋势,前景不容乐观。

糖尿病在临床上以高血糖为主要特点,是遗传因素和环境因素相互作用的结果,生活方式作为环境因素的组成部分尤为重要。可能诱发糖尿病的生活方式有以下几点:首先是饮食。经常进食高脂肪、高热量的食物容易导致肥胖,从而诱发糖尿病;第二是运动。社会发展快、生活节奏紧张、人们运动减少,这样也容易导致肥胖;第三是一些不良的生活习惯,如吸烟、熬夜上网等。再有,压力过大也会

影响人体代谢及内分泌的稳定,也是糖尿病的发病因素之一。

如何预防糖尿病? 注意营养+七分饱

匡洪宇教授表示,防治糖尿病首先要从饮食抓起,无论是否患有糖尿病,平时都要注意营养均衡,低糖、低脂、高纤维、高维生素是预防糖尿病的最佳饮食原则。将体重长期维持在正常水平至关重要,应当养成良好的饮食习惯,科学进餐。

健康的进餐应以七分饱为好,建议多吃蔬菜少吃肉类,适当进食水果,少吃甜食,减少含糖饮料的摄入。

控制主食量,尽量不吃稀饭等快速吸收食物。糖尿病患者主食必须吃,一般运动量不大的患者每顿饭可以吃2两左右。稀饭等一些快速吸收食物虽然也属于主食,但在熬制过程中淀粉变成了糊精,会导致患者餐后血糖升高较快、较高。餐前容易发生低血糖,可适量适时食用水果。

(新晚报)

你会正确注射胰岛素吗?

“我肚皮长个肿瘤跟糖尿病有关吗?”62岁的市民刘先生到医院求诊。他患有糖尿病多年,最近肚皮上起了一个拳头大的肿物。匡洪宇教授看过后表示:“这个肿块还真跟糖尿病有关系,而且还很直接。”据介绍,这并不是肿瘤,只是打胰岛素时出现的一个增生肿块。

老糖友腹部长了肿物

老刘是位十多年的老糖友了,每天饭前按照医生的嘱咐给自己打胰岛素。不久前,老刘发现自己的腹部有一块小硬结,大约就是他每次打针的位置。随着时间的推移,肿块越来越大,渐渐已经有一个拳头大了。“这一定就是传说中的并发症了。”老刘来到医院求诊。“每次都打在这一个位置?”面对医生的问话,老刘表示,他每天坚持打针,都是打在同一个位置。

匡洪宇教授解释说,这是长时间反复在同一部位注射胰岛素而产生的脂肪增生,患

者不当用药时间长达数年,增生也相对严重,目前只能通过手术来治疗。

“遵医嘱”老人打胰岛素晕倒了

68岁的张先生在打完胰岛素后因低血糖晕倒,被送到医院及时救治才得以脱险。

“我这可是严格遵医嘱啊,怎么还是不行呢?”张先生对此次发病感到不解。而这份医嘱是多久前的呢?对此张先生表示,是五年前的医嘱。“那医生有没有嘱咐你随时检测血糖呢?”在面对这样的提问,张先生的声音明显小了,因为医生的确嘱咐过。

医生介绍,此前一位退休教师的情况与张先生如出一辙,她在院治疗一段时间后血糖恢复得不错,但是每天仍然用相同的剂量注射胰岛素,虽然已经具备减量或是停药的标准,但是她没能及时检测血糖也没能到医院检查,结果也导致了血糖异常而晕倒。

名医风采 | 滨医附院内分泌科·于苏国

于苏国

教授 主任医师 硕士研究生导师
山东省医学伦理学会代谢性疾病分会
第一届副主任委员
滨州市医学会内分泌与糖尿病代谢病分会
第二届副主任委员



擅长领域

擅长诊治糖尿病及其并发症、各种甲状腺疾病、下丘脑垂体性疾病、身材矮小与生长发育障碍、肥胖与代谢综合征、痛风与骨质疏松症等内分泌代谢性疾病,尤其在糖尿病综合性治疗与预防、放射性碘治疗甲亢及分化型甲状腺癌方面有较深造诣。

坐诊时间、地点

普通专家门诊时间:周一全天,周二全天
门诊一部3楼东南角四诊区
知名专家门诊时间:周三上午
门诊一部3楼西南角六诊区

滨州医学院附属医院内分泌科

滨州医学院附属医院内分泌科是集医疗、教学、科研为一体的综合科室,是鲁北地区最大的内分泌及代谢性疾病的诊治中心,具有规范的内分泌代谢病诊疗区域,包括诊室、教育室、标准化代谢性疾病及其并发症筛查检查室,现有床位80张,拥有专业医护团队46人,其中硕士生导师4人,主任医师4人、副主任医师

4人、主治医师11人,具备收治各类内分泌代谢性常见病、多发病和疑难病的诊疗能力。现为滨州市内分泌质量控制中心挂靠单位,国家住院医师规范化培训基地,国家药物临床试验基地,硕士研究生授权学科,学科建设先进科室。

诊疗特色优势

滨医附院内分泌科设有

糖尿病、甲状腺、肥胖、骨质疏松、性腺与生长发育、垂体肾上腺等多个亚专业方向,拥有良好的专业人才梯队,先后开展了利用基因检测技术精准诊治糖尿病、全院血糖管理、利用TIR综合管理糖尿病合并妊娠患者、负压封闭引流术治疗糖尿病足、超声引导下甲状腺结节细针穿刺活检技术、甲亢突眼冲击治疗、垂体及肾

上腺疾病的MDT、矮小症标准化诊治流程、性腺及生长发育异常疾病诊治;其他内分泌及代谢疾病如骨质疏松症、肥胖、痛风与高尿酸血症、难治性高血压病、更年期综合征、多囊卵巢、尿崩症的诊治等多项特色医疗。

科室先后举办国家级、省级继续医学教育项目20余次,培训内分泌与代谢疾病的诊

治及新进展,提高了黄河三角洲地区医护人员的整体诊疗水平。自2013年获批药物临床试验资质以来,承接药物临床试验项目近30项,为新药上市前的有效性和安全性的临床评价工作作出了积极的贡献。