

逾半数糖尿病患者不知血糖达标值

中华医学会糖尿病学分会糖尿病教育与管理学组19日发布我国第一个II型糖尿病患者自我管理现状及影响因素的调查报告。

调查证实,接受过健康教育患者空腹血糖、餐后2小时血糖和糖化血红蛋白3项指标都明显好于没有接受过教育的人群,治疗依从性更好,但我国II型糖尿病患者总体血糖控制情况仍欠佳。

调查表明,目前我国糖尿病健康教育主要集中在饮食、运动和基本知识方面,接受过糖尿病并发症教育的患者仅为47%,超过50%的患者根本不知道糖化血红蛋白的达标值,甚至还有5.6%的患者完全不了解糖尿病。

此外,调查显示,目前II型糖尿病患者呈现出年轻化趋势,50岁以下的患者占调查总人数的23%;同时,新患者仍在增加,病程3年以内的患者占到24%。这两部分人群在接受健康教育、自我管理和遵循医嘱治疗等方面有待加强。

该调查负责人、北京大学第一医院内分泌科主任郭晓暹认为,今后我国糖尿病健康教育在内容上应侧重加强以患者为中心的糖尿病自我管理教育,提高患者在糖尿病方面的知识水平和自护行为,尤其是使用胰岛素的相关知识及血糖监测;在人群上应关注年轻患者、病程短的患者、文化程度低、低收入者以及那些需要使用胰岛素但仍有顾虑的人群。(据新华社)

降血糖 你需要“有的放矢”

李先生今年40岁,患II型糖尿病已10年。多年来他很少到医院就诊,也一直没有接受正规治疗,血糖长期不达标,日积月累,现在已经悄然出现手脚麻木、眼底视网膜病变、蛋白尿、糖尿病肾病等多种并发症,生活质量非常差。面对残酷的现实,李先生后悔不已。

降血糖,别忘“达标”

“只要坚持治疗,血糖达不达标不重要。”生活中,许多糖尿病患者正是抱着这样的想法,虽然一直坚持治疗,但对血糖是否达标并不是很在意,对治疗效果也不大关心。这位李先生年纪不大却出现如此多的并发症,就是很典型的“反面教材”。

很多时候做事坚持没有错,但是理智的坚持才是有意义的。如果血糖不达标,患者也不根据病情的发展及时调整治疗方案,即使一直坚持治疗,同样也会产生严重的并发症。

降血糖,需灵活调整治疗方案

糖尿病治疗目标本身很简单,就是使血糖达标,但其治疗方法和手段较多。病程进展各阶段的不同特点,使得治疗方法或方案需要根据病情及时进行调整。

血糖控制的标准是,70岁以下、无心脑血管并发症的患者,空腹血糖小于6.1,餐后

血糖小于8.0,糖化血红蛋白小于6.5%。大于70岁或有心脑血管并发症的患者,标准可适当放宽。

很多患者错误地认为糖尿病治疗方案可以一成不变,结果导致血糖达标率很低,这种情况很常见。国内一项流行病学调查显示,只有11.5%的糖尿病患者能够达到糖化血红蛋白小于6.5%的目标。由于血糖不达标导致并发症而产生的巨额医疗费用,已经成为家庭和社会的沉重负担。所以,如果发现血糖没有达标,患者就要及时到医院就诊,并按照医嘱调整治疗方案或加大治疗力度。

降血糖,需知“三天”

为了更好地控制病情,提高生活质量,糖尿病患者需要知道以下“三天”,才能做到“有的放矢”,战胜病魔。

昨天:即要了解自己的糖尿病是由什么原因引起的,是因为肥胖、有家族史还是其他原因。要了解自己过去血糖的控制情况,是不是一直在遵照医嘱治疗,有没有哪些方面做得不够?

今天:即要了解自己现在病情控制的情况如何,这一点最为关键。比如目前血糖控制情况怎么样?并发症是否已经出现?如果已经发生并发症,处于什么阶段?现在采取的治疗方案是否适合自己,是否能达到减少并发症、提高生活质量及有利于对胰岛功能的保护?



明天:要清楚地知道,如果血糖控制不好会导致哪些问题。要知道随着病情的进展,治疗方案可能需要及时调整。与医生积极沟通,了解随着医学科技的进步,将来糖尿病的研究和治疗将会出现哪些新的进展,包括新的技术、新的治疗方法、药物和方案等。总之,只要重视治疗,控制好血糖,患了糖尿病同样可以拥抱美好的明天! (宗合)

看本地信息 只上洛阳网

- **权威身份:**
中共洛阳市委宣传部主管、洛阳日报报业集团主办,党报优势,新闻权威。
- **超群实力:**
十三年成功运营, alexa统计全球排名1.7万, 日均IP量8万, 日均PV量120余万, 全市第一, 全省前三。
“洛阳社区”人气火爆, 注册会员超26万人。
- **核心优势:**
共享洛阳日报报业集团全媒体采访中心新闻, 最新鲜, 最生动, 最详尽, 离您最近。
- **荣耀见证:**
河南省十佳网站、全国地方门户创新品牌奖、网盟理事单位。

广告咨询电话: 65233618 地址: 洛阳新区开元大道洛阳日报报业集团22楼