

## 受访专家:

付留俊 河科大一附院景华院区内分泌科主任

## 慢性并发症:

视网膜病变、肾脏病变、下肢血管病变、糖尿病足、周围神经病变等

# 一图读懂 糖尿病并发症

□记者 崔宏远 通讯员 刘群

## 糖友圈

## 圈主:

资深记者 崔宏远



圈主二维码

13693830143



对糖友而言,糖尿病最可怕的不是疾病本身,而是它所带来的各种并发症,如肾病、糖尿病足、周围神经病变等慢性并发症,还有糖尿病酮症酸中毒、高血糖高渗状态等急性并发症。及早发现并规范治疗,是防治糖尿病并发症的关键,也是糖友享受快乐生活的保障。

绘制  
伯晨



## 视网膜病变

视网膜毛细血管增生和损伤,造成视力减退直至失明

- 识别**  
糖友视力减退、复视,感觉眼前有黑色物体飘浮,眼部胀痛
- 治疗**  
控制血糖,并进行药物治疗,严重者要通过激光或手术治疗
- 预防**  
每年做一次眼底检查,平时保持血糖稳定,避免跳水、举重等运动



## 肾脏病变

常与糖尿病视网膜病变同时发生,是造成肾功能衰竭的常见原因之一

- 识别**  
晨起眼睑、面部浮肿,常感觉乏力,可通过尿微量蛋白测定进行早期诊断
- 治疗**  
透析和肾移植
- 预防**  
低蛋白饮食,稳定血糖,并将血压、血脂控制在正常范围内



## 下肢血管病变

近半数糖友会并发的下肢血管病变,是导致糖友残疾、死亡的主要原因之一

- 识别**  
间歇性跛行,足背动脉搏动明显减弱或消失,足部苍白、冰凉
- 治疗**  
鼓励间歇性跛行者进行适当锻炼,严重者可进行药物静脉注射或手术治疗
- 预防**  
积极运动,控制血压、平稳降糖,戒烟、限酒



## 糖尿病足

主要由神经病变、血管病变和感染引起,严重者会被截肢

- 识别**  
足部感觉迟钝或丧失,像穿了袜子一样,走路有踩棉絮感
- 治疗**  
控制血糖、改善微循环,还可进行外科创面处理和介入治疗
- 预防**  
养成良好的足部卫生习惯,每天检查足部有无裂口、擦伤等,发现足部病变应及时求医



## 周围神经病变

长期高血糖可使神经缺血、缺氧,进而造成神经损伤,严重影响生活质量

- 识别**  
神经病变表现多样,如四肢末端对称性麻木、刺痛,肌肉无力,排尿障碍,性欲减退、阳痿等
- 治疗**  
早期的神经病变具有可逆性,可使用药物进行神经修复、改善微循环等,越早治疗效果越好
- 预防**  
至少每年进行一次糖尿病周围神经病变检查,若病程较长或合并眼底病变、肾病等,应每隔3个月至6个月进行一次复查



## 急性糖尿病并发症

发病急,抢救不及时会危及生命

- 识别**  
糖友出现呼吸急促、小腿痉挛,可闻到明显的烂苹果味儿;出现意识障碍,如反应迟钝、失语、意识模糊、嗜睡、昏迷等;出现不明原因的厌食、恶心、呕吐
- 治疗**  
一旦出现上述症状,一定要第一时间到医院进行急救
- 预防**  
平时积极治疗,积极运动,科学饮食,保持血糖稳定

## “用生活方式解决生活方式病”洛阳报告会召开

□记者 崔宏远

近日,2017年首届糖尿病健康管理大会暨“用生活方式解决生活方式病”洛阳报告会在洛龙区召开。

会上,10位内分泌学科专家和医学健康学者,分别围绕“高血糖+生活方式”“肥胖、高血脂+生活方式”等主题,从核心机理、真实数据、个人体验等方面,阐述了代谢性疾病的现状及治疗方案。

遯博士健康管理集团洛阳公司、洛阳康健宁生物科技有限公司董事长祁红立表示,遯博士健康调理主要分为4个部分:健康餐单、营养餐包、运动指导和一对一的健康教练。

健康餐单是遯博士团队为客户量身定制的,同一客户在不同调理阶段也有不同的餐单,其中包括常规日餐单、蛋白日餐单和平台期餐单;运动指导是必不可少,营养是人之本,适量的有氧运动有助于恢复人体代谢;一对一的健康教练不但能监督客户有效执行方案,还能帮助其高效解决在调理过程中遇到的问题。

此次会上,北京健康扶贫基金会还向洛阳康健宁生物科技有限公司捐赠了价值200万元的遯博士健康管理计划,将惠及更多“洛报糖友家”的成员。

## 活动预告

“洛报糖友家”送福利——

## 糖尿病并发症可一站式检查啦

□记者 崔宏远

要防治糖尿病并发症,就必须定期进行各项检查,不过,不停在医院各个区域跑,让糖友烦心又无奈。

“如果可以一站式完成糖尿病并发症的检查该多好!”如今,糖友的愿望实现了。

近日,由中国医师协会、国家代谢性疾病临床医学研究中心、上海市内分泌代谢病研究所发起的中国标准化代谢性疾病管理中心(MMC)项目,在

河科大一附院景华院区内分泌科落户建成并投入使用,“洛报糖友家”为糖友争取到了预约体验检查的福利,可别错过哦!

检查流程:

①糖友进入MMC,在护士的引导下,出示身份证并获取一个专属ID,领取一站式万能条形码,作为在MMC就诊的唯一标识。

②在基础检测区和生化检测区,扫

万能条形码,接受血压、血糖、肥胖程度等基础检测,在MMC辅助检测区,糖友可以通过一体机设备,用25分钟完成原本需要2个小时的内脏脂肪、PWV/ABI(监测大血管动脉硬化程度)、神经传导检测等几大专项检查项目。

预约方式:扫码关注“洛报糖友家”官方微信公众号,发送“预约+姓名+电话”即可,随后医院有专职人员和您联系沟通后续事宜。



洛报健康「糖友家」  
微信公众号二维码