

第三批国家组织药品集中采购开标

糖友们，二甲双胍又要便宜了

□记者 崔宏远 通讯员 牛然 王小燕

■受访专家

田军航 市第三人民医院
(原铁路医院)内分泌科主任
李雪峰 河科大二附院内
分泌科主任

“1分钱1片！Ⅱ型糖尿病首选口服药二甲双胍降价超90%。”日前，第三批国家组织药品集中采购开标，二甲双胍价格降到“地板价”了。

对糖友来说，这无疑是个好消息。尽管距离落地还有一段时间，糖友的兴奋劲却提前到了，战糖君这几天接到了不少糖友的咨询电话。

为此，战糖君采访了我市内分泌专家，就糖友关心的“买对、吃对”问题给出解答。

好！降糖药价格再降

“噢，高兴！”涧西区的王女士拨打“洛报糖友家”热线电话，电话里满是喜悦。

她是一名Ⅱ型糖友，糖龄10多年了，长期服用二甲双胍片和阿卡波糖片。今年5月份，第二批国家组织药品集中采购落地，她在医院开药时发现，药价从每盒61.29元降至5.42元，按照每月3盒的用量，过去一个月的药费，快够现在一年的了，“这要是再加上降价后的二甲双胍，降糖药的费用就更低啦”。

李雪峰介绍，不光降糖药价格在降低，糖友经常需要服用的降血脂、降压药的价格也大幅降低，如阿托伐他汀、厄贝沙坦片等。不过，药价降低了，对药品使用的规范性却不能大意。



绘图 吴芳

析！二甲双胍吃对才有效

“二甲双胍应直接服用最大剂量效果好”“长期服二甲双胍有毒”……这些常见的误解，让一些糖友对二甲双胍的效果有些拿不准。

“如无禁忌证和不耐受，二甲双胍是治疗Ⅱ型糖尿病的首选和全程药物。”田军航介绍，二甲双胍同样是超重或肥胖Ⅱ型糖友首选用药。二甲双胍起效最小剂量是500毫克/天，最佳有效剂量2000毫克/天，糖友在可以耐受的情况下，建议逐渐加量至最佳有效剂量。

慎！规范使用才能减少不良反应

“特殊人群用二甲双胍要小心，不推荐10岁以下儿童服用。”田军航表示，二甲双胍应用于老年人时没有年龄限定，哺乳期妇女应慎用，必须使用时，应停止哺乳。肾功能不全的糖友需根据肾小球滤过率水平，遵医嘱调整二甲双胍剂量。

田军航提醒，二甲双胍确实有胃肠道反应，多出现在治疗后10周。随着治

疗时间延长，大多数糖友可逐渐耐受或症状消失。想减少或避免胃肠道不良反应，糖友可以从小剂量起开始服用，逐渐加量，非缓释制剂分次随餐服用，或改成1次/天的缓释制剂。

同时，长期服用二甲双胍可能引起维生素B12水平下降，糖友最好每年测定1次维生素B12水平，如缺乏应适当补充。

另外，二甲双胍能显著降低超重或肥胖糖尿病前期人群进展为Ⅱ型糖尿病的发生率，建议这类人群遵医嘱服用。



糖友圈

园主：

记者 崔宏远



13693830143



糖友出现哪些情况要马上测血糖？

□记者 崔宏远

监测空腹以及餐后2小时血糖，这是每个糖友日常控糖的必修课，血糖过高、过低或是波动较大，都说明血糖控制得不理想。除了每天特定时间监测血糖外，糖友还要留意身体出现的一些特殊症状，这时血糖可能出现严重异常，要马上测血糖并及时处置，减轻或避免身体健康受到严重损害。

想了解都有哪些情况需要马上测血糖，快来报名吧，来现场听听内分泌专家的分析和解答。

- 指导专家：马瑜瑾 河科大一附院开元院区内分泌科主任
- 人数：2人至3人(报满截止)
- 时间：9月4日(本周五) 15:30
- 时长：30分钟至60分钟
- 地点：河科大一附院开元院区内科楼19楼患教室
- 报名电话：13693830143

最近，在“洛报糖友家”糖友群里，动态血糖监测的话题引起糖友关注

验指尖血是“快照”，动态血糖监测是“电影”

□记者 崔宏远 通讯员 牛然

■受访专家

李雪峰 河科大二附院内分泌科主任

最近，在“洛报糖友家”糖友群里，一名糖友发了自己动态血糖监测的图片，没想到引起了不少糖友的关注。“动态血糖监测有必要吗？”“和平时血糖监测有啥区别？”……为此，记者采访了我市内分泌专家，一起来看看。

3种方法可监测血糖控制情况

李雪峰介绍，血糖监测是糖尿病管理的重要一环，糖尿病诊断和治疗以及对疗效的判断，必须要依靠血糖的检查结果。对于糖友来说，糖尿病防治与其

说“降血糖”，倒不如说“控血糖”更准确。

“目前，主要有3种方法用来监测血糖控制情况。”李雪峰介绍，最常见的是毛细血管血糖，也是绝大多数糖友首选的血糖监测方法——验指尖血；糖化血红蛋白监测，每3个月左右测一次，反映既往3个月的平均血糖水平；动态血糖监测，也就是糖友们讨论的监测方式，它可以自动测量并记录24小时内动态血糖值，从而让糖友在用药和饮食方面，获得更精确的指导。

验指尖血是“快照”，动态血糖监测是“电影”

动态血糖监测的原理是通过放置在皮肤内的探头，监测组织间液的葡萄

糖水平，间接反映糖友血糖水平，有优点也有缺点。

“不扎手指头、全面显示血糖变化及波动范围、低血糖报警，这是它最大的优点。”李雪峰介绍，如果说验指尖血是“快照”的话，那么动态血糖监测就是“电影”。验指尖血只能获得某个时间点的血糖数值，如果要监测全天的话，就需要多次扎手指头采血测量。

动态血糖监测避免了这种情况，想知道血糖情况，只需用和探头配套的机器扫一下就能读取数值。

它也有缺点，价格高，其测得的血糖值，准确性不如静脉血测量结果。

动态血糖监测主要适用于糖化血红蛋白小于7的Ⅰ型糖友、使用胰岛素

治疗的Ⅱ型糖友。当然，如果经济条件允许的话，糖友都可以使用。

血糖控制良好、病情稳定的糖友，不必天天测血糖

李雪峰表示，对于不同的糖友来说，测血糖的时间和频率也不是一成不变的，可根据自身血糖情况加以变通，即监测方案可量身定制。

一般来说，血糖控制良好、病情稳定的糖友，每周监测1天至2天的空腹血糖、餐后2小时血糖，睡前血糖就可以了。

此外，测血糖后，一定要做好记录，特别是影响血糖的因素，如饮食、用药等，以便医生更好地参照调整治疗。