

Z  
海都记者  
刘薇

一周前,泉州21岁的小斌(化名)又一次被紧急送入医院。这一次,他因败血症入院,急需血透。3年前,小斌确诊糖尿病,却并未放在心上。不良生活习惯,加上不遵医嘱,3年后他便出现多种并发症,数次被送医抢救。

2022年11月14日是第16个联合国糖尿病日,今年的主题是:教育保护明天。医生提醒,糖尿病一旦确诊就需要终身自我管理,持续的健康管理才能有效延缓并发症的发生发展。



建隆漫画

# 不遵医嘱 21岁小伙糖尿病并发症频发

我国成人糖尿病患病率持续上升,已高达11.9%,且发病日趋年轻化

## 昏迷入院确诊糖尿病 不遵医嘱并发症缠身

说起小斌这位患者,泉州市第一医院内分泌科张翼主任医师有种“恨铁不成钢”的感觉。张医生记得,3年前,18岁的小斌因昏迷入院。经检查,其血糖明显超标,确诊为糖尿病。而在确诊之前,小斌就出现了典型的“三多一少”症状:多饮、

多食、多尿,体重明显减轻。救治过程中,医生嘱咐其改变不良的生活习惯,一定要控制好血糖。然而,小斌出院后却将其抛之脑后。

“这小伙完全不听劝,饮食不加控制,甜食、饮料照样吃喝,烟照抽,酒照喝,生活习惯糟糕,血糖从来不控制,

## 患病率持续上升 发病日趋年轻化

衰竭、心脑血管事件和截肢的主要病因。

世界卫生组织数据显示,全世界约有4.22亿人患有糖尿病,每年有150万人死亡直接归因于糖尿病。近年来,我国成人糖尿病患病率持续上升,已高达11.9%,且发病日趋年轻化,农村人群患病率快速增长。

“糖尿病一旦确诊,就需要终身自我管理。想要管理好糖尿病,必须驾驭好

后来好几次因急性糖尿病酮症酸中毒被送入院。确诊短短3年后,还出现了一系列严重的慢性并发症,包括糖尿病肾病、眼底病变、周围神经病变、男性功能障碍、败血症……”张翼主任医师介绍,一般来说,糖尿病患者3至5年内很少会出现如

## 发病日趋年轻化

‘五驾马车’,包括糖尿病教育、血糖监测、饮食治疗、运动治疗、药物治疗。”张翼主任医师提醒,针对糖尿病高危人群,包括年龄≥40岁、超重与肥胖、高血压、血脂异常、有糖尿病家族史、妊娠糖尿病史等,须注意控制饮食、规律运动,预防体重增加(特别是腹型肥胖)。针对已经确诊的糖尿病患者,应采取措施降糖、降压、调整血脂和控制体重,纠正

此严重的并发症。他们医院一位七旬老患者,在30多岁时就确诊糖尿病,他认识到糖尿病的危害性,向医护学到了很多健康管理知识,并运用到生活中,同时胰岛素打了30多年,这30多年来血糖一直控制得很好,一个并发症都没出现。

不良生活习惯,如戒烟、限酒、控油、减盐和增加体力活动;不要相信偏方或某些保健品的夸大宣传,应到正规医院接受正规、系统的治疗,并定期监测血糖。

“以前,大家认为糖尿病是不可治愈的,但现在,不少早期的2型糖尿病,到有条件的医院通过规范的治疗与管理,能够达到逆转甚至长期治愈。”张翼主任医师强调。

### 科普链接

## 绕开这些糖尿病误区

现在的糖尿病患者容易陷入这样或那样的认识误区。

**误区一:得了糖尿病,这不能吃,那不能吃,比如水果就不能吃。**

糖尿病患者应控制总热量,能量平衡。减少精制碳水化合物(如白米饭、面食、饼干等)和含糖饮料的摄入,以全谷物或杂豆类替代1/3精白米、面等主食。“糖尿病患者只要血糖控制达标,是可以吃水果的,但要控制总量。”张翼医生表示。

**误区二:得了糖尿病,但没感觉不舒服,可以不治疗。**

糖尿病早期治疗效果最好,2型糖尿病一旦确诊,应尽早定期进行并

发症筛查,以便早期发现和及时处理。如果延误将会导致严重并发症,并错过最佳治疗时机。

**误区三:血糖已经控制在正常范围,不需要再监测血糖或吃药。**

糖尿病病人需要终身监测血糖。已经用药的糖尿病病人如果随意停用药物,血糖将会很快回升。早期轻度病人经饮食、运动控制后血糖正常,即使暂时停药,仍需要定期监测。

**误区四:注射胰岛素会成瘾。**

严格来说,胰岛素不是药,而是人体自身即可分泌的一种降血糖激素,不会成瘾。需不需要用胰岛素、用了后是否能撤掉,取决于患者的病情。

## 泉州多家医院核酸采样点 停止“愿检尽检”人群采样

海都讯(记者 刘薇)这两天,泉州多家医院相继发布公告,根据泉州市卫健委印发的《关于加强当前核酸采样点设置与管理有关工作的通知》要求,为进一步规范设置新冠病毒核酸采样点,杜绝“愿检尽检”人群与医疗机构内人员交叉感染事件,取消在院内开展“愿检尽检”人群的核酸采样服务。需核酸采样的广大市民,可到市内合适的便民采样点进行核酸采样。

自2022年11月12日零时起,泉州医高专附属人民医院取消在院内开展“愿检尽检”人群的核酸采样服务;医院内仅为院内工作人员、就诊患者、住院患者及陪护人员提供核酸采样服务。

自2022年11月15日零时起,福建医科大学附属第二医院、泉州市妇幼保健院·

儿童医院,取消开展“愿检尽检”人群的核酸采样服务;医院内仅为院内工作人员、就诊患者、住院患者及陪护人员提供核酸采样服务。

自2022年11月16日零时起,泉州市第一医院(东街院区、城东院区、东街院区设于侨乡体育馆内采样点)、联勤保障部队第九一〇医院,取消开展“愿检尽检”人群的核酸采样服务;医院内仅为发热门诊、就医患者及陪诊、工作人员提供核酸采样服务。

自2022年11月15日零时起,石狮市总医院急诊核酸采样点,取消开展“愿检尽检”人群的核酸采样服务;医院内仅为院内工作人员、住院患者及陪护人员提供核酸采样服务;石狮公交公司市医院总站便民核酸采样点改为24小时服务。

## 四岁男童舔唇舔出“红胡子”

秋冬天气干燥,患唇炎孩子多起来;医生提醒,嘴唇干裂应涂润唇膏、补水

N海都记者 刘薇  
通讯员 曾璇璇

一到秋冬,天气变得干燥,舔嘴唇的孩子便多了起来。泉州4岁的东东(化名)就蛮爱舔嘴唇,可东东妈没想到,孩子竟把口周舔出一圈淡淡的红圈,且越舔嘴唇越痒。一查,孩子竟得了唇炎。

医生提醒,嘴唇干裂应涂润唇膏,并注意补水;病情较重者及时就诊。

## 反复舔唇舔出“红胡子” 原来孩子得了唇炎

最近天气干燥,东东变得爱舔嘴唇,慢慢地口周出现了淡淡的红圈。刚开始,妈妈以为东东上火了,给孩子降火。谁知,东东越舔嘴唇越痒,皮疹和瘙痒感越发明显。前几

天,东东妈把孩子带到泉州市妇幼保健院·儿童医院皮肤科就诊。经检查,方碧清副主任医师诊断东东得了唇炎。

“每到秋冬季节,皮肤科门诊经常会接诊口周皮

肤长了‘红胡子’‘黑圈’的孩子。”方医生介绍,因为空气干燥,唇部干裂,有些患儿喜欢反复用舌头舔嘴唇及口周皮肤,时间一长,口周就出现了红斑、小丘疹、皲裂、脱屑、色素沉着,

绕唇一周,便成了“黑圈”“红胡子”。由于口周皮肤受到唾液酶的反复刺激,表面的保护层脱失后,更易失水,最终形成恶性循环,久而久之,便造成舌舔皮炎,即“唇炎”。

## 避免舌舔皮炎 皮肤科医生教你这样做

据了解,舌舔皮炎属于广义的皮肤行为症,是由于患儿用舌头反复舔口唇周围皮肤所引起的一种接触性皮炎,是以口唇干燥、皲裂、脱屑等为主要临床表现黏膜病。

方碧清副主任医师介绍,嘴唇黏膜和皮肤的结构不同,它没有毛发、汗腺、皮脂腺,表面只是一层扁平状上皮细胞,而且黏膜部位的角质层很

薄,所以唇部很“娇弱”,容易受到伤害。秋冬季干燥多风,孩子的口唇及其周围的皮肤干燥缺水容易干裂,发生细菌感染;再加上不少孩子控制不住自己,经常用舌头舔嘴唇,唾液蒸发导致口唇干裂而发炎。

如何防治唇炎?方医生提出几点建议:

第一,嘴唇干燥/干裂,应及时补充水分,并在

晚上睡觉前涂一层厚厚的唇膏,情况过几天就会改善。尽量不要使用含有水杨酸、矿物油、微晶蜡成分的唇膏,宜选用含有尿素囊、甘草酸、维生素E的滋润保湿唇膏。

第二,家长要注意孩子面部皮肤的清洁卫生。对于婴幼儿,及时为其擦拭口水;稍大点的孩子,饭后要及时给其洗脸擦嘴,选择适合孩子肤质的护肤

脂、甘油或防裂油等护肤用品。

第三,家长要注意纠正孩子舔嘴唇的不良习惯。

第四,多让孩子吃新鲜蔬果,及时补充水分,给孩子吃些富含核黄素的食物,如动物的肝、心、肾以及禽蛋、乳制品、大豆、胡萝卜、绿叶蔬菜等。尽量避免酱油、橘子汁、醋等汁液沾到嘴唇刺激皮肤。

### 交房公告

尊敬的湖里区2019P05地块(建发养云)项目业主:  
我司开发的湖里区2019P05地块(建发养云)项目已顺利通过竣工备案,为便于业主交房,兹定于2022年11月21日-12月18日分批次办理房屋交接手续,请各位业主于规定时间内携带购房相关资料前来办理交房手续。办理时需携带的材料及缴交的相关费用、地点等信息,以我司通知为准。  
咨询电话:0592-5958777。  
厦门恒融晨房地产开发有限公司  
2022年11月16日