

寒冷冬季双脚如同火烧 医生提醒：“糖友”定期筛查降风险

医点通

科普医学知识,传播健康理念,为让老年朋友更好地了解医学、健康生活,浙江老年报与省医师协会老年医学分会、省医学会科普分会联合推出“医点通”专栏。

本报记者 徐小翔
通讯员 金南星 张操

前段时间,72岁的何大妈来到浙大四院内分泌科门诊。令医生感到奇怪的是,尽管是严寒冬日,

她却只穿一双单鞋,一走进诊室,立即脱下鞋。她告诉医生,自己双脚如同火烧,疼痛难耐,温度稍高疼痛就加重,夜里只能将双脚裸露在被子外面。

浙大四院内分泌科杨甜副主任医师表示,老人得的“怪病”叫糖尿病周围神经病变,是糖尿病最常见的慢性并发症之一。

一般来说,糖尿病患者周围神经损伤往往从四肢末梢开始,逐渐向上进展,可能出现双下肢发热或发冷、疼痛,有的人手足有麻木、虫爬感、触电感,有戴手套和穿袜子的感觉,还可能出现刺痛、烧灼痛、钻凿痛等。像何大妈这样敏感的患者,甚至承受不了袜子或被子对于皮肤的压力。

杨甜表示,从治疗上来讲,首先要控制血糖,延缓神经病变进一步加重,同时联合营养神经、改善

微循环等治疗。针对部分症状严重影响生活质量的“糖友”,还需要加用止痛等药物治疗。

前期,何大妈已经进行规范的控糖、营养神经、改善循环、止痛等综合治疗,但症状仍不能得到很好缓解。对此,浙大四院内分泌科和疼痛科联合会诊,最终决定通过腰交感神经脉冲射频调制术给予治疗。治疗后,老人感觉灼烧感缓解,她开心地告诉医生,自己终于可以用被子把脚盖住睡觉了。

专家提醒,2型糖尿病患者确诊后至少每年接受一次糖尿病神经病变筛查。对于病程较长,或合并有眼底病变、肾病等微血管并发症的糖尿病患者,应每3-6个月复查一次。一旦诊断为糖尿病神经病变,应特别保护丧失感觉的双足,每日检查双足,以减少足部皮肤损伤、糖尿病足和截肢的风险。

雾霾天做好防护 老年人尤其要注意

本报记者 林乐雨

入冬后,浙江不少区域出现雾霾。杭州市第一人民医院老年医学科副主任医师厉蓓表示,雾霾天,细菌和病毒易漂浮在空气中,给呼吸系统带来刺激。轻度雾霾天气,老年人等重点防护人群建议减少外出,尽量避免霾污染高峰时段外出;中重度雾霾时,重点人群应留在室内,必须外出时佩戴专业防护口罩,回到家中及时更换衣物,清洗面部、鼻腔及裸露皮肤。中重度污染时,家中应尽量关闭门窗,最大程度减少室外空气进入。

雾霾天佩戴口罩也有讲究。心肺疾病患者佩戴后可能出现不适感,佩戴时间尽量不超30分钟。戴口罩前及摘下口罩前后要洗手,口罩佩戴4小时后建议更换。

研究说一种口腔细菌 可能促进肿瘤转移

日本一项新研究说,口腔致龋细菌变形链球菌或诱发癌症患者形成肺血栓,进而促进肿瘤转移。

此前研究显示,牙周炎等口腔感染严重时,口腔内的变形链球菌更容易进入血液循环,进而影响全身器官。此次的新研究表明,进入血液循环的口腔细菌是血栓形成进而促进肿瘤转移的危险因素之一。因此,对于癌症患者来说,保持口腔卫生不仅能预防吸入性肺炎,也有助于抑制癌症相关的血栓形成及肿瘤转移,提高癌症患者生存率。

据新华社

政策吹风

哪些医疗机构落地种植牙集采?据国家医保局消息,患者可通过国家医保局微信公众号“微服务”功能查询口腔种植体集采中选产品、承诺参与口腔种植价格治理医疗机构信息等。

据新华社

国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋14日表示,当前呼吸道疾病仍以流感为主,新冠病毒感染处于较低水平,医疗服务总体平稳有序。

据新华社

体温低于35℃有危险 九旬老人晚上不盖被险酿大祸

通讯员 徐允佳 本报记者 戴虹红

进入冬季,气温骤降,对年老体弱者来说,寒冷天气存在不少潜在风险。

93岁的赵奶奶是一名轻度老年痴呆症患者,还有房颤等基础疾病,平时和儿子周先生住在一起。周先生说,老太太平时很听话,但就是不愿意盖被子,她觉得盖被子是要把她绑住,空调也不愿意吹,只能让她穿着厚睡衣睡觉。

前段时间,杭州接连几天最低气温都低于0℃,周先生睡前为母亲盖上厚被子,可到了第二天早上,他发现老人宁可睡在地上也不愿盖被子。

几天后,周先生发现母亲逐渐出现失语、乏力、嗜睡等症状。家人急忙把赵奶奶送到杭州市中医院,接诊医生发现,老人已经意识模糊,测体温为29℃,每分钟心率36次。这让医护人员都紧张起来,判断患者处于严重低体温、病窦状态。好在经过一系列复温、抗感染、营养支持治疗后,赵奶奶体温、心率等逐步恢复正常,各项身体机能也慢慢恢复。

杭州市中医院心血管病科副主任医师应飞解释,失温一般指人



体热量流失大于热量补给,从而造成人体核心区温度降低,并产生一系列寒颤、迷茫、心肺功能衰竭等症状,甚至危及生命。人体核心区主要是指大脑和躯干内的心、肺等维持生命的主要器官。人体正常的体温一般在36℃至37℃左右,当低于35℃时,就会出现低体温症,也就是失温,别看就差这么点,对人体影响非常大。

当体温低至30℃至27.77℃时,会出现肌肉僵硬、半昏迷、昏迷、脉搏与呼吸频率变慢等症状,还可能有心悸、心脏纤颤。当体温处于27.77℃至25.55℃时,人可能失去意识,脉搏可能触摸不到,任何突然冲击都可能引起心室颤动并导致死亡。体温一旦到25.55℃至24℃时,将出

现肺水肿,心脏及呼吸衰竭,一般情况下,可能在达到这个温度之前就已死亡。

应飞强调,老年人较年轻人更怕冷,而且老年人体力渐衰,活动能力减弱,代谢功能降低,产热相对减少,体温调节功能差,在低温环境或接触寒冷后,很容易发生寒颤,出现身体失温。有些老人不喜欢使用空调等取暖设备,长期处于寒冷状态,也容易出现失温。

应飞表示,失温发生时,身体其实会有一些信号。如果寒冬里,成人突然出现寒战、虚脱、混乱、记忆丧失、言语不清等症状,婴幼儿出现皮肤鲜红色、发冷等症状,要及时测体温,体温低于35℃,立即就医。