

糖尿病眼病 糖尿病最常见的眼部并发症



本期《名医在线》特邀青岛华夏眼科医院副院长、眼底病科主任王洪格为您讲解“眼底病的防治”。

问:患糖尿病一定会得糖尿病眼病吗?糖尿病眼病前期有哪些症状?

王洪格:糖尿病眼病是糖尿病最常见的眼部并发症。有专家研究报道,80%以上血糖控制不好的糖尿病人,10年后会发生不同程度的糖尿病眼病,而血糖控制良好的糖尿病人,仅有10%左右可能会出现糖尿病眼病,差别非常大,所以糖尿病病人控制血糖是防治糖尿病眼病的关键。糖尿病眼病包括相关的白内障、青光眼、周围神经病变、黄斑病变、视网膜病变、视神经病变等。其中最常见的是白内障和视网膜病变。前期主要有视力下降、视物模糊不清、视物变形等

症状。

问:如果患糖尿病眼病,没有及时治疗,会引发哪些并发症?

王洪格:通常患者会引发糖尿病性视网膜病变、白内障、新生血管性青光眼、黄斑水肿等。患者表现出视力下降、视物不清、眼前阴影模糊、视野范围缩小,四月份是华夏眼科医院糖网门诊成立二周年,医院有多项活动,患者可以关注一下。生活中一旦患有糖尿病,患者也一定要及时进行眼部检查以便早发现问题早处理,避免发展到严重情况而影响视力。

问:糖尿病眼病会让眼睛失明吗?如果血糖控制得好,糖尿病眼病就不会出

现吗?

王洪格:糖尿病眼病是一种慢性进行性疾病,如果规范治疗,控制好血糖,可以延缓病变进展,如果患病后不加以重视,长时间血糖控制不良,没有定期到眼科检查,及时采取治疗措施,会对视功能造成极大伤害,从而导致最后失去治疗机会,发生眼睛失明的严重后果。生活中,如果患者血糖控制得好,糖尿病眼病的损害会比较轻,并能延缓病情进展。但最终还需要眼科医生的诊断和治疗。沈健

名医在线
栏目热线
0532-66988718

腰椎间盘突出能“自愈”吗

腰椎间盘突出症能否自发消退,与腰椎椎体后方的后纵韧带完整与否相关,这是因为后纵韧带一旦破裂,那么突出椎间盘髓核组织接触血运才能被吸收,这种现象通常可以在半年内发生。

那么,椎间盘为何会吸收消退呢?

1. 自身免疫反应

正常椎间盘里的髓核被外面的纤维环包裹,无血液通过,其营养供应主要来源于周围软骨终板及纤维环的弥散作用。当突出的髓核突破后纵韧带接触到硬膜外腔后,则可能有血管的长入,产生血液供应,并且具有自身抗原性,随后被自身的免疫系统识别,引起以巨噬细胞为主的细胞免疫与体液免疫反应,使突出的椎间盘发生免疫溶解,表现为椎间盘的重吸收。

2. 脱水与血肿吸收作用

髓核中70%至90%部分由水组成,其本身就具有高渗透性,在椎间盘突出时由于接触硬膜外组织而进一步吸水膨胀,使突出的椎间盘组织进一步增大,其后会慢慢脱水,体积逐渐缩小。

3. 基质代谢作用

正常的椎间盘内存在以调节基质代谢为主的基质蛋白酶系统,如果基质代谢平衡失调,使潜伏状态的酶系统合成减少,加速了突出物的分解,从而导致吸收。

须注意,腰椎间盘突出有发生自发性重吸收的可能,但概率很低,保守治疗患者可以消除症状,但大多数并不能从根本上消除椎间盘突出,突出物仍然存在。

郭仲华

“磨人”的膝关节骨性关节炎

王大爷家住5楼,经常上下楼梯去菜市场买菜。近来,王大爷感觉膝关节疼痛、僵硬,尤其是上下楼及下蹲时疼痛加重,总感觉膝盖很“磨人”。到当地医院检查,医生告知,王大爷患上了膝关节骨性关节炎。那么,膝关节骨性关节炎究竟是怎么回事?应该如何治疗呢?

膝关节骨性关节炎目前公认的治疗措施是根据病情所处的阶段及严重程度采取阶梯治疗。

第一阶梯:基础治疗。对病程较短,症状较轻的患者所采取的治疗。开展运动治疗:做增强腿部肌肉,减少关节磨损的运动,如支腿抬高、游泳等。同时,进行健康教育,改善及维持良好生活习惯,尽量避免上、下楼梯、爬山、跑、跳、蹲等关节磨损较重的活动,减轻体重、减少负重。注意膝关节保暖、避风寒,扶拐、助行器等辅助器具行走,穿平底、厚实、柔软的鞋。

第二阶梯:药物治疗。关节腔注射药物如:玻璃酸钠注射液、生长因子等。非甾体类抗炎药物如:塞来昔布、美洛昔康等;缓解软骨退变,营养软骨药物如:双醋瑞因、氨基葡萄糖等。中医治疗如:针灸、膏药等。

第三阶梯:微创手术。根据患者情况及严重程度采用关节镜清理手术、胫骨高位截骨术等。

第四阶段:关节置换手术。蒋柒

汤泡饭虽美味 糖友得悠着点

65岁的老吴是土生土长的杭州人,泡饭他从小吃到大的,不过这两年老吴查出了糖尿病,吃饭可咋办?“每天早餐都是一碗泡饭,我别的都好忌口,泡饭真的离不开。”

医生解释,汤泡饭是指在保留完整的饭粒结构的前提下,将熟的米饭和

汤混合在一起搅拌后食用,和粥类食物不同。大米粥经过长时间的高温烹饪后,淀粉颗粒的完整性早已被破坏,淀粉分子被完全释放出来,加热时间越长,这种作用越彻底,进食后越能与消化液充分接触,极易消化吸收,从而迅速升高血糖。

艾叶熏鼻治鼻炎

中医认为,慢性鼻炎多由外感风邪、内伤肝肾、脾胃虚弱、气滞血瘀等因素引起。患者可以试试艾叶熏鼻法,能起到温通鼻腔、祛风散寒的作用。

将干艾叶捣碎成粉末,放入瓷瓶中,点燃后盖上盖子,待烟雾散去后揭开盖子,将瓶口对准患者鼻孔,进行深呼吸。每次熏鼻5分钟,每日2次,连续熏鼻7~10日。需要注

意的是,艾叶熏鼻法不适用于孕妇以及哮喘、慢性阻塞性肺疾病、高血压等患者。另外,治疗慢性鼻炎还需要根据不同的病因辨证施治,避免盲目使用。最好在专业中医师的指导下进行治疗,以达到更好的效果。

除了艾叶熏鼻法外,治疗慢性鼻炎还有洗鼻、按摩、贴敷等中医外治法。其中,洗鼻法是将温

而汤泡饭基本上保留了淀粉颗粒自身的完整性,仍需经过牙齿充分咀嚼以及胃肠道消化酶的作用等才能被消化吸收,在升高血糖速度方面并不如米粥那么快。从这个角度来说,糖尿病患者可以适当吃泡饭,并不是完全要戒掉。

徐尤佳

的生理盐水注入鼻腔,帮助清洗鼻腔,恢复鼻腔纤毛清理灰尘异物的能力,促进黏膜再生,缓解鼻塞、流涕等症状。按摩法则是通过按摩鼻周迎香、攒竹、印堂等穴位,促进气血流通,缓解鼻炎症状。贴敷法是将中药敷贴于鼻、额、颊等部位或相关穴位,起到祛风散寒、温通经络的作用。

邵水金

肠道异常 为何要检查肾功能

春天,气候多变,肠道疾病也跟着活跃了。有些肠道疾病患者被要求做肾功能相关检查时,不免疑惑:看肠道病为啥要查肾功能?是不是过度治疗?其实,有些肠道病不仅能使肠道发炎,同时能“城门失火,殃及池鱼”。那么,哪些肠道病需要做肾功能检查呢?

出血性腹泻 它是一种常见的肠道疾病,病因多为O157:H7亚型大肠杆菌感染引起,这种病菌不仅可导致严重的出血性腹泻和腹绞痛,还因细菌毒素能破坏红细胞,可使2%~7%的感染者出现溶血和肾功能衰竭,临床称之为溶血性尿毒综合征。

脱水 某些感染性和非感染性肠道疾病,可引起患者腹泻脱水,而严重脱水会造成肾前性急性肾损伤,如果病情得不到及时纠正和液体补充,会发展为肾实质性急性肾功能衰竭。

消化不良 在临床以食欲不佳、消化不良为首发症状的肠道疾病十分常见,但有部分慢性肾功能不全患者往往没有浮肿、腰痛等症状,而是以食欲不振、消化不良、腹泻等为首发症状,二者极易混淆,不易确诊。

免疫性肠道疾病 临床常见因免疫性肠道疾病引起的肾功能并发症,如肠型过敏性紫癜可合并为紫癜性肾炎,溃疡性结肠炎可并发为结肠性肾小球炎。

因此,在诊断肠道疾病时,有些患者做肾功能检查是完全必要的,以防延误治疗时机,加重病情。苗继延

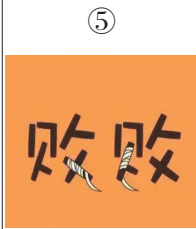
止痛药能干扰降压?

高血压患者大都依靠降压药来控制血压,但生活中的很多常用药,都会干扰到降压药的效果,导致血压波动。

比如非甾体抗炎药,常见的为对乙酰氨基酚、吲哚美辛、布洛芬、罗非昔布等。这类药物具有抗炎、止痛、退热、抗风湿等作用,临床上广泛用于骨关节炎、类风湿性关节炎、发热和缓解疼痛等。研究表明,非甾体抗炎药能明显干扰血压,使得平均动脉压上升。曾有临床报道,服用罗非昔布片两年以上的患者,发生心血管事件风险有所增加。对于高血压患者,如果正在服用此类药物并出现血压波动,需要及时就医,在医生指导下调整药物。刘彭



微信扫一扫
游戏玩起来
看图猜成语



答案见下期中缝,也可关注“老年生活报”微信,回复“240408”查询本期答案(可扫描本报一版上方二维码)

4月5日
6版中缝答案
《看图猜成语》:
1、飞檐走壁;
2、古稀之年;
3、虎狼之师;
4、化险为夷;
5、深入浅出;
6、烟消云散。