

糖尿病也有“蜜月期”

糖尿病的“蜜月期”是指部分糖尿病早期患者在接受了合理的治疗后，血糖恢复正常，就可以拥有一段不用打针吃药而血糖照样正常的美好时光。这段时光对于糖友来说就像“新婚蜜月”一样甜蜜，故临床上称之为糖尿病“蜜月期”。

不是所有糖友都有“蜜月期”！

诊断为1型糖尿病后，并非每位患者都会经历蜜月期，持续时间也有不一。蜜月期通常发生在确诊后的头3个月，通常持续数周、数月甚至长达一年。之后，免疫系统继续攻击胰腺，损伤剩余可分泌胰岛素的细胞，直至胰岛素分泌细胞死亡，蜜月期结束。

1型和2型糖尿病都有蜜月期，但是2型糖尿病的“蜜月期”更长。用胰岛素泵两周治疗的研究中，国内纪氏和翁氏报告在新诊断的2型糖尿病六个月缓解率约在70%左右，一年、两年缓解率在40%以上，根据中日友好医院的观察数据，病程小于五年的病例一年、两年、三年缓解率约60%。

为什么会出现“蜜月期”呢？

1940年，Jackson认为新诊断糖尿病患者应用外源胰岛素起始治疗，“β细胞休息”和纠正“葡萄糖毒性”是“蜜月期”发生的主要机制，目前这一观点仍然被广泛接受，外源胰岛素的补充可减少“高糖毒性”，使内源胰岛素分泌有所恢复。

糖尿病“蜜月期”虽然时间短暂，但是，这种现象说明两个十分重要的问题：胰岛β细胞从健康到生病再到死亡，不是在瞬间发生，有一个漫长的衰亡过程，不是几个小时，也不是几天。这也是许多2型糖尿病人疾病隐形期长达数年的重要原因；胰岛β细胞与皮肤细胞、骨细胞一样，也有自愈功能，在细胞器没有发生实质性损伤前，也可以得到修复。

正因为如此，相比较1型糖尿病而言，2型糖尿病人不仅有“蜜月期”，而且2型糖尿病人出现“蜜月期”的概率比1型糖尿病人更高，“蜜月期”时间比1型糖尿病人更长。



怎样才能拥有“蜜月期”？

使“β细胞休息”：方法如补充外源胰岛素，最常用的方式为强化胰岛素治疗，即胰岛素泵或三加一方案。

纠正“葡萄糖毒性”：中药及中医治疗可明显促进血糖达标，纠正糖毒性，从而诱导“蜜月期”出现。

中西医结合治疗：在这个病例中，确诊后，医生对患者给予了“甘精、赖脯胰岛素”强化治疗；从中医角度此患者脾虚湿盛，胰腺归于脾脏，医生又给予温脾祛湿通络治疗，刺激被抑制的胰腺功能恢复。

中药治疗2型糖尿病，一方面恢复胰岛β细胞分泌功能，另一方面增强肝脏转化、储存糖

原的功能。正因为如此，中西医结合治疗2型糖尿病，诱导“蜜月期”形成比化学药物单一对抗性降糖治疗更有优势，不仅诱导成功率高，还会让“蜜月期”时间更长。

进入“蜜月期”并不意味着高枕无忧，千万不要认为停用胰岛素就代表糖尿病已经被治愈了，从而放松对自己的管理，导致“蜜月期”早早结束。即使在“蜜月期”里，糖尿病患者仍然要绷紧神经，也仍然要合理膳食，适当运动，保持健康的生活方式。务必定期监测血糖，若发现血糖升高，应及时就诊，采取相应的治疗措施。

■文 / 糖尿病 - 康复国际部 张茹 谈力欣

居家不动 容易导致骨质疏松

在全国人民的一起努力下，国内防控疫情形势持续向好，生活、生产逐步恢复正常，来医院就诊的病人也越来越多。最近，有很多住院患者都是骨质疏松病人，而且多伴有胸腰椎压缩骨折。关于“骨质疏松”，这些事情您一定要知道。

什么是骨质疏松？

骨质疏松是由于各种原因导致的人体骨密度和骨质量下降，骨骼微结构遭到破坏，造成骨脆性增加，从而容易发生骨折的一种全身性骨病。通俗来说就是骨骼的质量不行了。

骨质疏松有什么表现？

骨质疏松有三大临床表现：

疼痛：

顾名思义，骨骼质量下降，导致骨小梁坍塌，影响到骨髓的感觉神经时就会导致疼痛。

脊柱变形：

骨质疏松导致脊椎压缩骨折，使椎体高度下降，而且一般是脊柱前缘塌陷大于后缘，形成前低后高的梯形，这样就会导致驼背。

骨折：

骨质疏松引起的骨折多为非外伤或者轻微外伤引起的脆性骨折。也就是不需要太大的外力即可导致骨折，一般多见于胸腰椎、髋部、桡骨远端骨折。

骨质疏松如何治疗？

骨质疏松治疗分为基础措施和药物治疗两部分。

基础措施包括调整生活方式如均衡饮食、适量运动、多晒太阳，和服用骨健康基本补充剂如钙剂和维生素D。因为疫情，老年人在家中好几个月了，不仅运动少，而且无法晒太阳，这也是造成近期很多老年人骨质疏松发生骨折的原因。

药物治疗包括抗骨吸收药物、促进骨形成药物以及一些多重机制的药物。前面提到的钙剂和维生素D大家可以自行在药房购买，但抗骨质疏松的药物必须在医生的专业指导下才能应用。

■文 / 骨一科 马永强

石家庄市第二医院
本部

官方微信
微信扫一扫 健康伴您行

位置示意图

医院地址：
石家庄市华西路53号

联系电话：
0311-87882119

乘车路线：
市内乘11路、30路市二院站下车；1路、6路、61路、325路维明中山路口站下车，北行100米即到。

石家庄市第二医院
南院区

位置示意图

医院地址：
石家庄市工农路425号

联系电话：
0311-66036160

乘车路线：
市内乘24路、游7路，工农路民心河站下车。

石家庄市第二医院
市直机关门诊部
(新华区革新街道社区卫生服务中心)

位置示意图

医院地址：
石家庄市兴凯路72号

联系电话：
0311-87043754

乘车路线：
市内乘75路、68路市委西院下车即到。

总策划：赵哲
主编：王国梅
编辑：蔡虹、
孟玮、
姚瑞娟、
安心怡

健康家园

总第304期

03

2020年4月30日
星期四

JIANKANG JIAYUAN

石家庄市第二医院 主办
石家庄市糖尿病医院内部资料 免费赠阅
http://www.sjzdeyy.com
E-mail:xc051205@163.com

记录医院历程 提供交流平台 展示医院文化 构建和谐医院

查问题 转作风 鼓干劲 争上游

我院扎实开展系列活动 促进作风转变 提升医疗质量

按照上级关于统筹做好疫情防控和经济社会发展工作安排部署，巩固拓展“不忘初心、牢记使命”主题教育成果，结合“三创四建”和“效能革命深化年”，我院扎实开展“查问题、转作风、鼓干劲、争上游”活动，着力解决影响和制约医院发展的突出问题，促进工作作风转变，为

群众提供满意的医疗卫生服务。

自活动发起以来，我院深入开展“三思三问三查”，全面剖析了在精神状态、工作作风、责任意识、工作效能等方面存在的问题。诊区布局调整就是医院适应当前发展，满足患者就医需求，提升服务水平的有效途径，在实现医

院管理规范化、精细化、科学化方面起到了重要作用。诊区的调整、就诊环境的优化不仅缓解了门诊就诊高峰期拥堵现象，免去了患者上下楼奔波的麻烦，此举也提升了大大提升了全院职工的工作效率，提高了患者满意度。

■文 / 综合办公室

我院第九批援疆干部赴库尔勒



■院领导为援疆人员送行

4月15日，我院医生张瑾、刘琼、李臻，在医院党委书记赵增毅、院长赵哲等一行相送下，来到宾馆集合。次日凌晨，她们要飞往新疆库尔勒市，在库尔勒市第二人民医院开始为期一年半的医疗援疆工作。

在我市第九批援疆干部人才选派工作中，石市二院内分泌、呼吸、重症3个重点优势学科被选为援派专业。接到通知后，医院高度重视，立即组织相关专业动员报名，进行选拔。报名动员不到两小时，来自18个科室的44名医务人员迅速提交了自愿报名参加援疆工作的书面申请，很多科主任带头，科室业务骨干纷纷踊跃参加。他们的主动践行，充分展示了医院员工的政治觉悟、精神风貌和价值追求。经院党委研究决定，最终派出6名同志参加第九批赴疆医疗援助工作，其中张瑾、刘琼和李臻将作为首批奔赴新疆。

临行前，赵增毅书记向三位医生强调：“此次去新疆，一要讲政治，服从当地医院工作安排，团结当地同事，尊重当地风俗，注意礼仪细节；二要把石家庄市第二医院的优良传统带过去，把医院和个人的精湛医术带过去，为库尔勒市人民的健康贡献力量；同时，要注意身体，互相关心，团结一致，照顾好自己。”赵哲院长细叮嘱：“家里有困难要及时与医院联系，医院永远是你们的坚强后盾。”

三位医生都是各专业的优秀骨干，启程前，她们一直奋战在疫情防控新冠肺炎疫情的临床一线。呼吸内科副主任张瑾说出了三位医生的心声：“我们一定会不负所托，把医院的务实作风和精湛医术带到库尔勒市第二人民医院，全力为库尔勒市人民的健康保驾护航。”

■文并摄 / 宣传科

望南峪的春天来了



4月22日，我院党委书记赵增毅，院长赵哲，纪委书记陈彦彬一行，带领医院行政职能科室帮扶责任人，来到医院对口支援的平山县北冶乡望南峪村“走亲”，实地调研帮扶进展。

一下车，赵增毅书记一行就开始入户走访一对一帮扶贫困户。

范铖老两口都患有高血压，范铖也多发关节炎、腰腿疼；范清患有肺气肿、胃病和胆囊炎。赵书记一行挨户走访，了解家里近况，得知大家经过治疗和休养，身体状况都不错，十分欣慰。

范润常是多年的高血压患者，老伴患有宫颈癌，长期住院。赵书记一行给范润常带了常用药，给他老伴带了引流管和胶布等，老范接过药物，不停道谢。

来到驻村工作点，赵增毅书记实地查看了工作队驻地情况，并与驻村第一书记高永吉、望南峪村村干部详细交谈，询问望南峪村的新冠肺炎疫情防控措施。赵书记指出，2020年是全面建成小康社会收官之年，是脱贫攻坚决战决胜之年，驻村工作人员要再接再厉，扎实做好驻村帮扶工作，与望南峪村村干部一起，统筹推进疫情防控和脱贫攻坚，把扶贫工作做好、做实。

■文并摄 / 宣传科 王国梅

河北省骨科学术交流会成功召开

4月8日，河北医科大学第三医院、石家庄市第二医院、沧州市中西医结合医院共同举办了河北省骨科学术交流会暨骨科大手术后深部静脉血栓预防的专题网络直播讲座，并组织了省内多家医院的专家教授、专科医生200余人线上讨论。

大会由我院关节科主任宋国桥教授主持，河北省骨科医院副院长、河北医大三院骨科主任韩永台教授任大会主席致辞，并做了《人工全髋置换术后深静脉血栓》的报告，沧州市中西医结合医院李国梁教

授做了《中国骨科大手术后静脉血栓预防指南》的更新版本介绍，衡水哈励逊医院武佳奇副教授介绍了《膝关节置换术后深静脉血栓》的病例汇报，华北理工大学附属医院骨关节科主任梁春雨教授、沧州中西医结合医院关节三科主任李晓明教授、廊坊市人民医院贾子超教授、邢台市人民医院关节科副主任孟利斌教授、张家口市第一医院关节科主任罗毅教授，河北医科大学第三医院创伤急救中心副主任郑占乐教授，冀中能源峰峰集团邯郸医院王晖教

授，沧州市人民医院骨三科副主任医师徐国兴等分别参与专题讨论并介绍了各位专家的治疗经验体会。

韩永台教授、宋国桥教授等就髋膝置换术后、髋部术后等血栓发生的机理、国内外基础预防、物理预防、药物预防的各种细节问题进行了全面的讨论并进行了即时解答。大会持续3个小时，对骨科大手术后血栓的发生和预防，提高抗凝效率，降低死亡率，提高认识具有很大的意义。

了解 HPV 预防宫颈癌



2017年8月至2019年7月，我院糖尿病基因检测实验室统计了3089例妇科就诊女性人乳头瘤病毒（HPV）样本。其中，HPV感染阳性患者721例，阳性检出率为23.34%；单重感染（只感染一种亚型）患者为502例，感染率为16.25%；多重感染（感染多个亚型）患者219例，感染率为7.09%。

绝大部分宫颈癌都与 HPV 感染有关

宫颈癌是世界上第四大常见女性恶性肿瘤，是导致妇女癌症死亡的主要原因之一。如此高的阳性检出率，再次为广大女性敲响警钟。预防宫颈癌，让我们先来详细了解人乳头瘤病毒（HPV）。

HPV是一类特异感染人类上皮、粘膜的微小共价双链环状DNA病毒。根据HPV基因序列的差异，可将HPV分为不同亚型。目前已经检测出200多种亚型，其中约40种亚型与生殖道感染有关，主要侵犯鳞状上皮的基底层细胞以及位于宫颈转化区的化生细胞，直接的皮肤—皮肤接触是最常见的传播途径。绝大部分宫颈癌都与HPV感染有关。根

据其引起宫颈癌的可能性，2012年国际癌症研究机构（IARC）将其分为高危型、疑似高危型和低危型。前两者与宫颈癌及高级别外阴、阴道、宫颈鳞状上皮内病变相关，后者与生殖器疣及低级别外阴、阴道、宫颈鳞状上皮内病变相关。

从感染 HPV 到宫颈癌约有 5-10 年

目前已有的研究显示，HPV感染尤其是高危HPV亚型持续感染是宫颈癌前病变及宫颈癌发生发展的主要危险因素。但感染了HPV并不等于患了宫颈癌，大量研究表明，超过七成女性一生中至少有一次HPV病毒感染。HPV感染后，机体产生的免疫机制可清除HPV，故绝大多数生殖道HPV感染是一过性的且无临床症状；约90%的HPV感染在2年内消退。其消退时间主要由HPV型别决定，低危型HPV需要5-6个月，高危型HPV需要8-24个月；只有极少数HPV感染者发生临床可见的下生殖道尖锐湿疣、鳞状上皮内病变和癌等，从高危型的HPV的持续感染到一般的宫颈癌前病变最终

发展为宫颈癌大约需要5-10年的时间。

因此，对HPV进行分型检测，对于宫颈癌的早期诊断和HPV感染的转归情况十分重要。

HPV 感染的主要危险因素

- ◇多个性伴侣
- ◇过早的性生活（在15岁之前）
- ◇其性伴侣为HPV携带者
- ◇个体免疫状态
- ◇患有其他性传播疾病，如生殖器疱疹、艾滋病等
- ◇吸烟
- ◇母婴传播

如何有效预防宫颈癌？

- ◆注射HPV疫苗
- 目前市场上HPV疫苗共有三种，分别是二价、四价和九价疫苗。
- 二价疫苗：适合9-45岁女性，能预防导致宫颈癌的主要高风险亚型HPV 16和HPV 18，预防比例达70%。
- 四价疫苗：适合20-45岁女性，除了能预防HPV 16和HPV 18，还可以预防两种低危亚型HPV 6、HPV 11，尖锐湿疣主要由这两种亚型引发，预防比例达70%。
- 九价疫苗：适合16-26岁女性，在四价疫苗的基础上增加五种HPV亚型：31、33、45、52、58型。国际研究显示九价疫苗对于宫颈癌的预防高达90%，同时还可以预防尖锐湿疣。
- ◆定期宫颈癌筛查
- HPV疫苗能覆盖的HPV病毒亚型是有限的，所以HPV疫苗也不是百分之百能预防宫颈癌的发生，更不能取代宫颈癌筛查，打完疫苗之后，依旧需要进行定期的宫颈癌筛查。

■文 / 糖尿病基因检测实验室、妇产科

科室电话

- 急诊科 87020107
- 心血管内科 87023921
- 糖尿病一科、神经内一科 87023925
- 糖尿病二科、糖尿病-心血管病科 87022426
- 糖尿病三科、神经内二科 87023917
- 糖尿病-中西医结合科 87020527
- 糖尿病-脑血管病科 87023317
- 糖尿病-肾病科 87023317
- 糖尿病-足病科 87020527
- 糖尿病-微创外科 87022757
- 糖尿病检查中心 87881723
- 消化肿瘤科 87023890
- 呼吸内科 87023890
- 儿科 87027713
- 妇科 87023013
- 产科 87020967
- 骨科 87023760
- 普外科 87021063
- 神经外科 87021063
- 泌尿外科 87021063
- 心胸外科 87022757
- 口腔科 87023402
- 眼科 87023357
- 耳鼻喉科 87022363
- 皮肤科 87028015
- 医疗美容科 87887864
- 中医科 87022137
- 针灸科 87021697
- 按摩室 87020397
- 中西医结合科 87021072
- 放射科 87021612
- 同位素科 87022583
- 检验科 87022470
- 功能科 87021451
- 病理科 87022496

特殊类型糖尿病开启精准诊疗之门

大家对糖尿病并不陌生，但是了解“特殊类型糖尿病”的人却少之又少，其实“特殊类型糖尿病”距离我们并不遥远。

什么是特殊类型糖尿病？

特殊类型糖尿病是属于糖尿病分型的一大类，指的是除了1型糖尿病、2型糖尿病以及妊娠期糖尿病之外的，由于其他原因，所导致的糖尿病的统称。相对于其他3种类型糖尿病，特殊类型糖尿病种类繁多，发病复杂，每种临床特点都不相同。

这些疑似人群要当心！

特殊类型糖尿病的疑似人群，主要有：对于新诊断的糖尿病患者，尤其是发病年龄早、糖尿病家族史强、非肥胖体型、胰岛β功能减退迅速，均应进行特殊类型糖尿病筛查。

对于已经诊断为1型糖尿病但是糖尿病抗体阴性的患者，需要进行特殊类型糖尿病筛查。

对于已经诊断为2型糖尿病患者但是合并特殊临床表现，如伴有先天性或者儿童期起病的听力、视觉、认知障碍或者肾脏异常（多囊肾、单肾、非糖尿病性肾功能不全）、胰腺手术、胰腺发育不良、高甘油三酯血症、肢端肥大症等患者，需要进一步检查以明确糖尿病分型。

糖尿病“越治越重”？

排除特殊类型糖尿病是关键！

特殊类型糖尿病与1型糖尿病、2型糖尿病的发病机制完全不同，因此治疗方案也有很大差异。



■特殊类型糖尿病科医务人员为患者诊疗

之前，由于认识不足、检测手段受限，很多特殊类型糖尿病被错误地诊断为1型糖尿病或2型糖尿病，给予了不适当的药物治疗及干预措施，造成医疗资源浪费的同时也为患者带来了不必要的痛苦及并发症风险。对于特殊类型糖尿病来说，早期识别尤为重要，及早发现、诊断，才能及早进行针对性治疗。

■文 / 特殊类型糖尿病科 何金花

专业探讨

低血糖和低血糖反应大不同



心慌、手抖、浑身冷汗……患者出现这些症状不一定是“低血糖”，也可能是“低血糖反应”。

低血糖症是指多种原因引起的血糖浓度过低所致的综合征，一般以血浆葡萄糖浓度<2.8mmol/L或全血葡萄糖浓度<2.5mmol/L为标准（糖尿病患者的血糖浓度<3.9mmol/L）。

具体表现为交感神经兴奋症状，如饥饿感、软弱无力、面色苍白、头晕、心慌、

脉快、出冷汗、肢体颤抖等；或脑功能障碍症状，如惊悸、情绪激动、幻觉、狂躁、抽搐、嗜睡甚至昏迷死亡。

低血糖反应则是指可有低血糖症状，如心慌、手抖、大汗、饥饿感等，但监测血糖数值高于上述数值。

发生低血糖反应可能是由于血糖从较高水平快速的下降，机体因为难以适应这种血糖浓度的改变，出现类似于低血糖的症状。多见于血糖控制不佳的糖尿病人群，在调整降糖方案过程中，血糖降低过于迅速，导致一系列交感神经兴奋的症状。

若患者出现低血糖症，应牢记15原则：马上进食15克糖类食物，如3块硬糖/半杯橘子汁/可乐150毫升/3—4片葡萄糖片/脱脂奶250毫升；等待15分钟测血糖；如果血糖仍低于3.9mmol/L，继续给予15克糖类食物，如：4片苏打饼干/一片面包30克/一个小苹果120克/一个橙子160克/一小碗燕麦粥150克；对于低血糖昏迷的患者或者低血糖症状持续不改善的患者要立即送往医院就诊。

若患者出现低血糖反应则应重视控制临床降糖速度，适当进食饱腹的低糖食物也有助于缓解低血糖反应。

■文 / 糖尿病健康管理中心 邢玉微

家长小课堂

孩子性早熟会长不高

春天是孩子生长发育的黄金季，孩子性早熟对身高的影响，家长朋友一定要知道。

“性早熟”是与“性成熟”相呼应的一个概念。顾名思义，过早的性成熟，是指孩子在性发育年龄之前出现第二性特征。具体表现为：女孩8岁前出现乳房发育或者出现阴毛、月经初潮；男孩9岁前出现睾丸增大或者变声、胡须等。

随着人们生活水平的提高，儿童肥胖和性早熟的发病率越来越高。肥胖会引起血糖、血脂异常等代谢紊乱，还会引起性早熟。有些性早熟还有背后凶凶，尤其是男孩子性早熟，要排除肿瘤等疾病，一定要尽早明确诊断。

孩子进入青春期的标志是女孩乳房隆起、男孩睾丸增大。进入青春期，孩子会在短时间内快速长高，“蹿个儿”。孩子青春期发育进入了末期时，女孩月经初潮，男孩长胡子、变声、遗精，出现这些现象意味着孩子的身高至多再长5-8厘米，即将停止长高！性早熟的孩子，骨骺会提前闭合，生长潜力减小，最终身高往往达不到均值。

■文 / 儿科 赵允