

得了糖尿病 这项检查一定要做



在医院电生理检查室,经常会有内分泌科的患者咨询:“这是个什么检查?这个检查必须做吗?”对于糖尿病周围神经病变的相关问题,记者联系到了潍坊市中医院电生理室的李贵阳医生。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

糖尿病周围神经病变有哪些临床表现?

糖尿病人群中流传着这样一句话:“糖尿病不可怕,可怕的是并发症。”神经病变是糖尿病慢性并发症中发病率最高的一种。糖尿病的病程越长,神经病变发病率越高,不仅给患者带来了极大的肉体和精神痛苦,还严重影响到患者的寿命和生活质量,及早发现并治疗显得尤为关键。

周围神经分为运动神经和感觉神经。糖尿病的周围神经病变以感觉神经受累最为常见,早期症状主要从脚开始,慢慢出现疼痛和感觉异常,疼痛多为隐痛、刺痛、烧灼感,夜间尤甚,提示其神经损害主要以小纤维为主,而运动神经症状没有或不明显。

随着病情的发展,有大纤维受累时,可出现四肢的深感觉减退或缺失,表现为行走不稳、易跌倒等感觉性共济失调,四肢远端肌肉无力、萎缩。查体可发现袜套、手套式感觉减退或缺失,膝腱反射减弱或消失;患者对冷、热、触、扎等刺激不敏感,甚至发生心肌梗死时也感觉不到疼痛,极易被漏诊而延误救治;还有的患者表现为感觉过敏,甚至睡觉时对被子的压力都会觉得疼痛难忍。

糖尿病周围神经病变往往具有双侧对称、下肢较上肢重、远端较近端重、夜间比白天重等特点。

肌电图检查有什么作用?

近年来,随着神经电生理应用的普及,肌电图检查给糖尿病周围神经病变的患者带来了福音。肌电图检查可在患者无明显症状时,较早发现有无糖尿病周围神经损害,评估糖尿病周围神经病变严重程度,让医生能及早对疾病作出诊断,从而进行相应的治疗,判断经治疗后糖尿病周围神经病变的恢复情况。

那么,糖尿病周围神经病变患者应多久做一次肌电图检查?血糖控制平稳的情况下,建议一年做一次肌电图检查;假如近期血糖控制不佳,甚至出现肢体疼痛和感觉异常时,建议一年做两次肌电图检查。

手脚不麻,可以不做肌电图检查吗?

糖尿病患者早期可能没有手麻、脚麻等典型的神经损害症状,但是可能已经悄无声息地发生了周围神经损害,一旦出现了症状,或许为时已晚,漏诊风险较高。若不能给予患者及时有效的治疗,则会导致病情加重,因此一旦诊断糖尿病,就要关注有无周围神经病变。

肌电图检查是目前临床上检查糖尿病周围神经病变的常用手段,通过电刺激,能够有效检查周围神经传导功能,了解其功能状态,同时可追踪治疗效果,在临床诊断工作中应用较为广泛。因此,早发现、早治疗对糖尿病周围神经病变的患者具有重要意义。

建议糖尿病患者至少一年做一次肌电图检查,及早发现、及早治疗。同时,控制好血糖,重视足部护理,健康的生活方式有助于降低糖尿病神经病变的发生风险,延缓危险因素发展的进程,也是糖尿病神经病变的一级预防策略。



牙疼真要命 中医止痛法来了

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

经历过牙疼的人,才能体会什么是“牙疼不是病,疼起来真要命”。中医止痛法有哪些?来听听山东第二医科大学附属医院的专家怎么说。

中医认为,手阳明大肠经走行于下牙龈,足阳明胃经走行于上牙龈,所以牙龈疼痛多与胃肠积热上火有关,原因有:体质壮实的人,身体阳气偏盛,或性急易怒而上火,过食生冷,会郁遏胃中阳气,阳气郁而化火,循经上攻,就会导致牙痛;喜食辛辣刺激或煎炒炙炮之品,易生胃肠积热;长期过服温补之品,会逐渐造成体内阴阳失衡,也会产生胃肠积热。

治疗牙痛,可选择针灸按摩,按揉或针刺穴位止痛,常选择合谷穴、颊车穴、下关穴,以达到酸麻胀痛感为度。也可以选择药物治疗,用中成药进行清热止痛,如清胃黄连丸、牛黄上清丸、栀子金花丸、牛黄解毒丸、黄连上清丸等。此外,还可选择中药代茶饮,平素易反复发作胃火牙疼的,可以用三花茶:金银花3克、菊花3克、茉莉花3克代茶饮。牙痛发作时可用龙胆草3克、细辛3克、白芷6克煎汤漱口或龙掌口含液漱口。

需要注意的是,日常要保持口腔清洁,若有牙齿不适,可先去牙科诊治,再配合中医调理,以达到根治牙疼的目的。

出现这种“清水涕”别不当回事

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 韩星波

日常生活中,流鼻涕是一种常见的症状,但有一种“鼻涕”却需要引起人们的高度重视。患者张先生流了5个月“清水涕”,一直当作“鼻炎”治疗,但病情并未缓解,反而出现了间歇性头痛。后来,他到潍坊市人民医院耳鼻喉科就诊,经过一系列检查,发现这所谓的“清水涕”竟然是脑脊液。那么,如何初步分辨脑脊液鼻漏与真正的流鼻涕呢?

潍坊市人民医院耳鼻喉科的徐晓晨和朱慧涛表示,脑脊液鼻漏与真正的流鼻涕有很大不同。脑脊液鼻漏主要表现为鼻腔间断或持续流出清亮、水样液体,但没有鼻涕的黏性,干燥后不结痂,被其浸湿的纸巾干后不变硬,在低头、屏气、捏鼻及咳嗽等情况下,流量会增加。另外,可以自行用血糖仪检测鼻腔溢出液的含糖量(要注意患者无糖尿病且液体不含血液)。以上方法均可帮助患者进行初步分辨,如果出现上述症状,要及时到医院就诊。



@爱美人士 化妆不当会引发干眼症

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

对于女性来说,化妆是一种展现美丽和自信的方式。许多女性外出前都会化妆,特别是眼妆,涂睫毛膏、画眼线、上眼影……可以使眼睛看起来更大、更好看。然而,很多时候,这些化妆品对眼表有潜在威胁。高新区人民医院眼科主任栾静静在临床上遇到过不少化妆不当引发干眼症的病例。她提醒爱美的女性,不当的化妆方式可能会导致眼表各种炎症、睑板腺功能障碍及泪膜不稳定等,进而引发干眼症。

为什么化妆不当会引发干眼症?栾静静表示,睑板腺堵塞是干眼症的典型体征。如果卸妆不彻底,残留的眼影粉、眼线液、防晒霜等化学物质,可能会堵塞睑板腺出口。长此以往,会引发睑板腺功能障碍,从而导致干眼症。如果卸妆不够干净,残留的化妆品和异物会使眼睛成为螨虫的“温床”,同样会出现眼睛痒、异物感等症状。化妆品中含有化学成分,如果不慎进入眼睛或者间接接触眼球,会造成眼睛感染发炎。

栾静静提醒,化妆要适度,要选用优质、安全的化妆品,眼线尽量画在睫毛根部和外部,不追求一定画在睫毛内侧的睑缘上。用眼线笔时注意卫生,可先削掉最外层;要避免化妆品掉落眼内,如发生掉落要及时清洗;卸妆也要彻底,特别是在化眼部浓妆时,要避免化妆品残留。此外,纹眼线、长时间戴美瞳等也可能造成干眼症。

