如何及时发现糖尿病

不少人按照“三多一少”（即多饮、多食、多尿和体重减轻）判断自己是否得了糖尿病，然而，对于占糖尿病90%以上的二型糖尿病病人来说，如果不是日尿糖量超过20克的话，一般不会出现“三多一少”症状，因为其病理变化为胰岛素抵抗伴有胰岛素相对不足，而非胰岛素绝对缺乏，病人体型多肥胖，可长期无任何明显不适，或仅仅感觉轻度乏力、出现视物模糊、伤口久治不愈等非典型症状等。很多患者因为不知道自己已是糖尿病，身体便会不知不觉地发生慢性并发症，如视网膜病变、糖尿病足等。所以，以“三多一少”症状判断有无糖尿病是对糖尿病认识的一个典型误区。

糖尿病的早期症状

如果有以下症状中的两种以上，很可能是糖尿病的早期表现，需尽快去医院抽血检查：

1.经常疲倦、乏力、虚弱或头晕；

2.经常有心慌、手抖、出冷汗等低血糖反应或常有空腹感；

3.皮肤干燥瘙痒，用止痒药无明显好转者，尤其是女性外阴瘙痒经抗炎、抗真菌治疗无效者；

4.皮肤感觉异常，四肢麻木、感觉迟钝，有蚁爬感、套状感觉异常以及烧灼痛、针刺痛等；

5.皮肤易患化脓性囊肿、痈、疖、疮等且不易治愈以及久治不愈的伤口感染或手术伤口不易愈合者；

6.近期视力迅速下降或有雾状感以及白内障进展迅速者。

糖尿病的诊断和治疗

可以通过相对价廉的血糖测试仪进行早期诊断。

糖尿病的治疗涉及饮食和身体活动以及降低血糖和其他损害血管的已知危险因素水平。戒烟对避免并发症也具有重要意义。既节省费用又具可行性的干预措施包括：

1.控制血糖，尤其是针对一型糖尿病患者。一型糖尿病患者需要注射胰岛素；二型糖尿病患者可采用口服药物治疗，但也可能需要胰岛素治疗；

2.血压控制；

3.足部护理；

4.视网膜病的筛查和治疗；

5.血脂控制（调节胆固醇水平）；

6.筛查与糖尿病有关的肾脏疾病的早期征兆并治疗。

（更多健康知识请关注漯河健康教育公众微信号）

市健康教育所

疾病预防

健康科普知识

主办：漯河市疾病预防控制中心 漯河市健康教育所

请慎用自购的医疗器械

医疗器械是指直接或者间接用于人体的仪器、设备、器具、体外诊断试剂及校准物、材料及其他类似或者相关的物品，包括所需要的计算机软件，其主要目的是用于疾病的诊断、预防、监护、治疗或缓解；损伤的治疗、缓解、功能补偿；生命的支持或者维持等。根据医疗器械产品结构和预期用途，我国对医疗器械按照风险等级实施不同方式的管理，对高风险的医疗器械实施注册许可，对低风险的医疗器械实施上市备案管理。

基于医疗器械的预期用途，绝大部分医疗器械在医疗机构内由具有资质且经培训合格的医护人员使用。依据《医疗器械说明书和标签管理规定》第十条，由消费者个人自行使用的医疗器械，其说明书应当具有安全使用的特别说明。

近日，有消费者反映，其自行购买在家中使用减脂仪、光疗仪等医疗器械存在使用效果不理想，甚至造成身体损伤等问题。

国家药品监督管理局提醒广大消费者，在购买使用可由个人使用的医疗器械前，请向医护人员咨询并仔细阅读产品说明书，遵照医嘱和产品说明书使用医疗器械。此外，购买时还要注意察看医疗器械产品是否具备医疗器械产品注册证或备案凭证、生产经营者是否具有合法资质、售后服务是否有保障等，并索取购物发票。有关产品注册许可或者备案信息以及医疗器械生产经营者信息，可在国家药品监督管理局官方网站（www.nmpa.gov.cn）相关栏目上查询。发现违法违规行为，可及时向所在地药品监管部门（市场监管部门）举报，也可拨打12331投诉举报。 袁 峥

漯河市食品药品监督管理局

药监在线

食品药品监管服务热线：12331

老年人需谨慎合理服用这10种药（一）

一项对某社区老年人用药的调查显示，51.33%的老年人每天服药，其中18.74%的老年人每天同时服用3种药物，2.52%的老年人同时服用6种药物。老年人由于各系统功能降低，导致机体对药物的吸收、分布、代谢和排泄等功能减弱，加之老年人多种疾病共存，用药种类较多，势必增加发生药物不良反应的风险。世界卫生组织（WHO）统计显示：全球有1/7的老年人不是死于自然衰老或疾病，而是死于不合理用药。下面列出10种常用且风险较高的药物，请老人谨慎合理服用。

1.布洛芬

解热镇痛，但有肝损害风险，忌剂量超标

有的老人按照说明书剂量服用布洛芬后发现并未见效，就自己再多吃一点，实际上由于老年人体内代谢较慢，一般服用剂量应为正常剂量的一半，超量服用很有可能会导致肝脏的损害。

布洛芬还有消化道出血或溃疡的不良反应，主要表现为恶心、呕吐、胃痛、便血等。如果老年患者本身就有胃肠道疾病，则更应该引起注意。饭后服用布洛芬，能够较好地规避此种风险。

此外，很多老年人习惯把布洛芬等同于止痛药物，一疼痛就吃，但布洛芬只能对症治疗，也就是缓解症状，没有办法去除病根，极易掩盖病情。老年人想要确诊病情，还是要及时咨询医生。

2.胰岛素

控血糖，切忌自行加量，警惕低血糖

很多老年人早上醒来测量血糖，发现空腹血糖较高，便误以为是前一天胰岛素注射的剂量不够，于是擅自增大注射剂量。出现这种情况，除了降糖药物使用剂量不足外，还有可能是因为患者夜间血糖过低，体内的胰升糖素等对胰岛素有拮抗作用的激素分泌增多，但患者体内又不能相应地增加胰岛素分泌量，从而使血糖逐渐升高而导致清晨空腹高血糖，擅自加大胰岛素剂量更危险。

对于老年人来说，低血糖存在致命的危险，由于这种情况大多发生在夜间，老年糖尿病患者应在专业医生的指导下去严格调节剂量，避免低血糖发生。

3.安定（地西泮）

镇静催眠，易有依赖性，半夜起夜要小心

地西泮也被称作“安定”，有镇静、催眠的作用，是二类精神药品。

有的老人半夜起夜时药效还存在，因而会有头晕表现，在这种状态下老人容易摔倒，甚至导致骨折，因而靠催眠药治失眠的老人，起床时要特别小心。

另外，这个药物还会让人有一定依赖性，一是身体的依赖，如有的人以前只需要吃一片，现在要五片才能起作用；二是精神上的依赖，有时候自己能睡着了也要服用。

为了让催眠药起到最好的疗效，最好是在睡前半小时服用。不要在马上要睡下时才想起来服用。吃完药后还应该适当多喝点水，走动走动，这样能让药物直接进入胃里被吸收，而不是停留在食道。此外，长期服用此药时不能突然停止使用，而是要逐渐减量，换药时也应该听从医嘱。 《健康时报》

行业快讯

市微创外科学术会召开

本报讯（记者 刘彩霞）12月8日，市医学会微创外科专业分会2018年年会暨市第八次微创外科学术会议在市第六人民医院学术报告厅召开，我市各医院相关专业同行300多人进行学术交流。

会上，来自解放军总医院、武汉大学中南医院、郑州大学第一附属医院、河南省人民医院等省内外医院的七名微创外科专家依次做了专题演讲，各位专家均以微创外科高新科技前沿为主题，涉及普外、胸外、妇科、泌尿四大专业，内容丰富、精彩纷呈。

据了解，市医学会微创外科专业分会于2011年成立，目前委员已发展到63名，涵盖普外微创、胸外微创、妇科微创、泌尿微创及骨科微创五大专业，各专业组均有市级学科带头人领航，成为市医学会最大的专业分会，得到了省医学会的充分肯定。

市六院连续多次组织召开漯河市医学会微创外科专业分会微创外科学术会议，积累了丰富的办会经验，邀请专家做专题讲座共50多人次，通过开展学术交流、学术研讨等活动，提高了水平，增强了协作，促进了我市微创外科事业的发展。

七个症状帮你识别小中风

小中风是中风的一个极为重要的先兆。调查研究表明，患过小中风的人群中得大中风的可能性，要比未患过小中风的人高16倍。小中风一经出现，便预示有发生脑梗塞的可能，初次发作小中风进展为中风的几率将明显增加，但由于小中风的症状轻微，往往导致许多人出现疑似症状时不以为然，错过了最佳治疗时机。下面我们来看看小中风的7个症状。

1.哈欠连绵。近年研究发现，当脑动脉硬化逐渐加重，管腔越来越窄，脑缺血、脑乏氧加重，特别是呼吸中枢缺氧时，会引起哈欠反射。多在缺血性中风发作前5～10天内，频频打哈欠者可达80%左右，这都是小中风的重要的报警信号。

2.口吃流涎。突然出现口眼歪斜，说话不利索、流口水。

3.出现黑蒙。突然眼前发黑、看不见东西，数秒钟或数分钟即恢复。出现黑蒙，意味着视网膜有短暂性缺血，可能是由于颅内血流动力学改变或微小血栓经过视网膜动脉而引起的。

4.视物模糊。可能是黑蒙的发展，表现为短暂性视力障碍或视野缺损，多在一小时内自行恢复。

5.偏侧麻瘫。突然出现一侧肢体无力，严格说来，这已是最轻型中风，已出现了短暂性的偏瘫，尽管持续时间短暂，仍应把它看做是进展性脑卒中和完全性卒中的先兆。

6.突然晕倒。突然出现原因不明的跌跤或晕倒，但迅速清醒。

7.短暂性出“状况”。短暂的遗忘症，个性的突然改变，短暂的判断或智力障碍；近期内出现记忆障碍，尤其是近期记忆；原因不明的智力减退，注意力不集中，工作效率下降，常无缘无故地“出差错”等。 《健康时报》

首届沙澧乳腺论坛举办

12月8日，2018年乳腺疾病诊疗规范暨第一届漯河沙澧乳腺论坛在市妇幼保健院（市三院）会议室举办。会议邀请了郑州大学第一附属医院乳腺外科主任吕鹏威、河南省人民医院乳腺外科梁栋博士、河南省人民医院乳腺外科于洋教授参会授课。

会上，吕鹏威详细讲解了包括哺乳期、非哺乳期乳腺炎的发病原因、诊断及治疗方案；梁栋博士从乳腺肿物微创旋切的适应症、操作技巧、并发症的处理及沟通谈话的方式进行了详细讲解；于洋教授讲述了前哨淋巴结活检的方式及其意义等。随后，三位专家对10名乳腺患者进行了详细诊断，并提出了治疗建议，得到患者好评。 梁 煜

孩子意外受伤 家长应这样处理

孩子成长过程中难免磕磕碰碰，当这些小意外来临之时，你真的能正确处理吗？今天教您掌握一些小常识，当一位靠谱的好家长。

孩子磕肿了可以揉吗

不可以。

孩子的组织比较娇嫩，磕破本身就是一次损伤，在这种情况下揉的力量掌握不好会加重损伤，可能造成出血的增加或部分神经的损伤。尤其是头皮，孩子的头皮和颅骨粘连是非常松弛的，揉小儿头部肿块易造成大量出血甚至休克。专家建议在孩子刚发生摔伤时可轻轻按压两分钟左右，达到止血的作用。

抹香油能消肿吗

不可以。

如果皮肤破溃了，抹香油会加重感染的机会，并且给医生的清创工作造成很大的麻烦，不利于伤口愈合，所以伤口上一定不要乱抹东西。

儿童伤口直接冰敷能消肿吗

不适合。

儿童皮肤娇嫩，直接冰敷可能会造成冻伤。专家建议在做物理降温时选择冷敷或一定要裹上毛巾去敷。

孩子磕破了用哪种消毒药水

碘伏。

儿童清创应选用不含酒精成分的碘伏。碘酒、安尔碘、碘酊中都含有酒精，会刺激儿童的皮肤，造成孩子疼痛感受的加剧。

儿童小伤口应急处理知识点

1.开放性的挫伤如果没有大量出血不需要压迫。用碘伏消毒后暴露或简单地用创可贴覆盖即可。

2.毛巾或纸巾直接压在孩子的伤口上会造成伤口的二次污染。血是黏稠的，出血后粘稠的血浆与伤口上不卫生的覆盖物接触会增大伤口感染的机会，所以在压迫止血时建议选用纱布。

3.儿童禁止使用弹性绷带包扎伤口。弹性绷带包扎的力量很难掌握，缠太松起不到作用，缠太紧容易造成儿童肢体缺血甚至坏死。 姚红新

12月10日下午，市医学会输血专业分会、市临床输血质量控制中心在漯河医专二附院（市第五人民医院、市骨科医院）召开临床输血质量与安全研讨会。 刘宝霞 卢 阎 摄

漯河市住房和城乡建设委员会公告

漯河市住房和城乡建设委员会根据《房地产开发企业资质管理规定》（建设部第77号令）、《河南省城市房地产开发经营管理条例》及河南省住房和城乡建设厅有关文件要求，对我市以下新成立房地产开发企业进行了严格审核，现将审批结果公告如下：

序号	证书编号	公司名称	法定代表人	注册资本	资质等级
1	411105025	漯河市和众置业有限公司	吴生强	3000万元	暂定
2	411105035	漯河华林置业有限责任公司	刘少杰	1000万元	暂定

对以下房地产开发企业进行了部分登记事项变更及资质延续，对其核发了新的资质证书，现予以公告：

序号	证书编号	公司名称	法定代表人	注册资本	资质等级	变更事项
1	411102734	漯河天冠置业有限公司	王亚锋	6000万元	暂定	变更营业执照号、注册资金、股东、延续资质

2018年12月12日

注销公告

漯河市轩朗汽车销售有限公司经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组由安美英、李杰、王丹丹组成，请债权人于2018年12月12日（公司发布公告之日）起45日内向本公司清算组申报债权。

联系电话：13939551009

漯河市轩朗汽车销售有限公司

2018年12月12日

减资公告

漯河市德顺建筑劳务分包有限公司经公司决定，拟向公司登记机关申请减少注册资本，由600万元减少为160万元，请债权人于2018年12月12日（公司发布公告之日）起45日内向本公司提出清偿债务或提供相应的担保请求。

联系电话：13839552992

漯河市德顺建筑劳务分包有限公司

2018年12月12日

减资公告

漯河市汇粮粮油进出口贸易有限公司经股东会决议，拟向公司登记机关申请减少注册资本，由1000万元减少为51万元，请债权人于2018年12月12日（公司发布公告之日）起45日内向本公司提出清偿债务或提供相应的担保请求。

联系电话：17603957209

漯河市汇粮粮油进出口贸易有限公司

2018年12月12日

公告 漯不动产登公（2018）第922期

根据房屋产权人的申请，下列房屋权属证书遗失，现声明挂失。有异议者请自公告发布之日起15个工作日内将书面材料送达我中心，逾期我中心将根据申请人申请，注销原证，补发不动产权证。

权利人	房屋坐落	证号	面积（m²）
朱丽娜	海河小区13号楼	漯河市房权证源汇区字第0000012644号	103.03

漯河市不动产登记中心 2018年12月12日

公告 漯不动产登公（2018）第924期

根据房屋产权人的申请，下列房屋权属证书遗失，现声明挂失。有异议者请自公告发布之日起15个工作日内将书面材料送达我中心，逾期我中心将根据申请人申请，注销原证，补发不动产权证。

权利人	房屋坐落	证号	面积（m²）
张虹林	文化路	20080017362	56.47

漯河市不动产登记中心 2018年12月12日

公告 漯不动产登公（2018）第921期

根据房屋产权人白俊凯的申请，登记在漯河电力物资供应站名下的土地分割转让预登记证遗失，宗地坐落：漯河市电力物资供应站1号家属楼202室，用途：城镇住宅用地，类型：划拨，面积：26.42平方米。我中心已初步审查，现予以公告，有异议者请自公告发布之日起15个工作日内持书面材料到我中心提出申请，逾期没有提出异议的，我中心将注销原证书，并办理补发手续。

漯河市不动产登记中心 2018年12月12日