

疲劳嗜睡可能是低血糖

联合国糖尿病日,专家提醒糖尿病患者尤其要注意饮食规律

本报记者 何丽娜 本报通讯员 于伟

昨天是“联合国糖尿病日”,浙江省中医院举行了相关健康讲座与咨询。

“医生,我血糖有点偏高,能吃糖炒栗子吗?”“得了糖尿病以后是不是什么水果都不能吃?”……关于糖尿病,现场大众所抛出的问题90%都与吃相关。

省中医院内分泌科主任倪海祥告诉钱江晚报记者:“一日三餐不好好吃,饮食不规律,对于糖尿病患者来说危害更大,甚至可能危及生命。”

42岁的沈先生从事销售工作,双十一对

他来说比过年还重要的大日子,差不多从2个月前便开始为此忙碌起来。他白天在单位马不停蹄,晚上下班回家继续抱着电脑奋战到深夜,凌晨一两点钟才睡是“家常便饭”,经常错过饭点,想着已经饿过头就不吃算了,随之吃药也是有一搭没一搭。

试问有哪个人的身体吃得消这样折腾呢?很快,沈先生就发生了“意外”。那天晚上,他下班回家没吃饭就继续工作,坐在电脑前感到人很疲劳,上下眼皮直打架,不知不觉间他便趴在桌子上睡着了。而等到2个多小时后醒来,沈先生感觉疲劳感丝毫未减反倒加重,一身的冷汗把衣服浸得湿透,同时还伴有心慌、心跳加速、头晕等症状。沈先生吓得只好把熟睡的妻子叫醒,连夜赶去急诊。

听倪主任说,类似的惊心动魄最近2个月来沈先生经历了4次,可他依然没当回事,认为只是忙得太累了而已,熬过这一阵就会好的。

事实上,沈先生的疲劳后嗜睡是由低血糖所致,这对健康人群来说可能没什么,只要及时补充能量就会好转,但对于糖尿病人而言,很可能一睡之后便再也醒不过来。而如果类似的险情反复上演,可能会影响认知功能,容易出现糖尿病并发症,诱发中风等。

倪主任说:“低血糖的问题在年轻糖尿病患者中比较多见,最近一个月我就碰到了四五个。这些人往往有比较重的工作压力,一忙起来就忘了吃饭,漏吃药或是之后加服,加班熬夜等,都属于危险行为。”



浙江名医馆
你的私人
名医会所



微信扫一扫
微信公众账号
浙江名医馆
或搜号码
zjmyg1

十分钟视力“返老还童” 告别白内障、老花和散光

约根森博士公布1万例三焦点晶体手术患者调查报告

现在,中老年人的生活精彩丰富:写字作画、旅游开车、玩摄影、刷微信……享受这些活动的乐趣,都需要有清晰的视力。

而在我国,人到中年,超过80%可能都有了老花眼。手机字体越调越大,光线稍暗就看不清药品说明书上的小字,随身带两副眼镜,常用得头晕。

视力如何才能“逆袭”?

过去的三个月,杭州53岁的岑女士和姐姐先后做了三焦点晶体手术。术后24小时,就恢复了多焦点视力,远、中、近。“手术只花了十分钟,一结束我立马把老花镜扔了!”

主刀医生是来自德国的眼科专家、德视佳眼科集团创始人约根森博士。他在全球创建并拥有26家眼科诊所、本人手术量突破10万例,是多项眼科手术标准的制定者之一。

姐妹花接受的三焦点晶体手术,也是约根森博士引入中国的。“三焦点晶体手术,能一次性解决近视、老花及白内障等所有眼部晶体的问题。”

约根森博士成功在中国主刀了首例老花眼三焦点晶体手术。目前,德视佳在全球范围内实施的三焦点晶体手术量是全中国总量的10倍。

姐妹俩老花,看不清菜单很尴尬

多年来,岑女士备受老花困扰,独自到餐厅用餐,菜单上的字模糊不清,一种“心未老眼先老”的感觉油然而生。刷微信,字体太小了看不清,想找随身携带的老花镜,又不知掉在哪里。

尴尬的场景一次次上演,岑女士慕名找到了约根森博士。

作为从医近30年也是第一批把激光治疗近视手术带入德国的医生之一,约根森博士建议她做三焦点晶体手术,并为她在德国定制了专门的三焦点晶体。

这个晶体,能将远、中、近的物体光源全部聚焦,并自由而迅速的转换。

得知要在眼睛上动刀子,岑女士有些担心。

约根森博士解释,手术不用刀、不见血、不缝线,而是用飞秒激光在眼球上做个2mm的微小切口,植入高质量三焦点晶体。有了飞秒激光的辅助,最大程度避免了对角膜的破坏,一只眼手术全程只需十分钟。

因为每个人的眼睛都是独一无二的,他还会借助先进的电脑程序和360度全方位3D成像技术,根据患者眼球的特点,把每一个切口的大小、形状和位置,都精准地设计好。

“十分钟,根本没有开刀的感觉,双眼也没有任何不适感,唯一的变化,就是眼前的一切,清晰地感觉回到了年轻的时候。”岑女士讲述了手术感受。

现在的她,无论是看手机还是看报纸,都毫无压力,再也不用调大字号、打开大灯了。

见到妹妹自信又美丽,全程陪伴她检查、手术的姐姐,很快也预约了手术。

钱报记者采访时,在上海德视佳眼科见到了王馥荔、兰玉、张歆艺和约根森博士的合影,还有术后患者一张张可爱和兴奋的笑脸。

约根森博士笑着说:“热爱生活,怎么能老花呢?”

跟踪万余患者,满意率超97%

作为一种生理现象,老花是人步入中年之后必然出现的视觉问题,大多发生在45岁以后。由于晶体弹性下降,逐渐老化,眼球的调节能力随之减弱,近距离视物逐渐变得困难。

如果原本就有远视、不良用眼习惯或全身健康问题,老花会来得更早、程度更重。

解决老花,三焦点晶体手术是国际目前顶尖的眼科新技术之一。蔡司是全球光学行业的领军企业,拥有杰出的三焦点人工晶体,主要用于治疗老花眼。约根森博士连续两年蝉联“全球蔡司三焦点人工晶体植入手术最多的眼科医生”。

在去年德国眼科年会上,他公布了一份分析数据——基于欧洲超过1万例已植入三焦点人工晶体的患者跟踪报告。

自蔡司的三焦点人工晶体于6年前在欧洲上市以来,德视佳眼科实施了最多数量的三焦点人工晶体植入术,这也是首份三焦点人工晶体的术后研究报告。

报告显示,超过97%患者的术后视力,和以前戴着眼镜相比一样甚至更好。植入三焦点晶体,恢复也快,调查显示,大于15%的患者在第二天就恢复正常生活,40%以上的患者在两三天之后恢复,另有40%以上是在一周之后。

手术解决了患者阅读、开车、用电脑工作、看风景等近、中、远视力的多种需求。对1万例患者进行调查,平均满意度超过97%。

年轻不近视,老花来得会早一点吗

从医30年,约根森博士解决了10万例患者的眼睛问题。

现在,他每个月都会来中国,每次都要为上百位预约手术的患者亲自主刀。他说,自己充分感受到中国患者对国际最新眼科技术和服务的期待与热情。

仅用四年,德视佳眼科先后开出上海、北京、广州、深圳四家诊所。

如今,约根森说得最多的中文词汇是“老花”和“近



蔡司授予德视佳荣誉

视”。而面对这位知名国际眼科专家,中国患者最常提的是下面几个问题。

●年轻不近视,老花来得会早一点吗?

约根森博士:虽然现在大多人有近视,但一些没有近视甚至还有远视的人,因为晶体调节功能的原因,让他们老花眼来得比不近视的人反而早。

●人人都可以做三焦点晶体手术吗?

约根森博士:并非所有人都合适,如果眼底问题严重,就不能手术了。术前必须全面检查,如果大家想享用高科技手术,平时多爱惜身体和眼睛。

●三焦点晶体的“服役”时间有多长?

约根森博士:三焦人工晶体被誉为人工晶体中的“LV”,由全球光学和广电行业的领军企业——德国蔡司出品,使用时间可达百年。正因技术独特以及晶体的高科技含量,手术费用7万余元起。

每年,约根森博士应钱报记者邀请,会到杭州来做专题讲座。他有什么护眼方法,亲友因为近视、老花眼来求助,他又会给出了什么意见?

这些答案,你不妨周六亲自来听。再和你透露下,约根森博士的特殊患者里,还有他庞大的家族成员哦,今年初,他还为自己86岁的岳母做了白内障手术。

约根森博士带来的“告别老花”的讲座,在本周六下午2点举行,需要事先报名。

现场有术后病人分享,以及丰富礼物:

1、价值1000元的检查抵用券,并现场抽出5位幸运观众获得2000元的免费检查券。

2、价值200元的药枕。药枕有稳定血压、镇静安神的作用,方子专门请浙江省中医药研究院(省立同德医院)李亚平配的。

3、现场还有神秘大礼送给观众。

报名方式:因为名额有限,想来听讲座的朋友,可拨打钱报健康中心电话0571-85312082或扫本版二维码关注微信“浙江名医馆”,发送“老花”报名。

郑琪 金薇薇