

体重、血压与糖尿病关系很密切

糖尿病和高血压、肥胖，都是伴随经济发展、生活水平改善而出现的“富贵病”，不健康的生活方式是导致糖尿病、高血压和肥胖的直接原因。由于吃得“太多”，吃得“太好”，饮食结构中脂肪与蛋白质摄入量过多，蔬菜、水果的摄入量相对减少，加上缺乏科学合理的运动锻炼，能量消耗相对减少，导致很多人同时患上了糖尿病、高血压和肥胖。有资料显示，糖尿病患者患高血压为非糖尿病人群的 1.5~2.5 倍，30%~50%的糖尿病患者确诊时已经出现了高血压。



糖尿病合并高血压，危害很大

糖尿病患者高血压的发病时间会比非糖尿病患者早 10 年左右，而发病率也远比非糖尿病患者要高得多。伴有高血压的糖尿病患者，其死亡率也会增加。由于糖代谢紊乱，加速了动脉血管硬化，使外周阻力增加，从而导致血压升高。所以糖尿病

患者更容易患上高血压。如果糖尿病患者高血压没有得到很好控制，极易导致其他疾病的发生，如冠心病、高血压性心脏病、周围动脉硬化及坏疽，随时威胁着患者的生命。相对于一般糖尿病患者，合并高血压的患者发生眼底、肾脏、神经系统并发症的几率更大。高血压、高血糖会

给患者的眼睛带来双重冲击，使眼部病变更加严重。糖尿病合并肾病的患者往往同时存在糖尿病眼底病变与高血压动脉硬化的眼底病变。高血压还会加速糖尿病患者肾脏的损坏，而肾脏的损坏又会引起血压进一步升高，造成恶性循环。所以，糖尿病合并高血压的危害远远要大于单纯的高血压或单纯的糖尿病。糖尿病合并高血压的危害很大，可以说是致命的。二者互相作用，形成恶性循环，造成患者糖尿病病情以及高血压病情的双重加剧。因此，糖尿病合并高血糖的患者，要做到血糖、血压双重控制。只有降糖、降压同时进行才能防止病情进一步恶化。

肥胖、高血压及糖尿病，关系密切

肥胖、高血压及糖尿病，三者即使只发其一，也会引起其他二者的变化。肥胖、高血压及糖尿病最早因病因不明被称为 X 综合征。随着医学的发展，科技的进步，经查明其病因后将之与血脂异常一并称为代谢综合征。也就是说，假使一名患者肥胖发展到一定程度，即可能发生血脂高的症状，而血脂又是胰岛素抵抗发生的催化剂，进而可能进一步发展成糖尿病。此外，血糖、血脂高都会影响血管，最后造成高血压。因此，肥胖、高血压、糖尿病三者可以相互重叠，亦可单独存在，其在患者身上出现的先后顺序也不甚明了。

治疗高血压、糖尿病时，注意体重

在控制血压的各种手段中，减

肥是十分重要的一环。肥胖是有很多原因的，如单纯性肥胖或器质性肥胖、帕金森综合征、肾上腺皮质功能亢进，或者是药源性体质功能亢进引起的肥胖等。而肥胖的危害显然就更多了。所谓“一胖得百病”，尤其是腹型肥胖，更是各类肥胖中的“头号犯罪嫌疑人”。肥胖患者往往患有糖尿病、高血脂、心脑血管疾病等，而得胆囊疾病、脂肪肝的可能性也大大增加。尤其需要注意的是，肥胖人群患高血压的风险亦是正常人的 2~3 倍。这是因为肥胖者的血管内容易有脂肪堆积，而血管外也被脂肪包围压迫着，导致血流阻力变大，血管较不畅通，血管壁弹性变差，终于引起高血压。此外，肥胖者还承受着来自社会各方面的压力，胖人往往会因体型原因而在社会中受到排斥，从小就发胖的孩子很容易产生自卑感。可见肥胖已成为威胁人们健康的重大难题，若再与高血压带来的种种并发症“狼狈为奸”，则给人们带来的困扰会越来越严重。而已经有高血压的肥胖者只要体重减轻 5 公斤，则血压(收缩压)通常可以降低 20~30mmHg 左右。此外，不仅仅是高血压，糖尿病、高血脂这些疾病，其治疗方法上对患者体重都是有一定要求的。正由于这些错综复杂且相辅相成的关系，已有高血压的肥胖者，除了吃降血压药物外，不要忘了同时要减肥。

(新晚)

长期频发烧心反流 小心食管腺癌逼近

最近，一项全面回顾 1999 年以来有关食管腺癌与胃食管反流病症状相互关系的研究发现，每周发生一次烧心反流症状的“反流病”患者，发展为食管腺癌的危险是每周症状发生少于一次或无症状人群的 5 倍。

“反流病”即“胃食管反流病”，是指胃或十二指肠内容物反流到食管引起的食管黏膜的损坏或不适。包括烧心感、泛酸、反流、咽喉疼痛等种种不适。长期的烧心反流症状预示着食管黏膜不断受到来自反流的胃内容物的刺激和破坏，可以造成各种胃食管反流病的并发症，包括溃疡、狭窄、出血、巴雷特食管和食管腺癌。食管癌发生的主要危险因素包括胃食管反流病

的症状、腹部肥胖和吸烟。此外，食管腺癌的发病率在不同种族的分布不一致，一般在白种男性中的发病率较高。因此，国外许多的亚专科的临床指南中都推荐加强对有胃食管反流病的患者进行内镜筛查以减少食管腺癌的死亡率。

根据来自不同地区和作者的报道，反流症状持续时间达 20 年，发展为食管腺癌的危险比没有症状的人群要增加 2.26~16.4 倍。业已确定，烧心反流症状的长时间持续容易发展为巴雷特食管，而后者是公认的食管腺癌的癌前期病变。巴雷特食管一般要经历肠上皮化生到轻度不典型增生、中度不典型增生和高度不典型增生到食管腺癌的演变过程。巴雷特食管在不同

胃食管反流病的持续时间的患者中有不同的发病率，在有“反流病”症状不足 1 年，1~5 年，5~10 年和超过 10 年患者中的巴雷特食管，在内镜检查中的检出率分别为 5%、12%、17%和 21%。可见，反流病症状的持续时间越长，巴雷特和食管腺癌的发生率则越高。

目前对“反流病”的治疗只能通过抑制胃酸来减轻酸对食管的继续损害，继而减轻或缓解症状。在医生的指导下，长期有烧心反流症状的患者应定期进行内镜筛查，以发现巴雷特食管和上皮不典型增生以及食管腺癌，早期发现和早期治疗为食管腺癌治疗赢得先机。

(王虹)

口干眼干，天气干燥还是身体干燥？

近来天气清爽，有人感觉口干舌燥，不自觉多喝水以润燥。

身体干燥与天气无关

临床有这么一种疾病——干燥综合征，口干、眼干、鼻干、皮肤干却与干燥的天气无关，这是一种侵犯外分泌腺腺体的慢性炎症性自身免疫性疾病。此病的根本病因在于人体免疫系统异常，把自己的组织当作敌人进行攻击，换句话说，就是免疫细胞把唾液腺、汗腺等外分泌腺都当作外来异物来排斥，导致外分泌腺体萎缩，分泌的唾液、汗液、泪液均较少。

该病的早期表现为口干、眼干，常常不被病人所重视，以为是糖尿病和干眼症，甚至以为是天气干燥的原因。因此，以至于早期诊

断困难，常常错过疾病治疗的最佳时机，而导致病情治疗的延误。

中年女性易患干燥综合征

在我国，干燥综合征的患病率为 0.3%~0.7%，在老年人群中患病率则比较高，达到 3%~4%。不过，从门诊来看，男女比为 1:10，女性患病概率较高，约占 90%以上，且发病年龄多在 40 岁~50 岁，50 岁左右是患病年龄高峰。因此，特别是中年以上妇女，当出现持续严重口干、眼干等现象时，首先应想到是否得了干燥综合征。

干燥综合征患者注意饮食

干燥综合征患者在饮食上避免进食辛辣食物、油炸食物、咖啡以及羊肉、狗肉、鹿肉以及姜、葱、蒜、辣椒、胡椒、花椒、茴香等，以免

伤津助热，加重病情。平时应多吃如丝瓜、冬瓜、芹菜、黄花菜、芋菜、甲鱼、海参等蔬菜或海产品；多吃如甜橙、鲜梨、香蕉、西瓜等水果。口干干燥明显，可以含话梅等生津，或吃些麦冬、山药、枸杞、阿胶等滋阴中药，或常饮酸梅汁、绿茶等清火饮料。

另外，尽可能避免使用让外分泌腺体分泌减少引起口干的药物，比如：(1)抗胆碱类药(2)抗高血压药，β-阻滞剂(3)利尿剂(4)抗抑郁药(5)帕金森用药等。还需要特别提醒注意口腔卫生，有龋齿者要及时修补，平日用麦冬、沙参和甘草等中药泡水代茶饮保持口腔湿润，适当饮水或用人工唾液，经常用无糖口香糖咀嚼，促进唾液分泌。(张华)

神奇的靶点消融术系列报道(二)

靶点消融术治疗原理

周口军分区医院最新引进的靶点消融术，是国内外最尖端的微创介入治疗技术。所谓靶点就是指病变椎间盘的突出部分。治疗时在可视动态影像监视下进行，将一根 0.7 毫米的穿刺针直接穿刺到病变椎间盘的突出位置(即靶点)，然后应用欧美三大顶尖微创绿色消融术的黄金组合技术，把突出的椎间盘直接消融掉，从而达到解除对神经根、脊髓的压迫，消除腰腿痛等症状的目的，从根本上解决对神经根的压迫；治疗后症状立即消失或减轻，利用消炎、防感染的功效，消除椎管内的炎症，同时修补纤维环的破裂，让颈腰椎间盘突出永不复发！

健康热线：0394—8289718

13523100008

地址：周口市八一中路军分区医院疼痛科

纠正行业不正之风 人人有责

- 骗取新农合资金
- 医疗乱收费
- 无证行医
- 医疗服务粗暴
- 雇用医托
- 医院出租承包科室……

发现以上情况，请及时拨打我们的有奖新闻热线！本报将派记者实地采访、落实情况，并为举报者保密。

新闻热线

13592220126 13592220031

13033905685 13526297566

博爱孕育讲堂

多次流产不孕 微创技术帮你圆梦

袁女士 35 岁，曾自然流产两次，一年以来一直未孕。在周口博爱妇科医院检查后发现是宫颈糜烂Ⅱ度、双侧输卵管通而不畅还带有习惯性流产、宫颈炎，情况颇为复杂。

周口博爱妇科医院不孕不育科主任袁文杰说，这样的情况还是比较常见的，不规范人流极易造成不孕。

习惯性流产：当自然流产连续发生两次以上，习惯性流产每次发生流产的时间可在同一妊娠月份，也有时间长短不同者。

习惯性流产的主要临床表现有：与一般流产相同，亦可经历先兆流产—难免流产—不全或完全流产几个阶段。根据习惯性流产发生的时间，可将流产分为早期习惯性流产及晚期流产。早期习惯性流产系指流产发生在妊娠 12 周以前，一般多与遗传因素、母内分泌失调及免疫学因素等有关，晚期习惯性流产多指流产发生在妊娠 12 周以后，多与子宫畸形、宫颈发育不良、血型不合及母患疾病等因素有关。

宫颈糜烂：宫颈糜烂会引起不孕症，特别是中度、重度宫颈糜烂时，宫颈分泌物会明显增多，质地粘稠，并有大量白细胞，这对精子的活动度会产生不利影响，妨碍精子进入宫腔，影响受孕。

治疗宫颈糜烂的方法有哪些？

周口博爱妇科医院引进的美国 LEEP 刀适应症广，可用于治疗宫颈糜烂、宫颈息肉、宫颈肥大、宫颈上皮内瘤样病变等癌前病变，以及进行各种赘生物的切除和某些畸形的矫正，是目前较先进的治疗宫颈糜烂手段。LEEP 刀一般治疗宫颈糜烂一次即可治愈，它创伤小，出血少，治疗时病人无痛苦，不需要住院，并且不会影响女性的生育能力，可使未生育的宫颈原位癌或癌前病变患者达到一次性根治目的，并保留子宫及生育功能。

3mm 导丝打通输卵管 好“孕”不再难

据介绍，COOK 导丝技术是近几年在国际上普遍开展的专门针对输卵管阻塞不孕症的新技术，是目前针对输卵管阻塞唯一有效的治疗方法。以往治疗输卵管不通引起的不孕症，一般采取的都是反复的通水、通气，患者非常痛苦，而且医生也是在盲视的状态下进行操作，全凭经验，不能准确地知道患者的疏通情况，这样给患者造成许多不必要的麻烦。而 COOK 导丝介入系统治疗输卵管梗阻是在可视的状态下进行操作，医生能清楚直观地看到输卵管的疏通情况，整套手术时间短，患者的创伤也很小，在很大程度上减轻了患者的痛苦。

周口博爱妇科医院建院六周年

“6 元看妇科，10 元做彩超”

大型慈善医疗活动

主办：周口慈善总会、周口市医疗救助基金会、周口博爱妇科医院
活动时间：11 月 10 日~12 月 20 日

活动一：6 项妇科检查仅收 6 元、彩超仅收 10 元；

活动二：无痛人流、宫颈糜烂、子宫肌瘤等微创手术费最高减免 1300 元；

活动三：男性患者同样享受优惠。详情请拨打 8366555 咨询。

周口博爱妇科医院 健康热线：0394-8366555 00:00-24:00 地址：周口市黄河路（原车站路）中段路南 乘车路线：乘 3、18 路车到黄河路口下车步行 100 米；1、7、10、13 路车到周口站下车即到 新农合定点医院