

没有典型的“三多一少”症状

众多糖尿病患者患病不自知

■ 本报记者 侯赛 通讯员 冯琼

11月14日是“世界糖尿病日”。相关数据显示，我国成年人糖尿病患病率高达11.6%。

近日，针对糖尿病防治等情况，记者采访了海口骨科与糖尿病医院内分泌代谢科执行主任刘芳教授与海南省人民医院内分泌科副主任陈开宁教授。

据刘芳介绍，糖尿病是“富贵病”。随着现代人生活条件越来越好，饮食结构的变化、运动量的减少，以及社会应急压力大、睡眠不足等因素，都是诱发糖尿病的重要原因。

目前，糖尿病最大的隐患就是很多患者患病了却不自知。相关调查显示，我国已经有50%人口处于“糖尿病前期”。“糖尿病前期”是指糖尿病和正常血糖之间的一种状态，学界认为这是2型糖尿病发生前的一个必经阶段。

虽然目前糖尿病的发病率越来越高，但仅20%左右患者有典型表现，许多病人并没有出现典型的“三多一少”（多饮、多食、多尿、体重减少）症状。最常见的2型糖尿病，一般起病隐袭而缓慢，病程漫长，临床上确诊为糖尿病时已历时数月、数年甚至十几年。不注意的话，就会耽误

糖尿病的早期确诊和并发症的早期防治。

“糖尿病前期”患者，如果不对生活方式进行改变，大多数都有转变成糖尿病的风险。刘芳表示，对于“糖尿病前期”患者，世卫组织的诊疗指南并不推荐药物干预。唯一能阻断病情继续演变成糖尿病的办法，就是养成健康的饮食习惯和运动方式。

陈开宁表示，我省目前急需将基层社区卫生院的力量发动起来，加强基层糖尿病预防控制工作。基层将糖尿病控制住了，转化成其他严重疾病的比例如将大大降低。

海医第一附院探索“互联网+”糖尿病居家管理新模式

糖友有“动静” 医生远程知

■ 本报记者 符王润

近日，上午7时许，海口市民林老伯拿出血糖仪，在早餐前空腹测了一下血糖。“今天的血糖还算正常，如果血糖过高或者过低，这个血糖仪是会报警的。”林老伯笑着说。

两个月前，林老伯因糖尿病在海南医学院第一附属医院（以下简称海医第一附院）内分泌科就诊。由于他需要长期使用胰岛素，在医生的建议下，他与医院签约后，由医院为其提供“互联网+糖尿病居家照护”管理服务试点工作。

海南腾爱健康管理有限公司配备专业人员组成医助小组，分别在海医第一附院医联体各级医疗机构如万宁市人民医院、金贸社区卫生服务中心等开展服务，为民众免费检测血糖，为糖尿病患者提供免费签约服务；定期开展糖尿病大讲堂活动，为患者普及糖尿病管理等知识。

据海医第一附院内分泌科主任王新军介绍，签约患者在家使用医院发放的智能血糖仪测量血糖，相关情况医生可以通过手机立即获知。“如果是简单的情况，公司的医疗助手或者医

院护士可以进行处理，比如血糖低了就提醒患者吃点东西，血糖高了就及早用药。如果是复杂的情况，医生会及时做出相关治疗方案。”王新军说，在医联体内，医院的基层医生如果遇到疑难问题，也可以通过系统询问三级医院医生。

王新军表示，传统的糖尿病管理缺乏有效的筛查以及跟踪管理，这种“互联网+”的管理方式，方便医生加强对患者的管理，为患者及时作出指导。

王新军表示，现在，医护人员可以利用互联网技术对患者进行实时跟踪，实现在线居家照护管理，从而降低诊疗看护成本，有效实现医联体内基层首诊，双向转诊，急慢分治，上下联动，为有效节约医疗卫生资源提供新思路。

糖尿病前期症状自查



- 不明原因的口干、唾液少，容易口渴，老想喝水或喜欢冷饮、含糖饮料。

- 不明原因的消瘦，体重明显比以前减轻。

- 近一段时间老是疲乏虚弱，身体没劲儿，工作时不能集中精力。

- 没有前列腺肥大而夜尿次数多，或不明原因的尿多、尿次频繁。

- 体型肥胖，同时有高血脂、高血压、冠心病等代谢综合征表现。

- 有糖尿病家族史，祖辈、父母或兄弟姐妹有人患糖尿病，自己也大腹便便。

- 皮肤上易长“疖子”或其他化脓性炎症，或伤口经久不愈，或易发尿路感染。

- 不明原因的皮肤痒或外阴瘙痒，尤其女性，经过抗炎、抗真菌治疗或涂用一般皮肤病药水无效。

- 近期视力明显减退或看东西模糊不清。

- 双脚足趾、手指麻木或刺痛，或经常头晕、胸闷、心慌。

- 年轻时有过多次小产、死胎、生育巨大婴儿、羊水过多等生育史的女性。

- 恶心、呕吐或腹痛而找不到胃肠道原因。

- 四肢酸痛或腰痛，下肢酸软无力。

- 经常便秘。

- 女性性欲减退、月经失调或男性不明原因的阳痿。

有以上这些异常感觉者，应该及时到医院内分泌代谢科检查血糖等指标。（侯记者）

制图/许丽

H 资讯

省中医院开设名中医工作室
将着重开展科研、师带徒等工作

本报讯（记者符王润）日前，海南省中医院举行首席中医专家、外聘专家授聘暨名中医工作室揭牌仪式，聘请张永杰、林天东两名全国名中医为该院首席中医专家，聘请广东省中医院杨霓芝、杨志敏、林琳三位专家为该院外聘专家。在揭牌仪式上，张永杰、林天东两名教授的“全国名中医工作室”以及杨霓芝、杨志敏、林琳三名教授的“名中医工作室”正式成立。

据介绍，名中医工作室具有接诊患者、带徒教学、学术交流等多项功能。中医学是一门实践性很强的科学，通过成立名中医工作室，继承创新名老中医的学术思想和临床经验，是培养高层次中医临床人才的有效途径。“此次拜师的学生，都是医院挑选出来的优秀骨干医生，他们将跟随各自的老师开展为期三年的学习。”省中医院院长蔡敏说。

省卫计委有关负责人表示，为这些专家开设名中医工作室，就是想为中医名家提供更好的平台，充分发挥名师名医的作用，开展临床、科研、师带徒等工作，提升我省中医药服务水平。

今年，人力资源和社会保障部、国家卫生计生委和国家中医药管理局联合表彰了30名国医大师及100名全国名中医，我省张永杰、林天东两位老中医获“全国名中医”称号。

牙齿缺失如何修复？

牙齿是人类身体上最坚硬的部分。牙齿缺失，将给人们的生活带来很多不便。牙齿缺失会使人们发音不准确、咀嚼不均匀。牙齿缺失久了，又不及时修复，还会造成牙龈萎缩，提前使周边牙齿脱落，严重影响美观以及口腔健康。

目前，牙齿缺失后修复主要有以下方式：

1. 活动义齿修复：戴一个基托，用来增加受力面积，稳定假牙等；戴上卡环，将假牙固定在口腔中，价格一般较为便宜，但感觉不够舒适，异物感大。

2. 固定义齿修复：牙冠通过粘接固定在口腔中，可以选择不同的材料；感觉较为舒适，没有异物感，咀嚼效率高，美观。但是，需

要对缺牙部位两侧的牙齿进行磨除。选择固定修复的前提条件是缺牙部位两侧的牙齿足够坚固。

3. 种植牙修复：号称人类的第三副牙齿。种植义齿是目前所有缺牙修复方法中，与天然牙最类似的方法；舒适度较高，咀嚼效率高，不需要磨除相邻的牙齿。种植牙是目前缺牙人士满意度较高的一种修复方式，理论上可使用十年甚至终生。

想将缺牙修复好，就必须选择到正规口腔医院进行治疗，对医院、医生、牙齿材料进行全面了解。一家好医院、拥有高技术含量的医生、好的修复方式，是缺牙人士重获口腔健康的关键因素。（阿润）

24小时咨询热线：0898-36351111

种牙就选 拜博口腔

扫描二维码 在线咨询



海南拜博口腔医院 种植中心 海口市海府路105号(省彩票中心旁)

www.hnbybo.com

值班主任：董纯进 主编：刘梦晓 美编：王凤龙

专题 | 口腔健康科普知识宣传

龋齿、牙周病没完没了？或许是缺牙惹的祸

◆ 缺牙主要危害有哪些？

拜博医疗集团副总裁、学术委员会主席、种植总监徐连来教授介绍，牙齿就像“多米诺骨牌”一样，缺失一颗牙齿也会带来连锁反应。牙齿缺失的危害主要有：

- 1. 牙列的完整性遭到破坏：牙齿缺失后，若较长时间不修复，邻近的牙齿由于失去了依靠和约束，会变得倾斜，易造成咬颌功能的紊乱。
- 2. 牙槽骨萎缩：牙缺失后正常咬颌力对牙槽骨的生理刺激不再存在，牙槽骨均会出现不同程度的废用性萎缩，并且会给后期假牙修复及维持口腔颌面部的平衡和稳定带来巨大困难。
- 3. 咀嚼功能减退：牙齿缺失后，余留牙齿发生了一系列变化，使原本良好的咬颌关系发生变化，由于余留牙之间有效功能面积相应减少，咀嚼效能降低。
- 4. 食物嵌塞：正常牙齿与牙齿之间，排列得十分紧密，邻近的牙齿移动后，牙齿与牙齿会出现缝隙，容易使食物嵌塞到牙齿间隙里，引起口臭、龋齿、牙周病等。
- 5. 牙齿脱落：由于缺牙左右两边的牙齿无法获得它们原先应有的支撑压力，它们会在牙龈中变得倾斜不正，使牙齿逐渐松动，导致部分牙齿脱落。
- 6. 牙齿缺损会影响面部，牙齿全部缺失后，整个人看起来会比同龄人苍老许多。
- 7. 牙齿缺损会使人发音变得不标准，影响人的交际活动。
- 8. 牙齿缺损后，咀嚼功能衰退影响人体对营养成分的吸收。

◆ “人类的第三幅牙齿”可以解决问题？

种植牙被称为人类的第三副牙齿。徐连来教授介绍，人的一生只有两副牙齿，人萌生的第一副牙齿为乳牙，6~7岁至12~13岁，乳牙逐渐脱落而被恒牙所替代。恒牙是继乳牙脱落后的，人类的第二副牙齿。

种植牙成为优选修复方式的主要表现在以下方面：

- 1. 不伤及邻牙，种植牙修复不涉及邻牙，更不会损伤邻牙，它是缺哪颗，种哪颗，无需磨小任何牙齿做依靠。它的种植方式有一颗、多颗、半口、全口等。
- 2. 使用寿命长，种植牙较为坚固，一般它的使用寿命较长，种植牙和天然牙的生物力学原理相同，所以种植牙能承受较为强大的力量。一颗种植牙至少可以用二十年的时间，保养得当则可以永久使用。
- 3. 美观性好，种植牙的牙根是种在牙槽骨里，再带上牙冠，所以很难看得出甚至完全看不出是真牙还是种植牙，且可以根据就诊者的脸型、其他牙齿的形状与颜色制作牙冠，达到整体协调和美观的效果。
- 4. 舒适方便，因不需要摘戴，所以不使用活动假牙必需的基托与卡环，没有异物感和不适感，与真牙一般使用，舒适、方便，而且有利于保持口腔的清洁卫生。

种植牙属于微创手术，对医生和医院有着非常严谨的技术要求和无菌环境。对此，提醒广大缺牙人士，若要种牙，一定要选择正规的口腔医院进行，对医院及医生进行多方的了解与沟通，选择适合自己的诊疗方案。

种植牙适应人群

单颗缺牙、多颗缺牙、半口缺牙、全口缺牙等。

海南拜博口腔医院种植中心院长
拜博口腔医疗集团副总裁、学术委员会主席、种植总监
美国UCLA中国区域临床培训指导教授
Nobel Biocare签约讲师
ADA(美国牙科学会)会员
亚洲种植系统首席种植专家
北京种植牙学会理事
海南医学院客座教授

H 相关链接

专家介绍



徐连来

据介绍，徐连来是我国开展种植牙较早的医生之一，擅长各种复杂的前牙美学种植及全口种植。1993年徐连来以硕士研究生的身份毕业于天津医科大学口腔系，2002年又奔赴美国的Loma Linda大学、UCLA大学学习临床种植牙，2007年他率先把种植技术先进且创伤小的“计算机导航种植牙手术导板”应用于临床，他还多次担任国外种植牙专家在中国开展种植牙学术交流的临床示教专家。徐连来还在国内担

任加州大学洛杉矶分校(gIDE/UCLA)口腔种植硕士临床带教教师，是国内取得带教资格的教师之一；由于他可以进行微创种植牙植入，曾多次到美国、德国、葡萄牙、西班牙、丹麦等国家和香港、台湾等地进行种植临床技术交流。

11月11日，拜博医疗集团副总裁、学术委员会主席、种植总监徐连来教授将空降海口，在海南拜博口腔医院种植中心为广大缺牙人士进行种植牙微创手术，限量预约已开始，先预约先种牙，徐连来教授会诊预约咨询热线：0898-36351111。

海南拜博口腔医院 地址：海口市龙昆南路5号(白坡里公交站旁)
海南拜博口腔医院种植中心 地址：海口市海府路105号(省彩票中心旁)
本版策划/统筹 阿珂
(本版内容最终解释权归海南拜博口腔医院)