

我市相关专家提醒市民:

糖尿病患者须谨防脚部病变

合理预防才能避免截肢之痛

糖尿病这一慢性疾病对许多人来说已不是一个陌生的概念,然而“糖尿病足”却鲜有人知。笔者在采访中了解到,糖尿病足即糖尿病的足部病变,是糖尿病最常见而又最严重的并发症之一,主要由下肢中小血管及微循环障碍导致周围神经病变并发感染所致。据悉,目前我国糖尿病人群中15%~18%的患者有足部并发症,截肢率可达20%~30%,严重影响糖尿病患者的生活质量。据统计,全世界每30秒就有人因为糖尿病足而失去一条腿,糖尿病患者的截肢率是非糖尿病患者的40倍。



11月21日,在市中医院周围血管科诊室里,主任医师马立人(左)和科室同事在分析一位糖尿病足患者的医学影像资料。马立人介绍说,糖尿病足是动脉血管狭窄、闭塞而引起的,在糖尿病患者中的发病率为10%左右,其中有30%的患者最终因溃烂导致截肢。 本报记者 李英平 摄

“我还以为是骨质疏松惹的祸,没想到还是糖尿病在作怪!”近日,在市中医院周围血管科门诊,市民张先生多日的脚疼被确诊了病因——脚上的疼痛竟与患有多年的糖尿病有关。

据了解,张先生是一位糖尿病患者,近段时间,他每走几百米左脚就痛得厉害,必须停下来休息一会儿才能有所缓解。到了晚上,疼痛症状更为明显,如果把脚抬高,脚背就会变得苍白,将脚垂下,又变得青紫。在家人劝说下,张先生到医院做了检查,结果确诊已患有“糖尿病足”。“可糖尿病怎么会影响到脚呢?”张先生对此十分疑惑。

“糖尿病患者的血糖升高会导致血液黏稠度增加,促使动脉内形成血栓;血糖过高导致细胞中有毒代谢产物增加,使血管内膜增生,导致管腔缩小、弹性降低,严重影响血液供应量;糖代谢异常引起脂质代谢异常,并加剧动脉粥样硬化。”市中医院周围血管科主任马立人解释,在以上因素的综合作用下,人体动脉系统会受到损害,影响血液供应。下肢

属于远离心脏的“偏远地区”,供应线相对较长,受到影响的概率自然更大,所以首先表现出来的就是脚趾问题,然后是整个脚部,最终形成糖尿病足。若不及时治疗,发展到一定阶段,必须到医院截肢才能保住性命。

脚“凉、麻、疼”为“糖友”拉响警钟

马立人告诉笔者,在周围血管科门诊,因患有糖尿病足而来接受治疗的患者近年来有增加趋势,其中不乏因出现下肢“凉、麻、疼”等症状被确诊的糖尿病患者。

79岁的市民张大娘便是其中一位典型患者。近日,患有多年糖尿病的她下肢突然有“凉、麻、疼”等症状,到医院检查发现,她下肢80%的血管已完全被堵塞,最终确诊为糖尿病性下肢动脉硬化闭塞症。“除了凉、麻、疼外,有些患者会出现下肢汗毛脱落、有蚁行感或袜套感、趾甲变厚或变薄等症状。随着病情的继续发展,患者会出现下肢感觉障碍,下肢

静息痛,必须抱膝而卧,甚至导致彻夜难眠。”马立人说。“糖尿病患者若出现相关足部并发症特征且在症状不明显时,一定要及时到正规医院进行检查,早期发现是完全可以药物和微创介入手术进行治疗的。”

“泡脚”泡出“糖尿病足”症状严重不得不截肢

热水泡脚是一种传统而又方便的中医保健方法,对于许多人来说,它既解乏又有利于睡眠。然而对于糖尿病患者,就不太适合用热水泡脚了。“泡脚还能泡出糖尿病足?”近日,市民宋大爷便因泡脚失去了左下肢。

据宋大爷家人介绍,立冬以后,他晚上睡觉前经常用40℃以上的热水泡脚,并且喜欢边看电视边泡脚,一连几十分钟都不动弹。几周过去,宋大爷的双脚趾开始发黑、溃烂,由于发现较晚,到医院后不得不选择了截肢。“很多糖尿病患者由于周围神经功能障碍,对周围环境如温度、痛感的敏感度降低,长期使用滚烫的热

水泡脚很有可能导致糖尿病足。”平煤神马医疗集团总医院内分泌代谢科主任医师康晓东说,糖尿病患者泡脚时,水的温度最好控制在40℃左右,时间控制在5至10分钟。

“除了合理调节泡脚水温外,穿大小合适、透气性较好的鞋子、经常检查自己的足部是否向畸形发展,定期到正规医院做足部检查都是预防糖尿病足的有效方法。”康晓东提醒。

(下转D8版)



导读

冬季呼吸道疾病多发 合理防治是关键

[D3]

孩子一岁前吃鱼 可防过敏

[D3]

一碗淘米水 功用真不小

[D8]