

当常见慢病遭遇“银发浪潮”

——透视中国糖尿病防治危与机

11月14日是联合国糖尿病日。近年来,随着我国人口老龄化程度加深,成人糖尿病患病率持续上升。当常见慢病遭遇“银发浪潮”,我国糖尿病防治工作如何应对挑战?社区诊疗能否支撑慢病防治网?怎样告别“甜蜜的烦恼”?针对公众关心的话题,记者采访医学专家进行了解答。

►11月14日,在贵州省赤水市丙安镇,卫生院的医务人员为群众测血糖。
新华社发(王长育摄)



糖尿病患者急剧增加与人口老龄化、发病年轻化有关

《中国老年糖尿病诊疗指南(2021年版)》数据显示,我国65岁以上老年糖尿病患者人数约为3550万,居世界首位。2022年末,我国60岁及以上人口达到2.8亿,人口老龄化程度持续加深。

“人口老龄化是我国糖尿病患者急剧增加的重要原因之一。”北京医院、国家老年医学中心内分泌科首席专家郭立新说,糖尿病患病率与年龄

增加相关。据不完全统计,我国三成以上的老年人罹患糖尿病。

“不仅如此,糖尿病越来越早发,年轻化趋势很明显,其中2型糖尿病占95%以上。”北京大学人民医院内分泌科主任纪立农说,这部分人群步入老龄化,将进一步加剧防治风险。

专家介绍,这与我国居民生活方式发生转变,体力劳动和体育锻炼减

少;饮食结构改变,果糖、高脂食物摄入增加;腹型肥胖患病率增加等因素有关。

上海交通大学医学院附属同仁医院内分泌科主任医师邹大进认为,目前我国糖尿病防治总体面临“三多一少”。“三多”为患者总人数多、超重肥胖者和年轻人多、并发症多,“一少”即关键指标全部达到管理标准的患者少。

升级防治策略 降低并发症发生率

失明、肾衰竭、截肢……作为一种以慢性高血糖为主要病理特征的疾病,糖尿病可能给患者带来多种严重并发症,甚至危及生命。

郭立新表示,我国糖尿病防治面临的挑战包括知晓率低、治疗率低、治疗质量不达标等。

“很多患者对糖尿病认识不足,不知道自己得了糖尿病,不了解什么是糖尿病高危因素,这是知晓率低。治疗率低也是很大的问题。”郭立新说,既要关注血糖控制和监测,也要重视其他危险因素控制和并发症的监测,才能真正使治疗质量达标。

江苏省苏州市润达社区卫生服

务中心主任王黎表示,由于糖尿病早期症状较隐匿,许多基层患者错失早发现、早治疗时机,而降低并发症发生率的关键就在于早筛早治。

家住润达社区的周奶奶自2010年起就患有糖尿病。最初,由于拿药不方便和认识不足,一直对服药有抗拒。直到8年前,隔壁的老邻居因糖尿病足截肢,周奶奶才意识到糖尿病的可怕。

“社区卫生服务中心医生不仅给我做了详细检查,还为我制定了个性化健康处方。”周奶奶说。

经过一段时间的动态监测,周奶奶体重控制达标,未出现其他并发症。社区居民通过培训,都学会了用

手机控糖助手小程序自我监测饮食、服用口服药物。

据介绍,江苏省探索创建省级糖尿病并发症筛查站和运动控糖站,帮助患者实现并发症早筛关口前移。在苏州市,全市90%以上的社区卫生服务中心已转型升级为市民综合健康管理服务平台,累计建成4个国家慢性病综合防控示范区。

“示范区建设旨在编织一张覆盖糖尿病、高血压等多种疾病的慢病防治网。”中国疾控中心慢病中心主任吴静说,截至目前,我国已累计建成国家慢性病综合防控示范区488个,县区覆盖率超17%。

全人群都掌握控糖要点 才能告别“甜蜜的烦恼”

制定《县域糖尿病分级诊疗技术方案》、发布《成人糖尿病食养指南(2023年版)》、建设国家慢性病防控示范区、推广国家标准化代谢性疾病管理中心……作为糖尿病防治大国,我国卫生部门正聚焦糖尿病的“防”“治”两端,着力提升公共卫生服务水平。

然而,相对基数较大的病患人群,基层社区卫生服务在慢病防治中的“短板”亟待补齐,糖尿病前期人群亟待干预。部分西北地区省份针对专病

的基层医疗服务人员供给不足,尚无法提供一人一案的个性化处方。上海市卫生健康委公布的调查数据显示,有近半数糖尿病危险人群并不知晓自己的血糖水平。

《全球糖尿病地图(第10版)》数据显示,2011年至2021年,我国糖尿病前期人群约为3.5亿人,远多于糖尿病患者人数。据了解,糖尿病前期指的是个人血糖值已经超出正常值,但尚未达到糖尿病诊断标准的状态。

研究表明,如果不对糖尿病前期

人群进行干预,其中超过90%的人20年后可能发展为糖尿病。对于已经步入前期之列的人群,纪立农表示,如果干预得好,就有可能复转到健康状态,建议定期监测血糖水平、优化体重、调整膳食、合理运动、戒烟等。

“糖尿病可防可治。”郭立新呼吁,全人群都应积极掌握糖尿病的危险因素和应对策略。糖尿病患者要掌握控糖要点、关注肥胖和高血糖,定期筛查,做自己健康的第一责任人。

(据新华社北京11月14日电)

以军控制加沙城 哈马斯宪兵总部

综合新华社耶路撒冷11月14日电(记者吕迎旭 王卓伦)据《以色列时报》14日报道,以色列国防军当天控制了巴勒斯坦伊斯兰抵抗运动(哈马斯)位于加沙城的宪兵总部。

报道援引了以军发布的一张照片,照片显示多名以军士兵在宪兵总部举着以色列国旗。报道说军方没有标明照片的拍摄时间。

以军13日宣布控制加沙城内的哈马斯立法委员会大楼。

以军14日表示,将继续在加沙地带北部实施“人道主义休战”,以便巴勒斯坦民众能够向南部撤离。

以军14日发表声明说,以战机在过去24小时内轰炸约200个哈马斯的目标,包括武器生产基地、反坦克导弹发射架和军事指挥部等。以海军13日夜袭击了哈马斯一个用于训练和储存武器的营地。

另外,以色列国防部长加兰特13日说,随着以军全面占领加沙城,哈马斯“已失去对加沙地带的控制”。以色列政府新闻办公室援引加兰特的话说,以军部队正在向前推进,按照计划执行任务。

以军当天早些时候发表声明说,自以军开始在加沙地带发动地面进攻以来,以空军和地面部队对巴勒斯坦武装组织目标进行了4300次攻击行动。

连日来,以色列北部与黎巴嫩交界地带局势持续紧张,以军与黎巴嫩真主党交火不断。以军总参谋长哈莱维13日在以色列北部进行局势评估时说,将致力于恢复以色列北部居民的安全。

欧盟将创建申根签证线上申请平台

据新华社布鲁塞尔11月13日电(记者付一鸣)欧盟理事会13日批准了申根签证数字化相关的新法规,创建统一的申根签证线上申请平台,从而使未来申根签证的申请程序更加便捷。

欧盟理事会在当天发布的一份声明中说,根据新规,欧盟将创建统一的申根签证线上申请平台。除少数例外情况,申根签证申请者将不用再前往申根国家使领馆,而是通过该数字平台进行申请。欧盟委员会此前表示,该平台预计于2024年开始开发,并于2026年投入使用。签证申请人将在该平台上输入所有相关信息,上传旅行证件和证明文件的电子版,并支付签证费用。与此同时,当前的签证贴纸也将由加密签名的条形码取代。

声明说,少数例外情况包括首次申请者、生物特征数据不再有效的申请者和持有新旅行证件的申请者,这些申请者仍需本人去相关使领馆办理申请。

想参评全国三八红旗手? 可通过社会化推荐渠道报名

新华社北京11月14日电(记者黄明)记者14日了解到,全国妇联即日起启动2023年度全国三八红旗手社会化推荐报名工作。

2023年度全国三八红旗手社会化

推荐将采取本人自荐、他人举荐、单位推荐的方式。凡符合评选条件的优秀女性均可通过社会化推荐渠道参评全国三八红旗手,报名不设名额限制。经资格审查、组织审查、评委会

评审、网络公示等程序后,产生社会化推荐全国三八红旗手建议人选。

此次社会化推荐报名采取网上填报的形式,报名时间截止到2023年12月15日。