



详细了解糖尿病 减少认知误区

临幊上有很多慢性疾病，大家熟知的有高血压、糖尿病、高血脂等，慢性疾病多发于中老年人群，随着人们生活水平的提高，饮食习惯的变化，越来越多的人群患有糖尿病，并且发病年龄越来越年轻化。很多人对糖尿病都会存在一定的误解，那么正在阅读文章的你，有没有误解糖尿病，一起来看看吧！

什么是糖尿病？

糖尿病与高血压疾病一样都属于慢性疾病，主要与遗传、生活习惯以及环境等因素有关。

糖尿病最重要的因素是胰腺不能够正常工作，无法生产足够的胰岛素，或者说机体能够将胰岛素合理应用，但因某些因素影响脂肪、蛋白质、水电解质等的代谢以致紊乱，因此不能够将血糖维持在平稳状态，导致血糖高于正常值，使得机体出现各种症状。若血糖长时间得不到稳定的控制，会对眼睛、大脑组织、心脏、肾脏以及神经等器官和组织产生影响，干扰其正常工作。

糖尿病的种类及相关症状

1型糖尿病：胰岛素是指葡萄糖进入细胞中产生能量，所需要的一种激素。1型糖尿病之前被称为青少年糖尿病或胰岛素依赖型糖尿病，是指患者身体胰腺器官几乎不生产胰岛素，通常是因为遗传或者一些病毒等多种因素导致的。

1型糖尿病可发生在任何年龄段，但4~7岁以及10~14岁儿童容易发病。1型糖尿病至今无法完全

治愈，需要依赖胰岛素以及饮食进行控制。患者通常会出现口渴、尿频、极度饥饿、烦躁、疲劳、视线模糊等症状。

2型糖尿病：2型糖尿病与1型糖尿病不同。在糖尿病患者中，超过90%的患者为2型糖尿病，它是一种慢性代谢性疾病，血糖升高，相对缺乏胰岛素等，若不及时治疗，会对身体造成各种不良影响。2型糖尿病是一种不断发展的疾病，时间越长，疾病越严重，病情越恶化。当胰腺恶化导致胰岛素生产缺乏时，便需要长期依靠注射胰岛素来维持身体健康。

往常2型糖尿病在老年患者中最常见，现在随着生活习惯、饮食等的变化，使得年轻人患2型糖尿病逐渐上升。2型糖尿病患者往往会出现极度口渴、小便频繁、嗜睡、疲劳、视力下降出现模糊、体重突然下降、食欲增加并且饥饿感增强等症状。

妊娠期糖尿病：它是指孕妈妈在怀孕前并没有糖尿病史，怀孕过后，产检时发现患有糖尿病。诊断一般在孕周24之后出现，是由于怀孕导致一些生理出现变化，



影响糖代谢出现紊乱和异常所致。如果妊娠期糖尿病不能够得到及时的治疗，将对孕妇自身健康、胎儿正常生长发育带来极大的影响；同时，会增加孕妇在怀孕期间患妊娠期高血压、子痫、子痫前期等疾病的风险，导致流产、胎儿在宫腔内发育缓慢、出现畸形等不良分娩结局。

发生妊娠期糖尿病的重要原因是激素和肥胖。怀孕期间体重增加过猛，会增加患妊娠期糖尿病的风险。通常孕妇没有什么明显的症状，常见的是出现口渴、小便增多的现象。

大众对糖尿病的误解有哪些？

误区一：吃糖会引起糖尿病。糖尿病更多的还是与饮食习惯、遗传、肥胖等多种因素有关。如果患者机体内胰岛素分泌足量，且功能性好，吃再多的糖都不一定会得糖尿病，血糖也不一定会升高。相反，如果胰岛素分泌不够、功能性不足，就算是不吃糖也可能会出现血糖升高，导致糖尿病发生。

误区二：遗传因素是绝对的。很多人认为如父母患有糖尿病那么孩子肯定会患糖尿病。其实，这一说法是片面的，只是说相对其他人群，这些人群更容易患者糖尿病，风险高于其他人，属于高危人群而已。临幊上，糖尿病多数都是后天因素导致的，还是需要规范饮食，规律生活，才能够远离糖尿病。

误区三：胖子一定会患糖尿病。这一说法也是不正确的，对于那些肥胖的患者，只能说是归属于患糖尿病的高危人群。

误区四：糖尿病患者只能使用胰岛素治疗。在临幊上治疗糖尿病的方式有很多种，像降糖药、胰岛素或者联合治疗，并不是所有糖尿病患者都需要使用胰岛素治疗。临幊医生会根据患者病情情况、糖尿病类型等进行全面的评估，为患者选择最为适宜的治疗措施；还会根据糖尿病控制情况，及时调整医嘱。

柳州市中医医院
(柳州市壮医医院) 吴雁婷

牙齿意外脱落 常见四种修复方式

牙齿对于口腔健康和日常生活至关重要。有时由于外伤或其他原因，牙齿出现受损或脱落，这可能会对咀嚼、言语和外貌造成负面影响。但不要担心，现代牙医学提供了多种修复方式，可以帮助您重新获得完整的牙齿功能和美观。在这里，我们将探讨四种常见的牙齿修复方式，以及外伤脱落牙再植等处理方式。

外伤牙再植

外伤牙再植是指当牙齿因外伤完整地脱落后，尽可能地将其重新植入原来的位置。这种治疗方法需要在事故后的极短时间内进行，因为牙齿的活性和牙周组织的健康都与时间成正比。

1. 处理流程

(1) 首先，发生牙齿外伤脱落，不应当用手触摸牙齿的根部，以避免进一步损伤其细胞和组织。

(2) 轻轻地冲洗牙齿，去除上面的杂质，但不要使用肥皂或其他清洁产品。

(3) 如果可能，尝试将牙齿轻轻地植回原位。若做不到，应该将其放入牛奶、生理盐水或专用的牙齿保存液中，尽快前往牙科医院或诊所寻求专业治疗。

2. 优点

(1) 原始性：与其他修复方式

相比，外伤牙再植可以使患者继续使用原来的牙齿。

(2) 功能性和外观：如果再植成功，可以完全恢复牙齿的功能和外观，避免了假牙或其他修复方法可能带来的不适或不自然的感觉。

牙齿种植

牙齿种植是现代技术的杰出成果，用于替代失落的天然牙齿。它是将称为牙种植体的人工牙齿稳固地植入牙槽骨，达到模拟真牙的效果。

1. 优点

(1) 自然感觉与功能：种植牙酷似真牙，设计精细，与自然牙齿相匹配，使其在形状、颜色和大小上都与其他牙齿协调。这意味着种植体不仅外观上难以分辨，而且能像真牙一样咀嚼和发音。

(2) 持久性：种植牙具有较长的使用寿命，经过适当的护理，可能持续数十年乃至终身，使患者无需担心频繁的替换或维修。

(3) 保护牙槽骨：失去牙齿后，牙槽骨可能会逐渐流失。牙齿种植通过模拟自然牙齿的刺激来维持牙槽骨，从而为长期口腔健康提供了防护。

固定义齿

固定义齿，又称为牙桥，是一

种常用的缺牙修复方法。它主要应用于替代一个或几个连续的缺失牙齿。牙桥是通过几个步骤来制作和固定的，通常需要数次就诊。

1. 制作流程

(1) 准备桥墩牙：通常在首次就诊中，牙医会将作为桥墩的邻近健康牙齿进行磨削，为其定制牙冠留出空间。

(2) 取模：磨削后，牙医会取一个口腔的模型，以确保牙桥的形状和大小与患者的口腔相匹配。

(3) 制作牙桥：模型会被送到实验室，技师会根据此模型制作牙桥。

(4) 安装：一旦牙桥制作完成，牙医会在后续的就诊中安装它，确保其与患者的口腔形状、颜色都配合得很好。

(5) 固定：使用专门的粘合剂将牙桥固定在桥墩牙上。

2. 优点

(1) 功能性与美观：通过牙桥可以恢复咀嚼功能和美观。

(2) 稳固：与活动假牙相比，固定义齿更加稳固，不易移位。

(3) 防止健康牙齿移位：固定义齿可以防止邻近的健康牙齿因缺失的牙齿而移位。

可摘式义齿

可摘式义齿是另一种修复丢失

牙齿的方法。它们是一种假牙，可以轻松安装和取下。

优点

(1) 经济实惠：可摘式义齿通常是一种相对经济实惠的选择，尤其是与其他修复方式相比。这对于那些对预算有限的患者来说，可能是一个吸引人的选项。

(2) 容易维护：相对于其他修复方式，如牙种植或牙桥，可摘式义齿相对容易清洁和维护。您可以轻松地将它们取下来进行清洗和护理，然后重新安装。

(3) 适用于部分或完全缺失的牙齿：可摘式义齿不仅适用于完全缺失牙齿的患者，还适用于部分缺失牙齿的情况。它们可以填补多个缺失的牙齿，无论是相邻的还是分散的。

最终选择哪种牙齿修复方式取决于您的个人情况、口腔健康状况和财务考虑。在面临牙齿脱落的情况下，及时咨询专业牙医是至关重要的，他们能够为您提供最适合您的情况的建议，并帮助您选择合适的修复方式，以恢复口腔健康和美观。无论您选择哪种修复方式，定期的口腔卫生和牙医检查仍然是保持牙齿健康的关键。

贺州市人民医院 周维军