

爱吃油炸食品,爱喝甜味饮料,且重度肥胖

15岁女孩被确诊糖尿病

医生:预防要从生活抓起,从娃娃抓起

近期,15岁的中学生小慧(化名)因为反复恶心、呕吐,一周内去了三次医院。第一次去了消化内科,第二次去了急诊科,第三次去了内分泌科,最后她被诊断为糖尿病——这让小慧和她的家长十分震惊。

事实上,小慧在很久以前就已埋下了糖尿病的“种子”。



毛玉山主任医师坐诊中。

1 报告单上出现了一堆箭头

大约两周前,小慧在学校上课时突发剧烈呕吐,被老师送到宁波大学附属第一医院外滩院区消化内科就诊。医生经问诊了解到,小慧两个多月前就开始出现反复恶心的情况了,只是一直未发生呕吐,所以没就医。为了明确诊断,医生为小慧化验了血液和尿液。

出人意料的是,化验结果出炉后,报告单上的箭头加起来竟有10多个!其中,尿糖、尿酸酮体、血糖、甘油三酯等几个指标的异常情况尤其严重——尿糖是阳性(++++) ,尿酸酮体是阳性(+++) ,血糖和甘油三酯的数值都高出正常值许多。

结合小慧的病史和检查结果,医生考虑小慧可能患上了糖尿病,虽然她并没有出现糖尿病的典型症状——“三多一少”(多饮、多食、多尿、体重下降),但其尿酸酮体强阳性很可能已是糖尿病酮症的体现,因为糖尿病酮症可表现为恶心、呕吐等消化道症状。为

此,医生建议小慧接受进一步的检查和治疗。不过,小慧以回家跟家长商量为由,请医生开了一些对症药物,便回家休息了。

没想到第二天半夜,小慧的呕吐症状加重了,家长赶紧把她带到宁大一院外滩院区急诊。经检查,小慧的尿糖、尿酸酮体等指标仍处于严重异常状态。而这一次,经急诊输液治疗后,小慧因症状明显减轻,自觉病情好转,家长考虑到小慧学业繁重,还是没接受医生住院进一步诊治的建议。

直到两天后,小慧的症状在服用药物情况下再次反复,于是家长又带她来到宁大一院外滩院区寻求帮助。在内分泌科毛玉山主任医师的建议下,小慧和家长终于同意入院接受更详细的诊治。住院期间,经深入检查,小慧的“2型糖尿病”诊断明确。随后,毛玉山带领团队为她进行了相关治疗,几天后,她的各项指标逐步恢复正常,顺利出院。

2 一家四口有三个肥胖者

毛玉山介绍,2型糖尿病往往与肥胖有关,小慧身高170厘米、体重达96公斤,属于重度肥胖者。她之所以患上2型糖尿病,肥胖是主要因素。

在为小慧治疗期间,毛玉山还了解到,小慧一家四口中,除了她本人外,她的妈妈和哥哥也都是重度肥胖者,而她的爸爸则患有2型糖尿病多年。糖尿病家族史+重度肥胖,让小慧最终也没能躲过这一疾病,而且年纪轻轻就已经发病。

那么,小慧一家为什么这么容易胖呢?原来,这家人的平日饮食向来偏油腻,尤其喜欢油炸食品,还喜欢喝各种甜味饮料,又不太运动,小慧从小就养成了这些习惯。这些习惯正是导致她和妈妈、哥哥成为重度肥胖者的重要原因。

毛玉山表示,有糖尿病家族史且存在超重或肥胖的人群(包括儿童青

少年),需要格外警惕得糖尿病的风险。“大家不难发现,我们身边的小胖墩越来越多了,这些小胖墩得糖尿病的风险就比较高。所以,家长们平时要格外关注自己孩子的身材状况和血糖情况,千万别以为糖尿病不会找上儿童青少年。一旦发现孩子有糖尿病相关症状,一定要及早送医治疗。”

毛玉山提醒,预防糖尿病,一定要积极改善生活方式,即控制饮食,管理好体重,保持适当的体育锻炼。此外,糖尿病高风险人群还要定期监测血糖,以尽早发现、尽早治疗。“糖尿病是一种终身疾病,迄今无法从根本上治愈,一旦发病,需要一辈子使用药物进行控制,这对于患者来说是相当麻烦的。所以,预防糖尿病,一定要从生活抓起,从娃娃抓起。”

记者 吴正彬 通讯员 庞赞文/摄

“医生,我像是重生了!”

这种方法,治好了折磨他10多年的强迫症

“张医生,我现在舒服了,强迫症状也消失了。我还找到稳定工作,已经拿到第一个月工资了。”近日,28岁男子小君(化名)来到宁波大学附属康宁医院早期干预科张宗凤医生的门诊,带来了好消息。

药物用到顶格仍效果不大

张宗凤的主攻方向是强迫症。强迫症是精神科最难治的疾病之一,强迫症患者各有各的艰难和不幸,小君的状况尤其让张宗凤心疼。

小君今年28岁,强迫症病史已经有10多年。强迫症按症状主要分为3个类型:以强迫思维为主的强迫症,以强迫行为为主的强迫症,混合型强迫。小君主要表现为以强迫思维为主的强迫症,脑海中总被一些想法困住。这些思维,把小君一次次拉进深不见底的泥潭。典型表现是,他总觉得身边的人故意恶心自己或者想欺负自己。

这和我们常说的“心思重”有什么区别呢?比如,别人一句不经意的话,一个行动,小君会耿耿于怀。当他想到这件事,会不断将其发酵、放大。第一次来到张宗凤门诊时,他讲起此前的一个案例。他有一天

突然想到,大学时,有个同学碰了下他的胳膊。“他是不是想欺负我?”“他是想以此让我倒地,让我出洋相吗?”“他是故意恶心我吗?”……这些强迫思维像毒蛇一样缠上小君,让他坐立不安。最后,他不得不辗转找到这个同学,当面理论。对此,同学觉得实在匪夷所思,甚至当场骂他“神经病”。

这些年,他尝试了各种治疗,药物也用到了“顶格”,但是效果并不明显。如影随形无法摆脱的强迫症不仅让小君身心煎熬,也让他无法正常生活、工作。大学毕业以来,他没法像同学一样找到一份正常的稳定工作,只能偶尔在网上接一些零工。

据介绍,强迫症的形成往往和童年时的经历有关。小君认为,自己的强迫症和童年时父母疏于照顾有关,当自己被同龄人欺负时,总无人“撑腰”。

“万万没想到,自己能有的这一天”

除药物治疗、认知行为治疗等传统方式外,深部脑刺激(DBS)治疗难治性强迫症也被纳入了临床试验。宁波大学附属康宁医院成为协作单位之一。

当小君在门诊中表示“迫切希望能新生”时,张宗凤向他介绍了这一技术。小君如溺水的人抓到了浮木,当即决定尝试,他形容这是“最后的救命稻草”。经系列评估,小君符合手术指征,张宗凤将其推荐给上海方面。

小君很快在上海接受了手术。医生通过微创手术,将一个电极植入小君的脑部,并在胸前皮下植入脉冲发生器。这是一种微创、可调节、可逆、不良反应少的神经调控技术。

术后一个月,小君来到张宗凤的诊室,在评估后设置参数、开机,小君脑中像头发丝一样微不可见的电极开机了。

“开机”和收音机寻找频率类似。张宗凤每调整一次参数,都会询问小君的情绪体验,从而调整新的电压、脉冲等参数。开脉冲发生器会刺激其大脑深部的某些神经核,纠正异常的大脑

电环路,从而改善患者的精神异常症状。

“电刺激的强度、持续时间等都可以根据患者的情况做调整,量身打造个性化的方案。”现在,小君找到了适合自己的方案——电池设置为早上六点启动,他也刚好醒来,开始新的一天。

目前,小君已经停用除了助眠药物的所有精神科药物,此前的强迫症状也已经“消失”。

他感激地说:“张医生,我万万没想到,自己能有的这一天。我现在有了稳定的工作,生活也在慢慢恢复正常。像是重生了!”

张宗凤介绍,今年10月起, DBS手术治疗难治性强迫症已在全国范围内推广。作为协作单位,康宁医院也已筛选了3位患者。

张宗凤说,难治性强迫症给患者本人和家庭带来了极大的痛苦。DBS作为新的治疗手段,有望带领部分患者走出强迫症阴霾。

记者 王颖
通讯员 孙梦璐