

38岁网红突发低血糖去世 宁波曾有人因此成了植物人 医生:这几招关键时刻能救命

近日,阿根廷网红“奇娜”因突发低血糖在家中去世,年仅38岁。消息一出,不少网友表示震惊:低血糖居然会致命?这位曾在央视舞台绽放笑容的“洋媳妇”,以生命的代价撕开了大众对低血糖认知的误区。

“如果说高血糖的危害是以‘年’为单位来计算,那么低血糖的危害是以‘小时’来计算的。处理低血糖事件更应争分夺秒。”宁波市第二医院内分泌科姚丹珍副主任医师从业十几年,常年与糖尿病人打交道。她说,低血糖主要发生在糖尿病患者身上,患者都知道高血糖危害极大,却不了解低血糖容易对大脑造成不可逆的损伤,严重的会在瞬间损害身体器官,导致昏迷甚至死亡。她曾眼睁睁地看着两位严重低血糖患者好不容易从深度昏迷中抢救回来,最后变成了植物人。

1 “控糖模范生” 突发低血糖昏迷

血糖是指血液中的葡萄糖,这是人体组织、脏器正常运作的能量来源。医学上,针对糖尿病患者和非糖尿病患者,也有着不一样的低血糖判断标准:糖尿病患者低血糖标准: ≤ 3.9 mmol/L;非糖尿病患者低血糖标准: ≤ 2.8 mmol/L。

在姚丹珍管理的2型糖尿病病友里,有一位62岁的方师傅(化姓),前阵子就因为低血糖被紧急送医。

方师傅患2型糖尿病已有10多年。一开始时服用口服药,后来因为血糖控制不佳改用胰岛素。平时,他很注重保养,每天按时打针吃药,血糖控制得很好,在病友群里属于“模范生”。但他万万没有想到,自己会因为一场腹泻诱发低血糖,被紧急送往医院。

一周前,一向身体不错的方师傅突然腹泻不止,人一下子没了精神,胃口也大不如从前。他想着即便生病了血糖控制这根弦也不能松,还是每天坚持打胰岛素。这天晚饭后,他早就上床睡了,家人觉得奇怪就去叫他,可已经叫不醒了。家人赶紧开车将其送到宁波市第二医院急诊,一测血糖2mmol/L都不到,属于低血糖昏迷。当晚,急诊对症纠正低血糖,并转至内分泌科病房系统治疗。

姚丹珍解释,身体不适时患者的食欲会受到影响,进食量也会相应减少,进而影响血糖水平,此时方师傅应酌情减少胰岛素用量,而他打的还是平时的量,因此突发低血糖。

“在糖尿病患者中诱发低血糖最常见的原因是药物,特别是某些降糖药物的使用,如胰岛素或磺脲类降糖药使用不当,可能会引起糖尿病患者的低血糖风险升高。”姚丹珍经常提醒糖尿病患者,一定要密切监测血糖,严格遵医嘱使用降糖药物,如果有恶心呕吐、腹泻、进食减少等问题,要及时咨询医生,调整相应降糖方案,避免使用了不合理的药物或剂量导致低血糖的发生。

2 低血糖比高血糖更危险

在医生眼里,低血糖到底可怕在哪里?“高血糖主要引起的是慢性并发症,慢慢损伤血管、神经等,危害性以年计,但低血糖就不一样了,会在短时间内摧残人体。”姚丹珍记得,70岁的糖尿病患者严师傅(化姓)向她形容自己低血糖发作时的情景,“一会儿的工夫,出现了强烈的濒死感,大汗淋漓、四肢乏力,感觉自己走了一遭鬼门关。”对于这段低血糖的经历,他至今仍觉得后怕,平日里分外注重血糖监测和日常用药。

姚丹珍说,糖尿病患者发生低血糖时,可能会出现饥饿、头晕、出汗、发抖、心跳加快、面色苍白等。部分患者还表现为行为异常、举止反常、言语不清或其他非典型症状。也有一部分患者发生低血糖时无明显的临床症状,这种情况被称为无症状性低血糖,也被称为无感知性低血糖或无意识性低血糖。

3 平时该如何预防?

抢救低血糖患者,可以用“分秒必争”来形容。姚丹珍提醒,糖尿病患者一旦出现类似低血糖的症状,应立即检测血糖并采取措施改善症状。如果神志清醒,可以口服糖水、含糖饮料,或进食糖果、饼干、巧克力等即可缓解。此时,应注意避免食用过多的糖,以防止低血糖后高血糖反应。如果已神志不清,切忌喂食以免误吸或呼吸道窒息。对于因药物引发的低血糖,应及时停用相关药物。

她特别提到,有低血糖风险

医学界有一句名言:“一次严重的医源性低血糖或由此诱发的心血管事件,可能会抵消一生维持血糖在正常范围内所带来的益处。”这是什么意思?

姚丹珍解释,严重低血糖时,大脑会发生不可逆的损伤,可能出现脑水肿、脑坏死,甚至偏瘫,这些情况下死亡率较高;此外,低血糖也会激活身体的交感神经系统,引起心率增快,心肌耗氧量增加,从而诱发心肌梗死,或者出现致命性的心律失常。低血糖致死的最重要原因可能是心脏问题,心肌供血不足或者致命性心律失常都会导致死亡。

“长期严重的低血糖,一旦昏迷超过6小时,发生的脑组织损伤根本不能恢复;时间再长一些,就会导致死亡;即便在深度昏迷时抢救过来,最后也会变成植物人状态。”她至今还记得,有两位患者因严重低血糖,从深度昏迷中抢救回来后不幸成了植物人。

的患者最好不要单独居住,平时可随身携带糖尿病急救卡,万一出现低血糖又不能自救的情况,方便向路人求助,争取抢救时间。

她建议,预防低血糖,可以从这些生活细节做起:正常人群按时吃饭,不要盲目节食,规律作息;糖尿病患者吃饭最好定时定量,不擅自减餐;运动也要“定量”,少进行太长距离的运动以及大重量超负荷的劳动;定期监测血糖;严格遵医嘱调整药量,避免自行增减。

记者 庞锦燕
通讯员 徐静娜 文/摄

3岁女孩 走路酷似“鸭步” 经两次手术 终于恢复正常

来自贵州的西西(化名)今年3岁,半年前出现步态异常,走路像小鸭子般左右摇晃,跑跳时更是频繁跌倒,经介绍来到宁波大学附属妇女儿童医院小儿骨科就诊。

接诊的小儿骨科主任杨彦才副主任医师发现,孩子步态呈典型的鸭步步态,根据经验,判断西西的髋关节发育有问题。经X片检查,证实了其诊断:西西患有发育性髋关节发育不良,且分型为较为严重的IV型,属于高脱位型。

据介绍,发育性髋关节发育不良(DDH),是小儿骨科比较常见的先天性畸形之一,发病率为1‰—3‰左右,女性的发病率远高于男性,左侧的发病率高于右侧。

杨医生表示,宁波开展小儿髋关节筛查已近20年,乡镇街道的基层卫生院均已开展了髋关节的超声检查,能够对发育异常的髋关节给予早期的诊断和治疗,所以现在很少会见到像西西这么严重的髋关节脱位了,必须马上手术。

西西收治入院后接受了CT及MRI检查,并基于CT检查结果,杨医生团队联合医院设备科进行了骨盆的3D打印,1:1还原患儿的骨骼模型,直观规划手术路径,模拟截骨方向及角度,减少手术时间和出血量。

小西西长期脱位行走,造成了髋臼及股骨的继发畸形,科室讨论为其制定了治疗方案,由杨医生主刀,给予左髋关节切开复位,骨盆及股骨截骨手术。术后X片及CT证实脱位的髋关节稳定地放到了原来的地方。石膏固定6个星期后,经过功能锻炼,左侧脱位髋关节恢复了其应有的功能。

半个月前,西西再次由杨医生主刀,行右侧髋关节切开复位,骨盆及股骨截骨手术。术后X片及CT证实脱位的髋关节复位良好。杨医生表示,再过1个月,西西就可以拆除石膏,进行功能锻炼,然后就可以摆脱小鸭子步态,像正常小朋友一样行走了。

针对该病例,杨医生提醒家长,要注意孩子有无臀纹不对称、下肢不等长、髋关节外展受限及髋关节弹响等情况,适时做好髋关节筛查,早发现早治疗,可以避免像小西西这样因为病情延误而不得不做的大手术。

记者 程鑫 通讯员 马蝶翼



医生在查房。