

悔不当初！

一次鞋子磨脚，让她不得不截趾

医生：糖尿病足如暗火

脚上一个不起眼的小水泡，一次轻微的擦伤，对普通人来说可能几天就好。但对糖友们而言，若不及时干预，就可能发展为严重感染，甚至导致截肢。

72岁的陈奶奶因新鞋磨脚造成皮肤破损，十余天后伤口不仅没愈合，反而出现红肿加重，且创面深处散发出恶臭。家属将其送至慈城镇中心卫生院慈湖人家团队就诊时，宋万波医生发现其足部已出现大面积皮肤坏死和溃烂，感染严重，最终不得不接受截趾手术。



宋医生上门为患者换药

小伤溃烂终截趾

家住江北区慈湖人家社区的陈奶奶是一名2型糖尿病患者。家庭医生宋万波在日常随访中发现其血糖控制不佳，曾多次建议她规范治疗、定期监测。但起初，陈奶奶及其家属对家庭医生的建议缺乏信任，依从性较差。

由于血糖长期处于高水平，陈奶奶一度感到身体不适，便前往社区卫生服务站配药。然而，症状稍有缓解后，她便自行减药甚至停药，服药缺乏规律性。她说自己“不想一辈子靠降糖药活着”。就这样，为逃避宋医生的“唠叨”，她逐渐回避就医，不仅不再到服务站取药，也连续多年未参加社区组织的免费健康体检。在这种断续治疗的状态下，她的血糖水

平长期波动，始终未能得到有效控制。

去年夏天，陈奶奶更换了一双新凉鞋，不慎磨破了左足背外侧的皮肤。本是一处轻微损伤，但由于高血糖导致的周围神经病变和血液循环障碍，伤口迟迟未能愈合。十余天后，局部红肿持续加重，疼痛加剧，并出现感染征象，病情迅速恶化。

“虽然表面已经结痂，但我摸着感觉不对劲，伤口周边的皮肤温度特别高。”陈奶奶回忆道。察觉异常后，家人立即将她送往附近诊所就诊。然而，随着时间推移，陈奶奶的伤口非但没有好转，反而持续扩大，肿胀、疼痛的感觉不断加剧。最终，家人再次将她送至慈湖

人家社区卫生服务站，找到了家庭医生宋万波。

“从发病到就诊已过去两个多月，病情非常严重。”宋万波医生检查发现，陈奶奶左足背有一处约5厘米×4厘米的皮肤缺损，深度达3厘米，局部组织已发生坏死，呈黑褐色，创面伴有明显渗出和恶臭。

宋万波立即启动转诊流程，将陈奶奶转至上级医院进一步治疗。经综合评估，医生为其实施了截趾术及部分跖骨截骨术，彻底清除坏死组织，控制感染扩散，防止病情进一步恶化。

术后，家属既感激又懊悔：“早知道就该听宋医生的话，好好控制血糖，规范用药。”

医生午休时间上门换药

术后，陈奶奶的伤口还需要定期清创、消毒、换药。宋万波就利用中午休息时间上门为陈奶奶换药，并耐心向家属讲解伤口护理的正确方法。就这样，一个月间，宋万波先后上门服务了10次。在他的悉心指导和持续跟进下，陈奶奶的伤口逐渐愈合，恢复进展顺利。

宋万波医生了解到，陈奶奶因害怕注射疼痛，经常擅自减少胰岛素使用次数，导致血糖控制不稳定。在全面评估其胰岛功能及整体健康状况后，他重新调整治疗方案：将原来每日四次的胰岛素注射，改为每日一次长效胰岛素，以稳定基础血糖

水平，同时配合口服降糖药物控制餐后血糖。这一个性化调整不仅显著减轻了注射带来的不适，提高了陈奶奶的治疗依从性，也使其血糖控制效果明显改善。

此后，宋万波坚持通过微信、电话等方式与陈奶奶及其家属保持密切随访，并定期安排她到服务站进行抽血复查，动态监测各项指标，实施糖尿病的精细化管理。在医患的共同努力下，陈奶奶的血糖逐渐趋于平稳，生活质量显著提升。不久前，她特意来到慈城镇中心卫生院，将一面锦旗送到了宋万波手中——这不仅是一份感谢，更是一位慢性病患者对家庭医生最真挚的信任与肯定。

宋万波医生提醒，糖尿病足如暗火，长期高血糖可导致糖尿病患者出现下肢神经病变和周围血管病变。神经受损后感觉迟钝，脚部即使被扎伤、磨破也可能毫无知觉；血管狭窄则造成血液循环不良，伤口愈合能力显著下降。在这种情况下，细菌极易侵入，一个微小的创口也可能迅速发展为感染、溃烂，甚至面临截肢风险。

他特别提醒，如果出现足部有伤口并伴有发热、足趾发黑并散发恶臭、突发剧烈足痛后突然“不疼了”这几种情况，要立即就医，切勿拖延。

记者 程鑫
通讯员 史俐俐 文/摄

别把牙疼不当病 该菌可致肺脓肿

65岁的王先生(化名)从未想过，小小的牙痛竟然会演变成肺脓肿。只因忽视了口腔问题，他最终因高烧不退被收治入院，懊悔不已。

从半个月前开始，王先生每天早晨起床时都会咳嗽，偶尔咳出的痰中带有暗红色血丝，痰液闻起来还有点臭。到了下午就会出现发烧的情况，最高能烧到39℃。他在当地医院就诊后配了头孢类消炎药和退烧药，但吃了也没见好转。

迁延不愈的病情，让王先生的心情变得沉重。经朋友推荐，他来到了宁波大学附属医院，挂了呼吸与危重症医学科主任医师彭卫东的门诊。胸部CT显示双肺感染，双肺下叶有团块灶，彭卫东结合症状判断为肺脓肿，随即安排他住院治疗。通过纤维支气管镜检查，发现引发肺脓肿的竟是厌氧菌。

彭卫东详细追问病史后终于找到原因，原来，王先生多年来饱受口腔疾病的困扰，经常牙龈肿痛，却总习惯自行服药，从未及时就医。“正常情况下口腔与呼吸道存在天然屏障。但出现牙周炎或龋齿时，口腔里就会滋生大量厌氧菌，形成慢性感染灶。接着这些细菌可能从口腔‘迁移’到肺部，引发严重感染。”彭卫东解释。经过抗感染治疗，王先生的病情得到控制。

彭卫东还提到，牙龈出血时，细菌也会通过血液循环“漂流”至肺部。此外，睡眠、醉酒或吞咽功能障碍时，含菌唾液也可能吸入到肺部。“肺脓肿不同于普通肺炎，不可忽视。”他强调，肺脓肿通常表现为持续高热、咳大量脓臭痰，还有胸痛和乏力。长期口腔卫生差者、老年人、糖尿病患者等人群容易患病。

该如何预防肺脓肿？彭卫东建议从源头控制。一是积极治疗龋齿和牙周炎，平时可使用牙线、漱口水等清洁口腔，减少口腔细菌负荷；二是睡前3小时避免进食，长期卧床者可将高床头抬高30°，降低误吸风险；三是一旦出现牙龈肿痛、口臭加重，需及时就医，咳嗽超2周不愈要排查肺部感染。

记者 陆麒麟 通讯员 郑瑜 余涛 文/摄



彭卫东正在查房。