

降糖药使用地图发布

西安交通大学研究团队对2015—2022年间我国9类非胰岛素类降糖药的全国采购数据进行了分析,评估了使用变化趋势等,为患者选用降糖药提供了参考。近日,该文章发表在《diabetes(糖尿病)》杂志上。

降糖药整体使用量逐年增加 8年间,我国降糖药物的使用量由2015年的14.45DDDs/患者(DDDs,即DDD数,表示每一药物的年消耗量除以该药的DDD值。DDDs大,反映患者对该药的选择倾向性大)增加到2022年的47.37DDDs/患者,且9类药的使用量均呈增加趋势。

上海交通大学医学院附属新华医院内分泌科主任苏青说,药物整体使用量增加的原因主要有三点。第一,过去8年糖尿病患病人数在持续增加。第二,糖尿病的知晓率、治疗率在增加。第三,民众

对血糖的达标要求越来越严格,用量出现增加。

不同类型药物增加趋势不同 研究发现,二肽基肽酶-4抑制剂(DPP-4i)、胰高糖素样肽-1受体激动剂(GLP-1RA)、钠-葡萄糖转运体2抑制剂(SGLT-2i)及复方制剂等新型降糖药和二甲双胍的使用量在迅速增长。磺脲类作为“最常用的降糖药”,占比正在迅速下降。

苏青介绍,SGLT-2i等新型降糖药不仅能满足降糖需求,还能保护心血管和肾脏,有的还有减重作用,对肥胖的糖友更友好,故用量会逐渐增加。而磺脲类、格列奈类药物不仅没有保护脏器的作用,还存在安全性问题,容易导致低血糖。苏青说:“我们医院磺脲类药物用得很少,和20年前相比只有不到1/10了。”二甲双胍虽然也是老药,但它仍

有优势,降糖效果好且安全性强,适用人群广泛。

对糖友选降糖药的建议 苏青建议糖友选降糖药总体上需遵循四条准则。

第一,减少使用易导致低血糖的药(如胰岛素、磺脲类、格列奈类),如使服用,食用前应密切监测血糖水平。对于胰岛功能较差者或血糖非常高的患者,要使用胰岛素。应尽可能使用低血糖风险低的胰岛素,少用预混人胰岛素及预混人胰岛素类似物。

第二,注意药物间的相互作用,如有的药物叠加使用会增加低血糖风险,患者要先咨询医生。

第三,注意药物对其他器官的损伤,尤其是老年糖友本就有肾功能减退,乱用药容易导致严重后果。

第四,关注药物在降糖外的获益,如能否保护心脑血管、肾脏、肝脏等,能否有助于减重等。(摘编自《华商报》)

水果不洗小心感染寄生虫

66岁的王先生常年务农,有时地里的新鲜蔬果摘下来不洗,擦擦就吃了。上周体检时,医生发现他肛门附近和十二指肠降段都有活的小虫,经检验,确定为钩虫。

西安医学院第一附属医院消化病院消化内科主治医师刘欢介绍,感染钩虫主要与饮食不洁有关,患者常会出现食欲不振、全身乏力、贫血等症状。建议特别注意容易感染寄生虫的莲藕、芥菜、花菜和荸荠等蔬菜,蓝莓、草莓、杨梅、桑葚、

樱桃、葡萄、无花果等水果以及小龙虾、田螺、醉虾、醉蟹等未经充分加工或烹饪的肉类。建议确保食物彻底煮熟煮透,水果要在食用前用流动的清水冲洗后,用清水浸泡一段时间,以去除农残及寄生虫。

刘欢提醒,喜欢吃生食,具有高风险暴露史者,需由医生治疗,切勿自行服用打虫药。不同的寄生虫感染,肠虫清的用量和时间完全不同,用错了反而会弄巧成拙。(摘编自《扬子晚报》)

卧床一月躺出肺栓塞

因腰部酸痛,70岁的杨女士在家躺了一个月,没想到越来越难受,入院后被诊断为肺动脉栓塞。

“这种病隐蔽性强,易漏诊误诊,致死率高。患者长期久卧,腿部静脉内的血液易淤积、凝固形成血栓。起身活动时,血栓受到腿部肌肉挤压,会脱落‘乱跑’,随血液到达肺动脉时,易堵住

血管形成肺栓塞,引起呼吸困难。”厦门大学附属心血管病医院血管外科主任庄晖强调,平时要避免久坐,久坐后应起身活动,多饮水,降低血液黏稠度。长期卧床的病人及老年人要注意活动下肢或使用弹力袜,防止血栓形成。若在久坐、久卧后出现胸闷、气促、心慌、心悸、头晕,应及时就医。(摘编自《福州晚报》)

补钙壮骨当心3个误区

补钙是个老生常谈的话题,但你有想过这些问题吗——骨质疏松就是身体缺钙吗?补钙,吃钙片就行了吗?补钙壮骨,有哪些误区?……带着这些问题,我们咨询了中南大学湘雅二医院原骨科教授傅荫宇。

1.骨质疏松就是身体缺钙吗?

傅荫宇教授:骨质疏松症是一种以骨量低,骨组织微结构损坏,导致脆性增加,易发生骨折为特征的全身性骨病。其症状主要为腰背疼痛频繁,久立久坐、弯腰时疼痛加剧,弯腰驼背、身长变矮,非常容易发生骨折。

不过,骨质疏松不仅仅是“身体缺钙”,因为除了钙以外,骨骼中还有约1/3是以复合骨胶原蛋白为主的有机物。骨骼在多种激素参与下不断更新代谢,随着年龄的增长,体内的复合骨胶原不断流失,导致骨骼的代谢出了问题,不进去的钙无法沉积在复合骨胶原组成的骨纤维上,会出现源源不断的“骨流失”,就好像一个水龙头漏水。因此,发生骨质疏松的根源是复合骨胶原的缺乏,缺钙只是一个方面。

2.补钙越多越好吗?

傅荫宇教授:曾经在门诊,经常会碰到患者询问能否多给他们开几瓶钙片,理由是他们“吃得

得多,补得快!”其实,人体每天对钙的需求量是有限的,老年人每日需要的钙元素约为1200毫克,并不是吃得越多,补得越快,摄入过量的钙反而容易诱发其他脏器的健康问题。我们每天肉类、奶类、蔬菜中都含有钙质,并不需要每天补充钙片。盲目过量补钙可能导致体内的血钙量过高,增加泌尿系结石、心血管疾病的患病风险。要想骨骼强健,建议不要单一补钙,而是重视补充复合骨胶原等骨骼需要的有机质营养。只有补好骨骼健康的这一“短板”,骨骼才能强韧不易折,保护老年朋友周全。

3.对抗骨质疏松补钙就行?

傅荫宇教授:对抗骨质疏松,钙元素是基石,但光补钙达不到理想效果。钙剂的吸收需要维生素D、复合骨胶原的支持。钙和复合骨胶原是一对难兄难弟,钙使骨骼强硬有力,复合骨胶原使骨骼强韧不易折。两者结合,打造强健的骨骼,助力老年朋友持续保持骨骼年轻态。

建议出现骨密度低、多梦易醒、牙齿松动、佝偻驼背、不明原因腰背疼痛、腿抽筋等症状者,遵医嘱营养干预骨质疏松,补充复合骨胶原,增强骨密度。这十来年里,我也经常吃复合骨胶原,现在90多岁了,生活质量还不错。(文/杨蓓)



保健食品
国食健注G20070258
国家食品药品监督管理局批准

- 复合骨胶原 ● 抗坏血酸钙
- 柠檬酸钙 ● 大豆异黄酮

和格 复合骨胶原 异黄酮钙片

(和格牌骨胶原片)

增加骨密度 请认准和格牌!



增加骨密度

和格牌复合骨胶原异黄酮钙片(和格牌骨胶原片)以复合骨胶原、抗坏血酸钙、柠檬酸钙、大豆异黄酮等为主要原料制成,本品经动物实验评价,具有增加骨密度的保健功能,适用于中老年低骨密度人群。

和格牌骨胶原批准文号:国食健注G20070258;
SC生产认证;
原料复合骨胶原发明专利号:ZL02120433.0。

武汉和格生物技术有限公司 鄂食健广审(文)第240718-02202号 适宜人群:中老年人
不适宜人群:少年儿童、孕妇、哺乳期妇女、妇科肿瘤患者及有妇科肿瘤家族病史者
保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病

订购热线: 400-6698-505
13677339238 0731-84483088



广告