辽沈名医 15

辽沈晚报
LIAOSHEN EVENINGNEWS

2018.11.15 星期四
监制 张喜梅
编辑 靳室绂
美编 丁 锐

联系我们
热线电话：
22698527
微信号：
辽沈V健康
来信请寄：
和平区青年大街356号
辽沈晚报健康专刊
邮编：110003

关注·健康
关注·辽沈晚报v健康

预防糖尿病 首先要控制体重

“2018年11月14日是第27个“联合国糖尿病日”，今年的主题是“家庭与糖尿病”。

糖尿病作为全世界主要的慢性疾病之一，已成为严重的全球性公共卫生问题。我国是全球糖尿病患者最多的国家，并且糖尿病及糖尿病前期患者人数仍然在迅速增加。比起治疗，预防糖尿病更为关键。

发病年龄已提前到20、30岁

中国医科大学附属第一医院内分泌科曹艳丽教授表示，随着生活条件和饮食作息的变化，临床上2型糖尿病的发病年龄越来越早，20、30岁的患者已不再少见，通常都是肥胖的患者。这是因为糖尿病的发病机制和基因及环境因素等相关，如果父母双方患有2型糖尿病，那么子女的患病率就会很高，这样家庭的子女应积极锻炼身体、合理膳食，以保持健康体重，因为肥胖会进一步增加糖尿病发生的风险。

对于健康人群来说，预防糖尿病要千万注意饮食，控制一整天总热量的摄入，高脂肪、高热量的食物应少吃，增加食物中膳食纤维的摄入，多吃新鲜的蔬菜水果。由于普遍吃大米、白面等细粮，可在平时的饮食中适当加入一些粗粮。

另外，减少静坐的时间，根据身体情况适度增加运动量，散步、快走、慢跑、游泳等选择一项适合自己并长期坚持的运动，并且一周保持在150分钟以上的中等强度的有氧运动，以运动后微微出汗、呼吸、心跳轻度加快，为达到锻炼身体的目的为宜。

很多糖尿病患者早期并没有不适感，所以导致不能及时发现自身的疾病，建议对高危人群应定期体检筛查糖尿病。值得注意的是，腹型肥胖者是发生糖尿病的高危人群，这类体型的人应注意减轻体重，积极预防糖尿病，并应定期体检。

曹艳丽教授介绍，大多数糖尿病患者为2型糖尿病，可以通过定期锻炼、均衡饮食和改善生活方式来预防和改善。

可是降血糖容易，但治疗糖尿病并发症却很难。糖尿病会引起人体微血管并发症（眼睛、肾脏和神经病变等）和大血管并发症（脑血管、冠状动脉和下肢动脉等），危害极大。其中，50%的糖尿病人死于大血管并发症（脑梗或心梗）。

建议市民，发现2型糖尿病后就应及时检查并发症，1型糖尿病通常建议在患病5-10年后筛查慢性并发症。糖尿病慢性并发症的防治，应注意综合治疗，包括控制血糖、血脂、血压、戒烟等等，早发现早治疗，往往还有逆转的可能。

糖尿病足病可发生在糖尿病任何阶段

目前，糖尿病足病较为常见。沈阳市第七人民医院内分泌科主任甘宇强调，糖尿病患者长期的高血糖，造成了自身足部的微循环障碍和神经的损伤，在此基础上，如果脚部的皮肤破损，出现感染、造成足部溃烂。

通常情况下，患者早期会有足部发凉麻木感，走路有踩异物感或者脚底增厚、走路不稳的感觉。此外，还会出现皮肤营养障碍的表现，比如说皮肤的干燥、容易脱屑、有裂口，另外指甲生长缓慢、指甲增厚，还有汗毛稀少等。需要注意的是，糖尿病足病可发生在糖尿病的任何阶段。

临床上，很多患者是因为足部长期感染、破溃得不到好转，就医检查时才发现自身竟患有2型糖尿病，并且已经合并了糖尿病周围神经病变的情况。这类患者通常是以糖尿病足病为首发症状，其中以30、40岁青中年男性患者较多，他们的普遍特点是超重、生活不规律、爱吃夜宵或以饮料代替水等。

据了解，糖尿病患者年龄越大、患病率越高。我国70岁以上人群中，糖尿病患者达到20%以上。这部分人群由于糖尿病和高龄导致的周围血管病变更严重，所以糖尿病足病的发病率相对更高、病情更重。

甘宇提醒广大糖尿病患者，糖尿病足病的预防意义非常重大，及早的预防和治疗就可以避免出现截肢致残等严重的情况。可通过积极控制血糖、血脂和血压，从根本上降低糖尿病足的发病风险。同时，戒烟限酒，避免足部受外伤。在血糖不平稳时每天监测3-4次血糖：即空腹和餐后2小时，必要时加睡前血糖。在血糖平稳时每周监测1-2天。

同时，糖尿病患者需每天检查足部及鞋子，以发现隐匿的组织破坏与鞋子内的机械应力增高，通过改造鞋子、模具式内垫或是鞋子加深，可有效缓冲足部应力并提供支持保护。

不使用胰岛素会导致并发症提前吗？

沈阳市第六人民医院内三科（内分泌科）主任王晓梅指出，临床上，很多糖尿病患者检查出血糖高后，往往是拒绝使用胰岛素治疗的，误认为胰岛素作用力强，担心影响以后口服药物的效果。实际上，这是不科学的。胰岛素是一种安全有效的降糖药物。但是并不是每个新诊断的2型糖尿病患者都必须使用胰岛素。比如，对于新诊断的2型糖尿病患者，首选的治疗方案是生活方式干预，包括合理运动、控制饮食，如果三个月后血糖情况没有得到改善，则需要药物治疗；而对于首次诊断时空腹血糖超过11.1mmol/L，或者糖化血红蛋白超过9%，同时合并明显临床症状或合并严重并发症，2种或2种以上口服降糖药物大剂量治疗3个月后仍不达标（糖化血红蛋白超过7%）的2型糖尿病患者来说，则需要启动胰岛素治疗。待血糖控制达标后，再根据患者个人情况调整降糖方案。

“所以，并不是不使用胰岛素就会导致糖尿病并发症提前，想要控制糖尿病并发症，还是要保持血糖控制达标和健康体重”，王晓梅说。

记者 薄琳

糖尿病足病成为高发的糖尿病并发症之一

11月14日是联合国糖尿病日。糖尿病在世界范围内成为流行病，中国的糖尿病患病人数已经超过1个亿。

糖尿病足病是糖尿病最严重和治疗费用最高的慢性并发症之一。

我国50岁以上糖尿病患者1年内新发足溃疡的发生率为8.1%，治愈后糖尿病足溃疡患者1年内新发足溃疡的发生率为31.6%。糖尿病足溃疡患者的年死亡率为14.4%，而截肢（包括大截肢和小截肢）后的5年死亡率高达40%，严重威胁着人类健康。

为了减少糖尿病足的发生率及致残率，当天，“沈阳市糖尿病足病诊治中心”在沈阳市第七人民医院举行成立揭牌仪式，同时沈阳市第七人民医院将举办联合国糖尿病日的大型义诊活动。

建议广大糖尿病患者，应控制好自身血糖，血糖达标才会减少并发症的发生。并且，关注自己足部的健康，避免受外伤，一旦发现足部伤口不易愈合或合并感染的情况，及时就医，以免延误了糖尿病足病的最佳治疗时机，导致最终截肢，给社会和家庭造成沉重的精神负担及经济负担。

记者 刘冬梅

冻干三七粉可以这么吃

三七生长于云南文山等地，作为名贵中药材，有着“参中之王”的美誉。”清代·赵学敏《本草纲目拾遗》中则记录：“人参补气第一，三七补血第一，味同而功亦等，为药品中之最珍贵者。”

冻干三七是指使用高科技，真空冷冻干燥工艺，对新鲜三七进行干燥。冻干后的三七含水率较低，性状与新鲜三七相近，可当鲜三七使用。

冻干三七总皂苷和主要活性成分比普通三七高30%，营养更丰富。冻干三七超细粉由业内顶级冻干设备生产线，低温气流超微粉碎技术，研磨至微米级粉末，有效成分更容易溶出，从而使吸收率达到100%。

文七堂拥有正规医药批发资格，且所销售的三七均选用文山正规药企出厂的有检验报告的三七，原生态挖出来的原样，品质清晰可见，保证您不会买到病三七；无任何处理，保证不打磨、不打蜡，无任何有害成分农药、重金属等有害物质成分，药效更稳定、原生成分三七皂苷的含量更完整。

直向投资◆招投资人
沈阳、大连房产直接抵押到您名下担保
TEL:13478888755◆招销售精英
中国民间借贷行业影响力十佳诚信企业
中国投资理财服务公众满意十佳模范品牌

分类广告
上门办理：齐淑珍 15524277119
订版电话：024—22829900
郑重提示：本版信息不做为双方交易法律依据，使用本信息，请行做核对相关证照，一切交易行为自行承担法律责任。

投资理财咨询
寻求资金
凡轩投资 项目寻求资金
12%~18% 保证资金安全
13166606666 88557277 大东区珠林路28号8门

退休金工资卡贷款 当天放 13478377734

信用卡 取现、垫还、0.8点低 13022428032

招 聘
◆招口腔医生护士 15041233839

医疗美容
癣 痒 30天300元
治疗期间无效免费，抚顺慈济医院
市人民检察院对面 024-57580699

托老养护
花园式医养结合养老院 费用低营养餐 88273999

厂房场地
铸造厂租售求合作
铁西新区占地20亩，建设用地。厂房、办公2000平米。设备手续齐全电100kv，生产中13897994470

声 明
◆万家建设（辽宁）有限公司许朝信专职安全生产管理人员资格证书编号辽建安AC[2013]33471丢失作废。
◆辽宁百思特医药连锁有限公司兴华分店，开户许可证（核准号J2210030064701），机构信用代码证（G13210106030064704），丢失作废。
◆康平县康平镇为民种子销售中心营业执照正副本注册号210123600129033丢失声明作废。

沈阳市龙泉古园有限公司
为了体现“客户为本”的服务理念，答谢广大客户对龙泉古园的支持，从即日起，凡是购墓实际成交额（墓价+管理费）在5万元以上（含5万元）的客户，，即可享受一次“幸运大抽奖”活动，奖品丰厚，百分百中奖，现刮现兑。全年限售墓位数量500个，欲购从速数量有限。
贵宾专线：4000406888 市内办事处：024-24210841
地址：浑南新区祝家镇 网址：www.sylqgy.com
乘车路线：南塔客运站乘387路公交直达龙泉古园。

◆沈阳佰信恒承商贸有限公司遗失深圳增值税专用发票（抵扣联发票联）代码4403174130号码14048421丢失特此声明。◆康平县康平镇文刚菜籽店营业执照正副本注册号210123600127724丢失声明作废。◆赵小莹遗失沈阳旭辉东樾城南区（沈阳辉明置业有限公司）收款5000元（收据0232857）金额5000元（收据0232858）金额70000（收据0232981）金额70000（收据0232982）声明作废。◆2014.5.27日核准的沈阳经济技术开发区居住日用百货店营业执照正本注册号2101066004507 94丢失作废。◆辽宁东亚旅游集散旅行社有限公司辽AG5670道路运输证证号20401431丢失声明作废。◆沈阳市大东区团结社区爱群绿色干洗店，税务登记证正副本210104197611105269，丢失声明作废。◆沈阳市东陵区洺鑫家政服务部营业执照正本（注册号：210112600232348）地税税务登记证正本（税号：210112198005272221）丢失，声明作废。◆沈阳圣玛顿广告有限公司开户许可证核准号J2210031385301丢失作废

◆刘维和平大街1号地拆迁协议（协议号货币189、拆迁时间2008年）丢失声明作废。◆刘爽丢失《就业失业登记证》登记证编号2101022014109567声明作废。◆万立鹏遗失大连黑石礁苏宁易购的销售发票1份，代码121021822261，票号：00050550声明作废。◆张英德 郑艳洁沈阳市皇姑区鸭绿江西街31号1-16-2购房发票票号00072919金额753775元丢失声明作废。◆温建军沈阳市于洪区阳光路100号232购房首付款发票票号00147848、按揭款发票00246257丢失声明作废。◆辽宁莆田商会不慎遗失大连银行沈阳分行银行开户许可证核准号：J2210026027902账号：101029209008098声明作废。◆本人王宠将购买沈阳恒大盛京世家12#1-1-3的收据丢失，收据编号2222332,金额29758元，声明作废，出现任何后果与开发商无关。◆沈阳市星泉实业制造有限公司在农商银行马三家支行开户基本存款账户，开户核准号J2210003073702，现开户许可证，密码单，法人章张宏光丢失，声明作废。◆沈阳市浑南区王晓秋粮油店营业执照正副本统一社会信用代码92210112MA0XL3333F丢失声明作废。

◆本人刘野不慎将于洪区南阳湖街162-12号恒大绿洲56#1-17-3购房发票（办证联和发票联）丢失，发票号码为：00352448金额为：255914元，特此声明。◆密山市源丰有机米业有限公司遗失沈阳龙鼎塑业有限公司开具辽宁增值税专用发票发票联抵扣联壹份代码2100164160号码04481018金额27400元，已填开盖章特此声明。◆石文化绥中县城郊乡兴隆村辽军P024554残疾军人证丢失声明作废。◆黄金恒沈阳市沈北新区道义南大街63-3号四期-1公寓9层10号的购房收据（0932903和0719202）及商品买卖合同（E18201 18137）丢失作废。◆沈阳西奉泰机械设备有限公司，营业执照：210103000062692正副本2011.8.1日核准，及公章210103013013 9财务章2101030130140（孟庆兴）法人章2101030130142丢失声明作废。

◆锦州瑞龙实业集团有限公司开具的辽宁增值税专用发票代码210016316 0号码02806472，03037091已盖发票专用章（发票联抵扣联）丢失，特此声明。◆康平县康平镇金华杂修部遗失营业执照正副本，注册号：210123600069946，声明作废。

◆本人准驾证遗失，姓名：石喆，身份证号210103198006230019特此声明。◆本人祝波身份证号210112196801100210位于马官桥地区农大中专部地块，搬迁补偿安置协议实410编号ZS-2015-002领取征收补偿安置款通知单丢失，金额为1600元特此声明。◆沈阳森笛连锁企业经营管理有限公司食品经营许可证丢失编号JY12101000032601声明作废。

◆周巍和平区民族南街86号1-9-3房证号N06042930丢失声明作废。◆沈阳市苏家屯区领域剪艺发型屋，营业执照注册号210111600159328正副本丢失声明作废。◆沈阳市于洪区贵仁来家具五金材料经销处，执照注册号2101142312111正副本丢失声明作废。◆沈阳市高新区科力奇机电产品经销商店营业执照正、副本注册号210132600000116丢失声明作废。◆沈阳市沈河区由你坐煮火锅店，营业执照注册号210103600049688正副本丢失，声明作废。◆沈阳市浑南区汪家街道办事处机构信用代码证证号Q3021011202112440F丢失特此声明作废。◆杨新宇辽中县辽中镇政府路172-1号3-4-2完税证明01450514号丢失作废。◆营口德友商贸有限公司财务章丢失，特此声明作废。◆陈丹身份证210104198112192542于2018年11月1日丢失特此声明。◆沈阳市金天虹建筑机械租赁有限公司账号0613560104000067 13机构信用代码证丢失G1021010102694820Y声明作废。◆沈阳市小康来粮谷加工厂营业执照正副本注册号210123100017779丢失声明作废。

注销公告
营口卓发商贸有限公司，统一社会信用代码91210800MA0TYB6J27，已经公司股东会决定解散，请各债权人自登报之日起45日内，来本公司申报债权。公司住所：辽宁省营口市站前区艺林路9甲-2号，
联系人：阚卓，联系电话：15641731040

寻人启事
本人张佰林，男，210106195601025281，沈阳市皇姑区昆山西路153号2-2-2，因常年不与两个儿子生活在一起，失去联系，现因生活困难，要找两个儿子：张博，1983年8月13日出生；张晓龙，1992年3月5日出生，两个儿子看到信息与我联系18742451699

60元起刊登声明、公告
订版电话 13478855606

◆沈阳市浑南区超鸭子熟食店，注册号210112600302686个体工商户营业执照副本丢失，声明作废。
◆沈阳领睿网络科技有限公司统一社会信用代码91210113MA0UY0KN58营业执照正本开户许可证核准号J2210049249601机构信用代码证代码G1321011304924960 3丢失作废。
◆沈阳信达思顺教育科技有限公司统一社会信用代码91210113MA0U0N4G3D营业执照正本开户许可证核准号J2210043473401机构信用代码证代码G1021011304347340U丢失。
◆沈阳市和平区网智网络服务中心营业执照副本注册号:2101023232147丢失，声明作废。◆铁岭市银州区铁银商贸有限公司开户许可证核准号J2330002467101丢失声明作废。◆沈阳华茂赛莫网络科技有限公司91210102583856088T开具的增值税专用发票代码2100164160号码04340448（发票联、抵扣联）已盖发票章丢失特此声明。

通 知
关心身份证（号：2203221971XXXX0103）请于本通知见报之日起30日内到单位办理解除劳动合同相关事宜，逾期不到后果自负。
沈阳市于洪区大兴卫生院
2018年11月15日

◆李英灿大东区东北大马路204-3号1-6-3大东区东站棚户区改造居民购买政府补贴房申请表原件丢失声明作废。
◆沈阳友达绝缘材料有限公司给沈阳艾柏瑞环境科技有限公司辽宁增值税专用发票代码2100174130号码04781149发票联抵扣联丢失声明。
◆丹东能佳商贸服务有限公司营业执照正本（注册号：210600004011912）丢失，声明作废。
◆辽宁省城乡建设规划设计院遗失抚顺万达广场有限公司开具的履约保证金收据(金额57500元)声明作废。
◆营口圣唐装饰工程有限公司统一社会信用代码：91210804093203973U法人章、财务章丢失声明作废。
◆沈阳市大东区鸿鸟鲜花礼品店营业执照正副本(注册号210104321391 7法人:关慎新，地址：沈阳市大东区东北大马路132号)丢失声明作废。
◆焦德峰 王宇沈阳孔雀城1.3.2期收据号码009-0006398丢失声明作废。
◆沈阳市大东区悦疙狂健康咨询服务部注册号210104600415192营业执照正本丢失声明作废。

债权转让通知
辽宁硕捷贸易有限公司、李新籍(210106198004214348)、李国栋(210225197604030577)、沈阳储融融资有限公司、辽宁优之诺国际贸易有限公司：
根据嘉盈融资担保集团有限公司与出借人刘恩元、借款人大连克福成贸易有限公司于2018年6月4日签订的《债权转让及抵债协议书》，嘉盈融资担保集团有限公司将其享有的(2016)辽0102民初1693号沈阳市和平区人民法院《民事判决书》项下所确定的债权(执行案号：(2016)辽0102执3283号)依法转让给刘恩元。嘉盈融资担保集团有限公司特公告与该债权有关的债务人、担保人及其他相关当事人该债权转让的事实，自债权转让合同签署之日起，刘恩元行使债权人的一切权利。
特此公告通知!
嘉盈融资担保集团有限公司
2018年11月15日