

关注“世界糖尿病日”

11岁足球小将赛场上“急性中毒” 22岁网红生活不规律“突然失明”

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)近些年,由于不良生活习惯及过度糖分摄入,糖尿病患者在不断增多。目前,糖尿病患者不断年轻化。11月14日是“世界糖尿病日”,13日,生活报记者采访到黑龙江省医院内分泌科,听医生们讲述那些正在经历“富贵病”折磨的患者的故事。



医生查房

11岁少年突然晕倒赛场 血糖值爆表

今年11岁的亮亮,是一名初中生,特别热爱足球,只要有时间就会和同学相约绿茵场上驰骋。他是学校足球队的队长,每次与外校比赛,永远都是最拼的那个人,在队友眼中,他身体素质非常好。但就在9月的一个周末,比赛场上的亮亮忽然眼前一黑,失去了意识。再次醒来之后,父母和老师围在他身边,母亲的脸上挂满了泪痕,父亲低着头表情非常凝重,旁边还站着医生。“怎么回事啊?我怎么在医院啊?爸、妈?”亮亮急得快哭了出来。父亲告诉他,他得了I型糖尿病,送医院检查时血糖数值已经爆表,超过33.3mmol/l以上。

亮亮的父亲告诉记者,他们两口子都没有糖尿病,孩子刚听说I型糖尿病这几个字时,根本不知道这是什么病。亮亮父亲从医生口中得知,I型糖尿病和自身免疫、遗传、病毒感染等多种因素有关,亮亮需要终身注射胰岛素。这个消息犹如晴天霹雳,但亮亮的父母非常积极面对亮亮的病情,亮亮也非常配合治疗。住院期间,规范饮食、科学的治疗,让亮亮的病情得到很好的控制。

黑龙江省医院内分泌科主任医师科室副主任王丹告诉记者,亮亮的病情很特殊,他属于急性酮酸中毒,但亮亮的病情控制得很好,家长的重视和孩子的积极配合非常重要。

22岁主播饮食不规律 一测血糖20mmol/l以上

小凯(化名)是一名游戏主播,在打游戏技术方面有超高的天赋,近年来短视频及直播的兴起让他沉迷于网络生活,他每天睁开眼后,睡觉前的常规操作都是坐在电脑前打游戏。几年下来,他在游戏直播领域“风生水起”,成了一个粉丝过百万的主播,每天互动、粉丝打赏的生活让他无法自拔,经常玩得忘记吃饭。饿到肚子咕咕叫时,就随便订个外卖充饥,熬夜抽烟、后半夜睡觉那更是家常便饭。每天1-2杯的奶茶是小凯的最爱,宁愿不吃饭也要喝奶茶。就这样,小凯的体重直线飙升。

前不久,电脑前的小凯突然视力有些模糊,直播时电脑画面总是出现重影,他以为是累的,也没当回事。“那段时间,视力模糊越来越严重,直播时粉丝留言我都快看不清了,我好像失明了!”小凯回忆着当时的场景,曾在直播间打趣说眼睛有病了。停播几天去医院检查,结果让他愣在原地许久。医生告诉他得了二型糖尿病,血糖已经达到20mmol/l多了,之前的口渴、乏力、视力模糊都是糖尿病的征兆。

小凯很崩溃,22岁的人得了这种“富贵病”,在他眼里,这就是老年人的疾病,今后的生活该怎么办?缓过神后,小凯和医生沟通了病情及治疗方法。最终,医生给予了二甲双胍以及其他一些药物治疗的方案。“直播也停了,现在按时吃饭和睡觉,真是自作自受啊!”小凯后悔地说着。

目前,随着药物治疗及生活习惯的改变,小凯的血糖已经恢复正常。

55岁的哥长期黑白颠倒 血糖仪显示“HI”

今年是55岁的哥老刘从事出租车运营的第28个年头,作为一名夜班司机,他是圈里心态非常好的师傅,每天不管多累都坚持出车,多年以来坚持凌晨两点后才回家。到家后,无论多晚都能吃到爱人准备的可口饭菜。“这么多年都习惯了,三点左右才能睡着,第二天下午起床继续出车。”老刘就这样日复一日地工作、生活着,但令他没想到的是,这个夜班的活儿就在最近干到头了。

老刘回忆说,前段时间,他开始感觉浑身无力、呼吸困难、口渴,还有小便增多等症状。随后,带着疲惫的身体,他到医院做了一个全方位的检查,检查结果让他非常震惊,二型糖尿病、脂肪

肝、心衰等等,“我当时手里拿着报告单,在医院走廊的长椅上坐了好长时间。我是家里的顶梁柱,倒下了家人咋办?”最终,老刘放下一切胡思乱想,直面自己身体的问题。他立即与医生沟通糖尿病的问题,得知二型糖尿病可以通过药物治疗,他的心踏实不少。但医生告诉他,夜班肯定不能再上了,他和爱人商量好,先治病,病好了换个白班的工作。就这样,老刘住进医院开始系统治疗,由于他胰岛功能尚佳,经过药物治疗及住院期间生活习惯的改善,他的身体在慢慢恢复当中,血糖指标最先恢复到正常。“下一步就是控制,管住嘴、迈开腿!”乐观的老刘和病友们热闹地谈论着病情。

医生提醒:均衡饮食、运动很重要

黑龙江省医院内分泌科主任医师科室副主任王丹告诉记者,均衡的饮食对于预防糖尿病至关重要。饮食应增加全谷物、蔬菜、水果的摄入,限制高糖、高脂肪和高热量食物的摄入。同时,加工食品和含糖饮料的摄入量要减少,以降低血糖水平和体重,其次,运动极为重要,建议每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动,如快走、游泳或骑自行车。维持

健康的体重是预防糖尿病的关键。对于超重或肥胖的个体,减轻体重5%至10%可以显著降低糖尿病的风险。定期进行血糖检测,尤其是对于有糖尿病家族史、高血压、高胆固醇或肥胖等危险因素的人群。早期发现血糖异常可以及时采取措施,防止糖尿病的发展。吸烟和过量饮酒都会增加糖尿病的风险,戒烟和适量饮酒有助于降低糖尿病的风险。

医生建议:控制体重是前提 患病要抓紧治疗

王丹告诉记者,很多人之所以会患上糖尿病,就是因为身体过于肥胖。如果是这样的情况,那就必须想办法控制体重,只有将体重控制在标准范围之内,血糖才有可能降低,糖尿病的症状才有可能减轻。

患者平时应该保证饮食的清淡,同时保证营养充足,尽量吃一些低盐、低脂肪以及低糖的食物,控制好每日所需的营养以及热量的摄入。如果是轻度的二型糖尿病,通过合理的运动可以有效控制病情,不需要吃药治疗。糖尿病患者可以口服双胍类降糖药,这种药物的治疗效果比较明显,低血糖的副作用比较小。只是有可能会引起一定的胃肠道反应,因此需要在餐中或者是餐后服药。如果病情比较严重,服用药物之后血糖也没有得到有效控制,建议尽早打胰岛素。不过打胰岛素有很多事项需要注意,如果想要有满意的效果,必须遵医嘱。

●郭真全(370882198812120111)不慎将哈尔滨宝力通市场开发有限公司签订的购房合同丢失。合同编号:18198940656。房屋位于哈尔滨南岗区,面积77.96平方米,单元201室。特此声明作废。
●赫英雷(23018319861001502X)不慎将哈尔滨宝力通市场开发有限公司开具的购房发票丢失(二张),发票号码:NO.05751534,金额:50000元,开票日期:2019年2月17日;另一张发票号码:NO.05751569,金额:482012元,开票日期:2019年2月16日。房屋位于哈尔滨南岗区,哈东华府二期7-07。特此声明作废。
●曹卫国不慎将父亲曹杰位于哈市南岗区上夹街56号3单元403室的房产证丢失,房号:哈铁2127,特此声明作废。
●华英,女孩,2017年11月10日出生于黑龙江宝山区,母亲:孙雪梅,父亲:华永超。出生证明编号:R230042313,华英出生证明丢失,特此声明作废。
●王丽君(232103196903235908)不慎将哈尔滨宝力通市场开发有限公司开具的购房发票丢失(二张),发票号码:NO.05682459,金额:20000元(订金),开票日期:2018年11月24日;另一张发票号码:NO.05682531,金额:94739元,开票日期:2018年12月1日。房屋位于哈尔滨南岗区,哈东华府二期,9栋2单元1602室。特此声明作废。
●哈尔滨宝地二手车销售有限公司遗失公章一枚,声明作废。

房屋权属公告 松北区里城市综合改造项目,位于松北区太阳岛街道天鹅湖社区虎园南侧,编号为J95的两处房屋,一处有2004年航拍,没有产权证(房屋),房屋面积143.39平方米,另一处没有航拍,没有产权证(房屋),房屋面积95.6平方米。两处房屋东邻同庆街,南邻张洪利,西邻道,北邻道。张宏伟为两处房屋所有人。如果您对该房屋权属有异议,请在该公告发布之日起7日内到松北区里城市综合改造项目指挥部反映。

房屋权属公告 松北区里城市综合改造项目,位于松北区太阳岛街道天鹅湖社区虎园南侧,编号为J-119的一处房屋,没有产权证(房屋),房屋面积约为231.56平方米,该房东邻同庆街,南邻张洪利,西邻道,北邻道。钟雨朔为该房屋所有人。如果您对该房屋权属有异议,请在该公告发布之日起7日内到松北区里城市综合改造项目指挥部反映。

房屋权属公告 松北区里城市综合改造项目,位于松北区太阳岛街道天鹅湖社区虎园南侧编号为J-119-1的一处房屋,没有产权证(房屋)。房屋面积约为139.8平方米,该房东邻同庆街,南邻张洪利,西邻道,北邻钟雨朔。张洪利为该房屋所有人。如果您对该房屋权属有异议,请在该公告发布之日起7日内到松北区里城市综合改造项目指挥部反映。

解除劳动关系通知书 陈科普先生(身份证号码:2201822003****8218) 您被派到哈尔滨汽轮机厂有限责任公司工作,您自2024年10月12日起一直未到岗工作,且未向公司履行任何请假手续,已构成无故旷工,严重违反劳动纪律及规章制度,现我公司与您解除劳动关系。

公告 根据市委、市政府相关规定,现对以下房屋的承租权公告如下: 本人李德谦,身份证号2301041947111332X,原承租道外区树街141栋2层11号(37楼11号)房屋,使用面积20.85平方米,产权单位为房产经营管理中心道外分公司,该房屋2009年征收,未办理房改,安置地点为桦树二期6A组2单元14层2号。本人现持有住宅租赁合同,拆迁协议,搬迁补偿协议等相关材料,对房屋承租权全部进行放弃变更。本人承诺该房屋权属无争议,无任何法律纠纷,所提供材料均真实有效,并自愿承担一切法律责任,现面向社会公示,如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内将异议书面材料送达道外区人民政府住房和城乡建设局。 送达地址:哈尔滨道外区人民政府住房和城乡建设局223室 电话:88973312

公告 根据市政府关于历史遗留不动产处理的相关规定,现对以下房屋不动产权属受让人及相关情况予以公示: 本人李德谦,身份证号:230107195807152319,现为金色城邦小区C区9栋2单元101房屋(建筑面积:87.91平方米)的受让人,房屋协议编号:010264,原房屋所有人已将该房屋实际交付给本人,由本人实际占有。本人自愿承诺:该房屋已为本人所有,产权无争议,如本人承诺与事实不符,因该房屋产生任何纠纷由本人承担全部法律责任。

公告 如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内,将异议书面材料分别送达哈尔滨市香坊区城市更新局和哈尔滨市不动产登记事务中心香坊二分中心。 异议书面材料送达地址:哈尔滨市香坊区城市更新局,地址:香坊区民生三道街21-7号;联系电话:0451-82105738。 哈尔滨市不动产登记交易事务中心香坊二分中心,地址:香坊区民生道101号,联系电话:0451-8263063。

生活报中缝广告 受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅 刊登 84681180 15004697804 电话 13613600156

居民反映学府青年城小区

车辆乱停放 占用消防通道

物业:将加强巡视 派人清理

生活报讯(实习生解晓宇 赵一敬 邵办 记者史天一 文/摄)近日,冰城市民滕先生向生活报帮办记者反映,南岗区学府路学府青年城小区存在乱停放的现象,存在消防安全隐患。12日下午,记者来到该小区进行走访。



老人突发疾病 120救护车进不来

记者在现场看到,小区内车辆乱停放的情况随处可见,本就狭窄的车道一侧停放了多台车辆,留下的过道十分有限,车辆难以通过;2栋、3栋之间和4栋、5栋之间的消防通道由于路旁停放车辆,导致可通行的宽度不足三米,“消防通道 禁止停车”的提示标语已模糊不清,附近停了不少车。居民们表示,消防通道被占用的情况已经持续了一年多,白天还好

点,晚上最严重。如果有人要挪车,只能给停在前面的车主挨个儿打电话,十分不方便。一位居民说:“我家是经营超市的,很多时候货车进不来,无法卸货。”还有居民表示,小区乱停放问题严重,是因为部分“僵尸车”占用公共停车资源,长时间不开走。此前也有人向物业反映过情况,但也未解决问题。滕先生告诉记者:“年初小区内

一位老人突发疾病,但因为消防通道被堵住,120救护车赶到后进不来,最终家属把老人背出去了。还有一次小区出现火情,消防车也进不来,只能停在院外。”滕先生表示,现在不少居民都担心消防通道被堵塞,一旦发生意外,后果不堪设想。记者了解到,该小区有地下停车位,但因为价格较高,买的人也比较少。

记者跟随交警查违

哈市博物馆门前

违停占用人行道 交警现场取缔

生活报讯(实习生卢盈旭 袁苑 记者栾德谦 文/摄)近日,本报出行帮办记者跟随哈市交警巡查时发现,哈市博物馆门前存在停车不规范的情况,导致人行道及盲道被占用,行人难以通过。交警立即取缔违停行为,保障正常交通秩序。

违停占据人行道 附近居民出行难

11日,记者与执勤交警在哈市博物馆门前看到,该路段两侧有几辆车停在了人行道上,导致行人只能在非机动车道行走,部分行人直接翻越护栏,十分危险。交警随即上前劝离取缔违停车辆。

12日上午,记者又在现场看到,有3辆车停在人行道上,只留了一个缝隙供行人通过。一位附近居民表示:“这些车经常停在这儿,车主在附近上班,博物馆的保安管过几次,但还是老样子。”行人李阿媛也表示:“行人从此经过经常无路可走,只能从旁边的非机动车道走。”



13日下午,记者再次走访发现,虽然交警部门已经进行了严格治理,但仍有个别车辆违停占据人行道。

交警:市民发现违停可举报

记者了解到,该路段车位比较紧张,由于博物馆内没有空位,部分车辆就直接停在盲道口,占用人行道。行动中,交警道里大队警力清理违停车辆,对驾驶人违停占道行为进行批

评教育,并部署警力加强该区域日常巡查,全力维护周边静态交通秩序。哈市交警支队道里大队四中队民警赵强表示:“我们巡逻发现个别车辆违停后,及时打电话联系驾驶员立即驶离。如果车辆违停且拒不改正,没有立即将车辆驶离,将被处以100元罚款。如果广大市民发现违停,可拨打122举报,我们会第一时间到达现场,对违停车辆予以处理,或联系驾驶员及时开走。”



物业: 车位紧张 将加强巡视

了解情况后,记者致电负责该小区的哈尔滨好百顺物业,工作人员表示,该小区车位比较紧张,确实存在部分业主乱停放的情况。物业工作人员也经常巡视,发现乱停放的情况会电话联系车主挪车,但有时也会遇到联系不上车主的情况。这位工作人员还表示,会和领导反映问题,物业也会加强巡视并派人清理。



社区帮办 史天一

17800590267



出行帮办 栾德谦

17800590257