

# 13岁男孩爱吃“垃圾食品” 血糖“爆表”患上糖尿病

本报讯(记者 刘玺 通讯员 唐奕欣)家住石峰区的乐乐(化名)今年13岁,他每天至少喝两瓶碳酸饮料,放学后还要在校门口买烧烤吃,在家喜欢吃肉,不爱吃蔬菜,也不爱运动。近一个月来,乐乐突然多尿、体重骤降,家人带他到市二医院做完检查,才发现孩子得了糖尿病。

## 孩子瘦了15斤 一查血糖竟超标近5倍

乐乐的爷爷介绍,孙子读初一,是家里的独苗苗,他们一直对孩子百依百顺,孙子要吃什么、喝什么都会尽量满足。“孙子身高1米65,体重175斤,他一直喜欢喝碳酸饮料,每天至少要喝两瓶,还喜欢吃烧烤和肉类,基本不运动。”

不过,近一个月来,乐乐突然出现多尿、精神不振等症状,体重还降到160斤。“孙子食欲一直很好,又没有拉肚子,我们觉得很奇怪,就在一周前带他到医院做检查。医生说,孩子患上了糖尿病。”乐乐爷爷说。

市二医院内分泌科主治医师瞿勇告诉记者,当时测得乐乐的血糖高达28mmol/L,超过正常人近5倍。另外,乐乐还被诊断为酮症酸中毒,是糖尿病患者常可发生的急性并发症。

目前,乐乐的糖尿病属于初级阶段,他的病情通过有效治疗已经稳定。

## 饮料、高热量食品 小孩不能任性吃

瞿勇介绍,近年来随着生活水平的提高,儿童患糖尿病的病例增加了不少,其中除了家族遗传外,不少与孩子不健康饮食习惯有关。孩子长期喝饮料和摄入高热量、高油脂的“垃圾饮食”,会跟成年人一样会出现血糖、血脂、血压异常,而且过多喝饮料、吃膨化食品,会使糖尿病提早发病10年。

瞿勇提醒广大家长,一定不能用饮料代替白开水,如果孩子爱喝饮料、爱吃高热量高脂肪食品,一定不能放纵孩子,应该让他们保持健康的饮食习惯,多参加体育锻炼,这才是远离糖尿病的根本。

# “腰突”缠上二胎妈妈 原是抱娃姿势不对

本报讯(记者 何春林 通讯员 谭盼盼)30岁的林女士生完二胎才3个多月,却因为腰椎间盘突出住进了医院,原因是她抱娃的姿势错了。

林女士先后生了两个孩子,二宝出生后在家带崽很是辛苦,3个月前腰就有点隐隐作痛。她以为是没有休息好,就没有当回事,没想前几天到医院一检查,腰椎间盘突出已经十分严重。

“大崽抱了那么久没有事,没有想到小崽才抱3个月就腰椎间盘突出。”林女士苦笑说,平时她没干什么重活累活,但抱崽成了每日必修的工作。当医生告诉她患这个病的时候,她还有点不信,提醒宝妈们抱崽时多多注意身体。



给林女士做诊断的医生说,在做核磁检查时,病人的左下肢就出现放射痛、麻木感。如不选择摘除突出的椎间盘,恐怕症状会进一步加重。

经手术组医师讨论,医生为林女士实施椎间孔镜微创手术。

省直中医医院脊柱外科主治医师黄先育说,通过这些年来接诊的案例来看,带娃的人大多都有腰痛现象。这主要是因为经常要弯腰跟孩子玩耍说话、采取不当或不放松的姿势抱孩子,导致腰部肌肉总处于不放松、受力不均的状态中,使腰部肌肉受到损伤,从而出现腰肌劳损。

## 专家提醒

### 什么是正确的抱娃姿势?

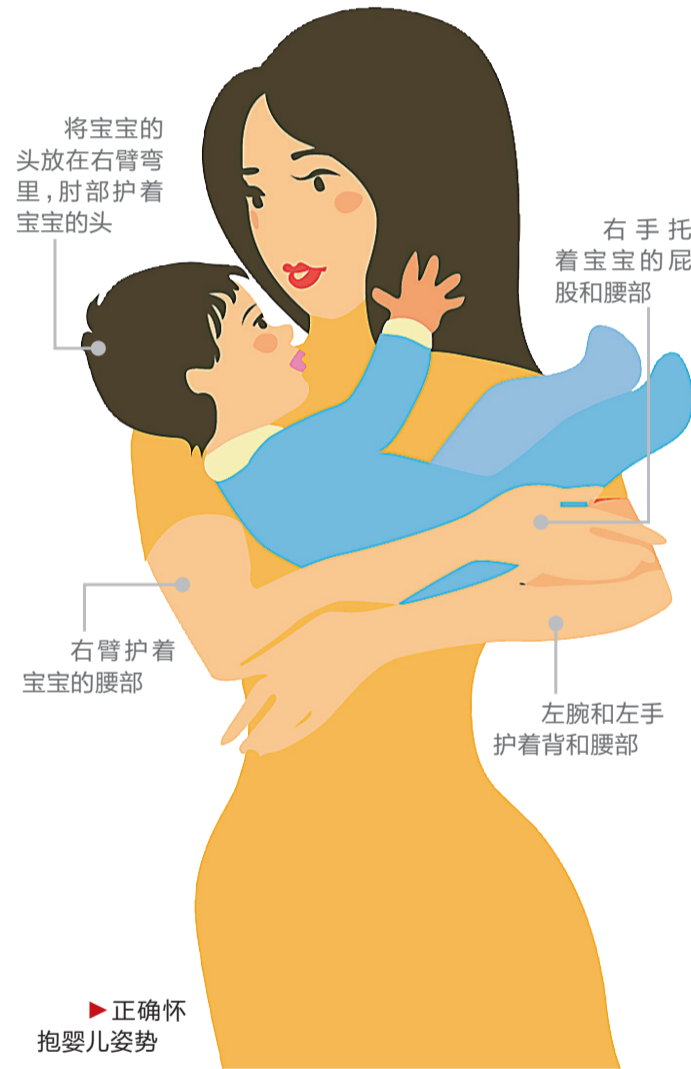
当妈了就会抱娃?那可不一定!专家提醒,在不同阶段,抱宝宝要用不同姿势。很多人在抱孩子时,习惯弯腰一抱而起。尤其是平时没有锻炼习惯的女士,腰部肌肉本身就薄弱,这样做容易闪到腰。

#### 1. 不要直接弯腰抱

黄先育说,正确的抱娃姿势应该是:首先弯曲双膝蹲下来,同时两脚分开与肩同宽,从孩子肩膀下侧抱,然后让孩子靠近胸口,用双膝的力量站起来,这样可以减少腰部负担。抱孩子上床、下床时,也要避免弯腰一抱,而应先单膝跪到床上,抱起孩子,再用膝盖的力量站起来。

#### 2. 抱娃太勤伤儿又伤妈

发生腰部不适,最好的办法就是减少抱娃的频率和时间。孩子哭闹时不要急着抱,先弄清楚孩子哭闹的原因,先尝试用抱之外的办法解决。抱娃太多,孩子活动少,容易引起缺钙,而头可能长时间歪向一边,也容易引起斜颈、斜视等问题。



正确怀抱婴儿姿势

# 好奇惹的祸 孩子将锅盖套进脖子,取不出来了!



锅盖套进脖子取不出,孩子不停哭闹 通讯员供图

本报讯(记者 肖蓉 通讯员 邓伊善)11月28日,石峰公安分局接到都市兰亭小区谭女士报警称,两岁的孙子将一个锅盖套进了脖子,怎么也取不出来了。

谭女士称,锅盖中间原有一块玻璃,不小心打碎了。此后,家人未及时扔掉锅盖,随意放在了客厅,没想到孩子会把头伸进洞里。

民警赶到现场后,尝试着将锅盖取下来,但锅盖中间的洞很小,再加上孩子不停哭闹,很难顺利取下。随后,民警带着祖孙

俩来到附近的不锈钢店。然而锅盖的不锈钢坚硬,需要用特殊的切割工具才能割开,店老板尝试了几次未果。

见此,民警又赶紧带孩子到消防队求助。稳定好孩子的情绪后,为了保证孩子不被拆解工具伤害,消防队员们交替使用不同的工具,每剪开一个小口子,都做到不差分毫。民警则用双手保护孩子的头部,用衣服隔着孩子的脖子,一刻也不松懈。最终,锅盖被成功取下,孩子停止了哭闹,所有人都松了一口气。

# 他出狱后又偷电瓶 不到8个月作案82起

本报讯(记者 肖蓉 通讯员 邓伊善)曾因盗窃被抓入狱,文某却不思悔改,出狱后又干起了“老本行”,近8个月时间,在石峰区疯狂盗窃电动车电瓶,共作案82起。近日,他被石峰警方抓获。

今年3月30日,清水塘派出所接到市民报案称,当日凌晨在大坡生活区内,共有4个电动摩托车电瓶被盗。民警迅速展开调查,但小区内没有监控,给办案带来一定难度。民警根据案发时间和地点,调看周边监控视频进行分析研判,发现了一个骑黑色摩托车的可疑身影。

就在民警调查过程中,辖区又连续发生了数十起类似案件,且具有共同特点:被盗的都是电动摩托车电瓶、案件集中在田心和清水塘辖区,均为凌晨作案,被盗电瓶大部分在田心一家废品收购店销赃。民警串并案件,锁定了具有盗窃前科的嫌疑人文某。

11月26日,民警在田心这家废品收购店内,将正在销赃的文某以及废品收购店老板郭某成功抓获。面对审讯,文某失声痛哭:“我有2个孩子,年纪都还小,而我却再次犯罪,对不起孩子和家人……”

据悉,文某和郭某曾是某模具厂的工友。2016年,文某就曾因盗窃电瓶被依法处理,去年7月才出狱。由于无业没有经济来源,文某又干起了“老本行”。

得知工友郭某开了家废品收购店,文某便与对方达成了“合作协议”——文某盗窃的电瓶积累到15-20个时,于凌晨放至废品收购店里的固定角落,郭某以每个40元左右的价格进行收购。就这样,两人“合作”了近8个月,共作案82起,涉案金额3万余元。

目前,文某和郭某均被依法刑事拘留。

# 2019年《株洲晚报》大征订

《株洲日报》268元/年  
《株洲晚报》162元/年

## 城区私费订户畅享三重大礼

### 1、千金健康城系列优惠券

药品满减券30元/张×2(每购满100元用一张)  
针灸优惠券2张(原价100元/张,优惠价38元)  
小儿推拿优惠券2张(原价50元/张,优惠价20元)

### 2、北大医疗株洲恺德心血管病医院体检优惠券1张

送免费心电图  
心脏彩超或双源CT检查抵200元  
其他项目7折(特殊项目除外)

### 3、奇迹超市满减券8元/张×4

每购满58元用一张  
(赠券的详细使用方法见券上说明)

## 关注“株洲发行”公众号,另有关爱老人钥匙扣相送



发行/咨询热线: 0731-28823900

各发行站联系方式如下:

- 天元一站: 28835320 13077029829 邓站长  
地址: 天元区新闻路18号(株洲日报社院内)
  - 天元二站: 22162162 13975338781 黄站长  
地址: 天元区燕悦花都槐薇园643号
  - 石峰站: 28344160 18073329686 谭站长  
地址: 石峰区响石东路266号藕塘小区10栋2号门面
  - 荷塘站: 28422003 13017330508 易站长  
地址: 荷塘区氧气路601氧气站旁
  - 芦淞站: 22285495 13787807109 向站长  
地址: 芦淞区解放街115号(市一中的后校门处)
- 各发行站常年招投递员,有意者请跟站长联系



## 贺千诺齿科完成湖南首例穿颧种植手术

台湾专家 美国技术

# 种植牙全瓷冠免费送

## 种植牙32项检查全免费

活动时间: 12月1日-12月2日(仅限两天)

预约电话: 0731-22130808 地址: 株洲市中心广场千金健康城二楼千诺齿科



台湾全颌种植专家  
陈点贤教授

台湾福尔摩沙种植牙医学会专科医师  
NOBEL诺贝尔种植体培训专家  
新高牙诊所院长  
台湾彰化牙医师公会理事长  
从业30年,种植牙手术25年







订报客户  
专享优惠券

200

感谢回馈!

