

# “截”足不可先登 防治糖尿病足,不可视而不见



63岁的徐某是一名糖尿病足患者,30余年里,一直使用胰岛素治疗(未监测血糖),一次意外摔跤导致其左足底皮损并出现红肿疼痛的症状,在当地医院治疗1周,稍好转后,患者自行要求出院。近期,徐某足底伤口加重,左足踝部肿胀明显,第一、二足趾远端淤紫色黑,足踝、足趾活动受限,感觉基本消失。为求进一步诊治,徐某转至市三医院内二科治疗,入院时已是左下肢气性坏疽,经多学科会诊,必须进行截肢手术,不禁为其感到惋惜。

糖尿病足是糖尿病常见的严重并发症,是导致糖尿病患者截肢、致残的主要原因之一。据调查显示,我国约有5%的糖尿病患者会在其一生中发生足部溃疡,预防足部溃疡的有效策略是做好足部护理。

那么,我们该怎样做好足部护理呢?株洲市三医院医院建议,做好足部护理可以每晚用37℃左右(低于40℃)的温水,洗5—10分钟,不宜长时间泡脚,切忌使用热水袋、电热毯、暖脚壶等取暖设施,禁忌拔火罐、艾灸,以防烫伤。

此外,有足部皮肤破损伴冠心病、心功能不全、中风病史伴静脉曲张、神经、缺血性病变同时存在,有足癣、胼胝变黑色(胼胝下出血)等情况

禁忌泡脚。双脚洗净后用柔软、吸水毛巾擦干,请家人或用镜子检查自己的足底和趾缝,有没有破皮、水泡、足癣或鸡眼,检查有无灰甲或嵌甲等。

医生还表示,有真菌感染的患者出现趾缝间皮肤变白、破损,有痒感,有灰趾甲时,要在医生的指导下,使用抗真菌药物治疗,鞋袜清洗后在阳光下曝晒;皮肤干燥者,每次洗脚后涂抹润肤霜,避开趾缝间,已有足部干裂者可涂抹尿素霜;足部按摩(从下往上)每日早、中、晚各1次,每次10分钟,以改善足部微循环;卧床患者可于床上“蹬自行车”以改善循环,防止肌肉萎缩。

最后,医生建议,买鞋时,两只脚同时试穿,需穿着袜子试鞋,穿时动作要慢,且新鞋要从每天穿1—2小时开始,逐渐增加穿鞋时间,确保及时发现潜在的问题;每天更换袜子,修指甲时,平剪成“一”即可,还要戒烟、戒酒。

医生表示,如果出现小伤口或水泡,尤其合并感染时;当下肢出现麻木、刺痛感消失时;当脚感发凉、趾头变色、疼痛,有鸡眼、足癣等。

自我感觉良好是治疗糖尿病的大忌,唯有各项检测指标才能真正反映病情,“截”足不可先登,防治糖尿病足,须及时就医。

自我感觉良好是治疗糖尿病的大忌,唯有各项检测指标才能真正反映病情,“截”足不可先登,防治糖尿病足,须及时就医。

株洲市三医院内二科:株洲市三医院内二科是由内分泌、心血管内科组成的综合性科室。现有开放床位43张,医护人员18人,其中副主任医师2名,主治医师2名,多名医师分别进修心血管、内分泌科,糖尿病教育专科护士2人。从2015年开始,我院成为市中心医院技术指导医院,聘请中心医院内分泌专家林小红教授进行临床技术指导和每周二上午坐诊和查房。

专科特色:内分泌科已是我院富有特色的专科,医师队伍结构合理,技术实力雄厚,医疗设备完善。对糖尿病及其相关慢性并发症有着丰富的治疗经验,糖尿病合并有高血压、冠心病、脑血管意外等合并症能及时准确地进行治疗,尤其擅长对糖尿病的胰岛素治疗、糖尿病酮症酸中毒、糖尿病高渗性昏迷等急重症的治疗;在糖尿病足预防和治理方面也积累了丰富的经验。

(通讯员 何丽芳)

## 第三届株洲基层医师肿瘤综合治疗学术会议在市二医院举行

12月24日,第三届株洲市基层医师肿瘤综合治疗学术会议在株洲市二医院学术会议厅举行。本次会议由株洲市二医院和株洲市放疗质控中心主办。来自湖南省肿瘤医院、株洲市、县基层医院的肿瘤专业医师汇聚一堂,就肿瘤综合治疗的最新进展、学科间的合作交流以及如何提升基层医院肿瘤综合治疗的学术及科研水平进行了广泛探讨。湖南省肿瘤医院党委书记王晖教授、株洲市卫健委副主任李晓兵、株洲市二医院副院长邓建妹分别致开幕辞。会议开幕式由株洲市二医院肿瘤科主任王贵华主持。

会上,湖南省肿瘤医院王晖教授、寒亚莺教授、曾彪教授围绕中国非小细胞肺癌治疗指南及进展、脑转移瘤综合治疗策略进展、医学直线加速器的临床验收检测等开展精彩的学术讲座。在随后的经验分享交流中,株洲市二医院刘建民副主任医师、肖文红主任医师、李念医师分别与同仁们分享了精准时代的肿瘤治疗策略、卵巢癌的规范化治疗与管理、多原发性恶性肿瘤个案报告与分析等学术报告,介绍了各自在相关领域的成功经验与研究进展。

本次大会为广大肿瘤界医务工作者搭建了高水平的学术交流平台,会议内容丰富、实用、前沿,促进了肿瘤治疗的规范化,推动了多学科在肿瘤规范治疗中的合作与交流,赢得参会代表一致好评。

(通讯员 唐奕欣)

## 宝宝身上出现不明伤口 原来真凶是它!

三个月大的悦悦长得白白胖胖,体重都快20斤了,平日里特别乖巧,这两天不知怎么了,很是烦躁,动不动就哭闹。妈妈给悦悦洗澡时发现,他的大腿根部裂开了一道大大的、深深的口子,还有点黄色分泌物。妈妈吓坏了,心急如焚地带悦悦来到医院。

医生感叹,这又是一例尿片使用不当造成的伤害案例。在株洲妇幼保健院的小儿外科门诊,此类情况前来就诊的孩子中,有些伤口甚至深入到肌层,嵌入软组织内,皮肤在尿液浸湿下出现溃烂、糜烂。每次换尿片或者触碰到伤口,宝宝会出现剧烈哭吵,家长通常以为只是换尿片时吵醒了宝宝,往往容易被忽视。

医生表示,这种勒伤通常发生在冬季,因为宝宝冬天穿得多,又不用每天洗澡,所以很难观察到局部皮肤情况。

那如何避免宝宝受到这种伤害呢?株洲妇幼保健院部长、小儿外科主任、主任医师陈小林提醒各位家长,给宝宝使用尿片要注意以下几点:

- 1、选择合适宝宝大小的纸尿片,尽量避免使用松紧带来箍尿片。
- 2、尽量创造适宜的室温条件,勤给孩子沐浴更衣,同时关注全身皮肤情况,尤其偏胖的宝宝,应特别注意皮肤褶皱处的清洗和护理。
- 3、宝宝的尿片应及时更换,加强局部皮肤护理,保持清洁,避免引起红臀现象。
- 4、如果是用纸尿片,应选择较宽、弹性较小、纯棉质地的专用尿片固定带,以减轻局部压力。随着宝宝的生长发育,适时调整尿片固定带的长度,并特别关注局部皮肤情况。

(通讯员 徐香平 袁银)

## 梁俊婚姻

株洲梁俊婚姻服务有限公司  
做最真实的婚介  
做客户有依靠的婚介  
做有良心的婚介

专业提供婚姻介绍,征婚交友,相亲约会服务公司经工商管理部门核准注册,奉行坚持诚信、真诚、热情、耐心、理解、周到为服务宗旨,保证所有会员资料真实安全、可靠可信,为征婚者提供多种现代快速优质的服务。公司拥有专业资深婚恋指导师团队,为会员提供全程优质服务,提高成功率。专业婚恋指导师,真诚相亲,打造幸福,没有距离。

热线:  
18673309882  
罗姐  
19873319551  
雷姐  
13873395129  
红姐  
地址:株洲火车站对面金轮时代广场B座8楼801号

# 广告接待热线 280015369

## 市疾控中心发布提醒

# 旅行归来建议自我观察14天 有症状及时就医并告知旅行史

本报讯(记者 杨凌凌)2021年第一个小假期结束了。当前疫情防控形势依然严峻,市疾控中心提醒公众,旅行返回后,自我防范意识不能放松,建议继续做好个人健康监测,一旦出现身体不适,要及时就医并主动告知旅行史。

假期外出旅行,走亲访友人数大幅增加,乘坐密闭交通工具,在空气流通较差的场所停留以及人群之间密切接触,都使呼吸道疾病传播的几率增加。同时,如果不注意饮食卫生,食物中毒和食源性疾病发生的可能性也大大增加。

因此,市民旅行归来,要继续做好个人健康监测,应自我观察14天。如有发热、咳嗽等可疑症状,应尽早到医院发热门诊就诊,主动告知医生自己的旅行史;就诊过程中应佩戴医用外科口罩,与他人保持1米以上距离,不触摸眼、口、鼻等部位;回家后应立即洗手并更换衣物。

## 我省医药价格和招采开展信用评级 医药企业失信将分4级处置

本报讯(记者 杨凌凌)记者从省医保局官网获悉,省医保局已印发《关于建立医药价格和招采信用评价制度的实施意见》(以下简称《意见》),该意见于2021年1月1日起执行。其中,医药商业贿赂、操纵市场价格等不正当竞争行为将被列入失信目录清单,严重者将被停止产品挂网、投标等资格。

《意见》提出,信用评级根据失信行为的性质、情节、时效,以及影响范围等因素,将医药企业在本地招标采购市场的失信情况评定为“一般”“中等”“严重”“特别严重”四个等级。

“一般”:由省级集中采购机构给予书面提醒警告

家后立即洗手并更换衣物。

没有外出旅行的市民,居家也要做好自我健康监测,如有发热、咳嗽等可疑症状应尽早到医院发热门诊就诊,并如实告知医务人员流行病学史。此外,有发热或呼吸道感染症状的人员,或近期与呼吸道感染患者有过密切接触的人员,不要去公共场所。

市民要合理安排作息,早睡早起,节后适度增加运动,尽量选择家中或室外空旷的地方进行锻炼,与他人保持人际距离。逐渐调整饮食习惯,尽量少吃油腻的食物,多吃些粗杂粮、新鲜的蔬菜和水果,以及富含蛋白质和维生素的食物。做菜少放盐,进食定时定量。

诚。

“中等”:除提醒警告外,应在医药企业或相关医药产品的平台信息中标注信用评级结果,并在医疗机构下单采购该企业生产、配送的药品或医用耗材时,自动提示采购对象的失信风险信息。

“严重”“特别严重”:除提醒警告、提示风险外,应限制或中止该企业全部药品和医用耗材挂网、投标或配送资格,限制或中止期限根据医药企业信用修复行为和结果及时调整。省级集中采购机构定期向社会公开披露该企业评级结果和相关信息,接受社会监督。

伟大集团 GRANDUEUR GROUP 青龙湾 田园国际小镇

# 幸福小镇 感恩回馈 青龙湾赞助100家单位年会活动 全城火热征集中

告别难忘的2020, 迎来2021, 您是否为今年的年会地点纠结? 担心会场人数容不下? 嫌会场宣传包装麻烦? …… “您开年会, 我买单”, 本着“幸福小镇, 感恩回馈”的初衷, 为感谢社会各界对青龙湾一直以来的支持和信赖, 展示青龙湾小镇幸福生活, 特面向社会征集赞助100家年会活动, 名额有限, 提前预约, 满额截止!

### 青龙湾赞助单位年会活动项目

- 五大高规格会场任您挑, 最高可容纳500人!
- 免费提供签到背景板、场地指示牌、活动横幅、电子屏!
- 免费提供大巴车来回接送服务!
- 现场提供茶水服务!
- 在青龙湾社区餐厅、伟大农庄柴火饭订餐, 员工优惠价让您心动不已!
- 获赠高尔夫畅玩卡、高尔夫包厢卡、游泳卡!
- 还可为年会单位提供青龙湾全区域的餐饮订餐服务。

活动时间 2021年1月4日—2021年2月6日

详情致电 158 8630 5788 (叶先生) 株洲市青龙湾田园国际小镇  
■投资方: 伟大集团 ■开发商: 株洲青龙湾蓝合小镇置业有限公司