

贾伟平教授在上海院士专家讲坛上纠正糖尿病防治四大误区——“根治糖尿病”的广告在骗人

本报讯（记者 董纯蕾）“所谓‘根治糖尿病’的广告，都是骗人的假话。”上海交通大学附属第六人民医院副院长、上海糖尿病研究所所长贾伟平教授，昨天下午在由上海院士中心主办的第十五期院士专家讲坛上如是说。

据调查，中国目前至少有2300万糖尿病患者和3300万糖尿病“后备军”（即糖调节异常者），已成为全世界糖尿病第二大国。1979年的上海人口糖尿病调查，只有1%的发病率；前不久的社区初筛，糖尿病患者已超过10%。在第十六届世界糖尿病日前夕，专家们指出了糖尿病诊断、控制和治疗中存在的误区。

■ 误区一，糖尿病能被治愈

糖尿病的病因非常复杂，到目前为止，医学界尚未明确糖尿病的发病机制。贾教授表示，现在已知糖尿病和环境因素有关，但在同样的环境里，有人会患上糖尿病有人却不会，糖尿病和环境之间的确切关

系并不清楚。

市面上还有一些号称“包治糖尿病”的中药，其实也是夸大其词。研究表明，中药可能改善糖尿病的症状，但是目前还没有找到能有效降低血糖的中药。更危险的是，在中药中加入某些降血糖的西药，反而会因为成分的不确定性带来用药安全性等问题。

■ 误区二，空腹血糖达标就OK了

常规体检中往往只检查空腹血糖，大多数市民都误以为这项指标合格就没有糖尿病之虞了。实际上，很多糖尿病早期患者和后备军就是这样“蒙混过关”，因此造成的漏诊率高达50%。最近在本市4个社区3000多人中完成的糖尿病及糖尿病前期慢性并发症的筛查显示，占总数6.5%的糖尿病患者中，43%是新发现的病人。

贾伟平解释说，中国人的血糖升高表现和西方人不一样。在欧美国家，全身肥胖的人群很大，相比之

下，中国人不是很胖——糖尿病患者中，餐后高血糖的人群远远大于空腹高血糖的人群。所以，一定要重视餐后血糖的检查。一旦空腹血糖被检查出大于等于5.6mmol/l，就要做进一步的糖耐量试验：即喝糖水。检查餐后2小时的血糖，如大于等于11.1mmol/l，又有多饮、多尿、多食、体重减轻的症状，也等于敲响糖尿病的“警钟”。

■ 误区三，得了糖尿病只需控制血糖

“很多已被确诊糖尿病的病人，从来没有做过慢性并发症筛查，甚至压根不知道糖尿病会导致眼、肾、神经、大血管等的并发症。”贾伟平指出了糖尿病诊治中另一“险情”。

糖尿病之所以成为全世界的重大疾病，主要原因在于其严重并发症。国外研究结果，糖尿病患者占光明的40%~50%、慢性肾功能衰竭的30%、心脑血管病的50%和截肢的60%。在糖尿病患者中，仅10%只有血糖升高的单独症状，90%都会合

并其他疾病。糖尿病的治疗费用，80%也来自于慢性并发症治疗。

需要提醒的是，部分尚未戴上“糖尿病”帽子、但已被列为糖调节异常者的“准糖尿病患者”也已受到眼底病变、肾功能异常、神经病变、心脑血管疾病等常见糖尿病慢性并发症的折磨。所以，专家强调，一旦被确诊为高血糖人群（包括糖尿病患者和糖调节异常者），应至少每年做一次糖尿病慢性并发症筛查。

■ 误区四，少吃饭就能降血糖

不要以为少吃粮食就能降低血糖，实际上，食物在人体内是“殊途同归”的——经过消化吸收后都会分解为葡萄糖，随血液在体内循环。脂肪和蛋白质经过转换后，也会转化为葡萄糖。贾教授将高血糖人群的食谱归纳为：“一袋牛奶二两米，三份蛋白四言句，五百克菜六克盐，七杯开水喝到底”。

（详细 07111010301）

青少年糖尿病患病率上升 “糖尿病日”宣传活动提醒关注儿童和青少年

目前，儿童和青少年糖尿病的患病率正呈逐年上升的趋势。其中1型糖尿病是青少年人群的主要的类型，全世界每年约有100000名小于15岁的儿童发展为1型糖尿病。近10多年来，儿童和青少年中的2型

糖尿病患病率也持续上升。由于过早发生2型糖尿病易导致微血管并发症和早发心血管疾病的风险增加，儿童和青少年糖尿病成为一个家庭和社会问题。

在今天上午本市“联合国糖尿病

日”系列活动的开幕式上，来自市医学会糖尿病专科委员会、内分泌专科委员会的糖尿病专家以及来自高校和市疾病预防控制中心的营养专家等为广大市民提供义务咨询，并有免费测量血糖点为市民免费测量血糖。随后，各区、县还将围绕儿童和青少年糖尿病的预防，大力提倡合理膳食、适宜锻炼、控制体重、早发现早治疗，举办各种讲座和青少年糖尿病知识竞赛等活动。（方人）

本报讯 爱满天下杯第六届全国教师教育论文大赛近日圆满落幕，大赛由上海市教委教研室和本报主办，来自全国29个省市的数千名教师踊跃参赛，参赛稿件涵盖幼教、普教、职成教、特教和高教等各领域。

比赛为广大教师提升教研水平，探索自己的教育艺术，总结教学经验提供了平台。部分获奖论文将收入文集《21世纪的生活教育》三卷中。

（沙平）

校园里消防演习 大学生“火海”逃生

本报讯（记者 钱滢口）昨天下午，市教委和市消防总队在华东理工大学联合举行灭火疏散演习，拉开了本市教育系统校园冬令消防安全宣传教育的序幕。

昨天下午2时30分，演习开始。华东理工大学的一间学生公寓因为电器短路诱发“火灾”，火势向整幢宿舍楼蔓延。学生发现“火情”后，立即报警，并在阳台上呼救。不一会儿，闻讯赶来的学校民警指引学生用毛巾捂住口鼻向一楼撤离。接着，呼啸而至的消防车用水枪控制火势，徐汇消防支队的官兵攀云梯，营救被困学生。不到15分钟，大火被扑灭，100余名大学生安全疏散。

图为演习中，学生们用毛巾捂住口鼻跑出宿舍楼

本报记者 雍榕 摄



华东理工发布中国首个城市和谐发展指数 京沪津位列前三名

本报讯（记者 钱滢口）华东理工大学中国城市和谐发展研究课题组昨天下午发布中国首个城市和谐发展指数，该项课题是上海哲学社会科学规划“十一五”项目中“科学发展观的理论和实践问题系列研究”的一个子课题，也是华东理工大学首次文理跨学科合作取得的科研成果。

据专家介绍，考察一个地区的和谐发展，不能单纯看经济指标，要将经济增长、人文发展、社会进步、生态文明四大维度的众多指标综合起来。课题组创新地将自然科学中的定量分析、数学建模引入社会科学领域，从“经济增长指数”、“人文发展指数”、“社会进步指数”、“生态文明指数”四方面衡量中国30个省

区市、41个城市的和谐发展水平，并根据综合指标开展排序。

在中国地区和谐发展中，排在前十名的省市区是：北京、上海、天津、浙江、广东、江苏、辽宁、福建、海南、山东。在当今中国41个城市和谐发展中，排列前十名的城市为：深圳、厦门、杭州、威海、南京、济南、广州、绍兴、青岛、烟台。

课题组按照2007年我国基本建成和谐社会的目标来推测，以年增长3.9%预测中国30个省市区建成和谐社会的时间，结果是：北京将花3~4年实现构建和谐社会的目标，上海将花4~5年、天津7~8年、浙江9~10年、广东10~11年、江苏10~11年；而甘肃则要花14~15年、贵州要花16~17年。

中老年朋友好消息 “蜂胶养生宝”特大优惠

近年来，蜂胶风靡全球，其神奇的保健效用被人们逐渐认识。蜂胶含有300多种天然成分，其中有黄酮类、萜烯类物质、有机酸以及大量的氨基酸、维生素，还有25种稀有矿物元素等活性物质，被誉为“中老年人健康的保护神”。著名生物学家尼古拉·齐金博士就做过这样一项调查。他在著名“寿星之乡”的高加索地区选取了多位百岁以上的老人。经调查发现，这些老人具有充沛的精力、健康的身体和超常的寿命。令人惊奇的是，这些长寿的健康老人都有常年服用含多种活性成分蜂胶的习惯。现在，蜂胶保健已成为当今科学研究成果基础上产生的一种新的自我保健方法。因此，免疫力低下的三高人群众及中老年人都可运用蜂胶来进行自我保健。

蜂胶养生宝是南京中科生物研究所经过六年攻关，专为中老年人而研制的！蜂胶养生宝根据中老年人的生理特点及保健需要，在分子水平上对蜂胶的有效成分进行了优化提取和重新配伍。蜂胶养生宝的“功效成分及含量”以总黄酮4300毫克，10-羟基-α-癸烯酸1100毫克为强强组合配方，使功能效应呈现上佳状态，得到充分的发挥。蜂胶养生宝的出现，使更多的人从蜂胶这种天然物质中找回健康并成为现实。为什么蜂胶养生宝会有如此好的反馈效应呢？原因可简单概括为：

- 蜂胶养生宝特惠活动 2007年11月10日-11月20日 买“蜂胶养生宝”送高档远红外保健被**
- 买10瓶(660元) 赠送2瓶(价值132元)。
 - 买15瓶(990元) 赠送3瓶(价值198元) 另加赠 高档远红外保健被1床。
 - 买20瓶(1320元) 赠送5瓶(价值330元) 另加赠 高档远红外保健被1床。

中科生物专柜

- 卢湾区 雁荡路100号5305室(近淮海中路)
虹口区 同心路1号(华联吉买盛1楼-近楼梯口)
黄浦区 大兴街18号(华联吉买盛1楼-入口外)
徐汇区 华山路1988号(新路达吉买盛2楼-超市出口外对面)
闵行区 莘庄地铁站北广场(华联吉买盛2楼-超市出口外)
普陀区 兰溪路137号(曹杨商场4楼华联吉买盛-超市出口外)
闸北区 临汾路500号(华联吉买盛1楼-14号收银机对面)
普陀区 新村路139号(华联吉买盛1楼-超市入口外)
浦东 长青路92号(华联吉买盛1楼-华氏药房专柜旁)

垂询电话:021-63841746 63842457

