

康健园

本报副刊部主编 | 第 486 期 | 2014 年 5 月 12 日 星期一 责任编辑:潘家新 视觉设计:龚云阳 编辑邮箱:pjx@xmwb.com.cn

“血糖管理三人行” 把控血糖初始关

◆ 陈平

胰岛素治疗是控制糖尿病的有力手段,目前却普遍存在着患者使用不规范、监测不系统、治疗方案依从性差以及患者教育管理水低等诸多问题,直接导致患者的血糖控制不甚理想。

为进一步落实《中国2型糖尿病防治指南》,中国医师协会日前在北京启动“基础胰岛素临床规范使用优化管理项目”(以下简称“血糖管理三人行”项目),旨在以系统化的患者管理体系,通过医生、护士和患者三位一体的创新方式,促进胰岛素的规范化使用,帮助医护人员培养规范的诊疗行为,提升糖尿病患者尤其是胰岛素治疗患者的疾病管理水平。

便捷高效促进血糖达标

由于担心疼痛、注射技术不熟练、对长期注射的恐惧、生活方式感觉受限等因素,使得不少初始门诊胰岛素使用患者在接受治疗后很快放弃,无法实现最佳的空腹血糖控制目标。

所谓“血糖管理三人行”,是将医生、护士及患者组成有机整体,采用计算机辅助系统,利用PAD、短信平台等现代通信手段,对门诊胰岛素治疗患者展开系统化管理的一项创新性项目。

该项目摒弃了以往单一、单向的医患沟通,不仅能帮助患者及时进行血糖监测和胰岛素剂量调整,也能提升患者对治疗方案的依从性,以便捷、高效的方式促进患者的血糖监测和治疗方案落实,促进患者空腹血糖达标。

医生护士患者携手努力

在项目的具体实施过程中,医生在对门诊初始胰岛素使用患者做出诊断后,将联合护士对患者进行为期3个月的教育、指导和管理,帮助初次使用胰岛素的患者掌握胰岛素规范使用技能及自我管理知识。

患者在同意参与项目后,将接受来自护士的血糖监测随访,并通过短信等方式提供随访血糖值和胰岛素剂量信息。在其病情波动时,还将收到医院就诊提醒。护士通过项目建立的计算机辅助系统,对初始使用基础胰岛素的患者开展“首日规范化教育”“3个月电话、短信提醒随访”“定期患者教育小课堂”及“一对一指导”等;同时组织“糖尿病健康教育讲座”“名医热线”等教

育活动。

与此同时,在项目中,医生为初始使用胰岛素治疗的患者设立阶段性空腹控制血糖目标和设立胰岛素治疗剂量调整方案,也通过护士了解患者的血糖数据变化,持续获取血糖管理临床数据,既用于跟踪患者血糖控制情况,又用于科研与教学。

今年约在400家医院展开

北京大学第一医院郭晓蕙教授指出:“目前,中国的糖尿病教育仍缺乏规范的执行,无论是医生还是患者对其重视程度都远远不够,许多糖尿病患者没有意识到坚持胰岛素治疗的重要性,许多医生也没有完全意识到糖尿病教育不仅是糖尿病患者的治疗关键,也是延缓糖尿病进展的重要手段,以至于在治疗过程中由于患者治疗依从性较差,导致患者血糖控制差、总体治疗费用增加等不良后果。”

因此,“血糖管理三人行”项目开展后,以期通过患者教育与管理,使参与项目的6成门诊初始胰岛素使用患者达到空腹血糖目标,患者流失率从过去的40%降低至20%。

2014年,“血糖管理三人行”项目计划在全国约400家医院陆续开展,覆盖全国30个省份共101个城市的1500多名糖尿病专职医护人员,有望惠及140000名糖尿病患者。



“稳糖社区”为患者专业服务

◆ 李红

糖尿病无法彻底根治,却可加以控制。若能控制血糖接近正常水平,就能预防和延迟由糖尿病引发的并发症,而长期的血糖自我监测是糖尿病护理成功的关键。国大强生稳糖社区全国第一家体验店近日在上海国大连锁南车站路店揭幕,糖尿病患者可在药房门店即可享受专业的一站式服务:学习自我血糖监测和评估,掌握自我血糖趋势;一对一的患者咨询,从用药、运动、饮食、血糖监测等方面提供定制化的专业建议;每月举办稳糖课堂,邀请专业医师现场为患者答疑解惑;同时还有血糖仪检测、产品升级服务

等。此外,患者还可以登录强生稳糖社区的在线网站,了解丰富的血糖管理知识。线上线下的健康管理建议,为广大患者提供便捷和专业的血糖管理整体解决方案。

强生公司的专业地位为稳糖社区的启动奠定了基础,国大药房在零售市场中网点广、直接面对消费者,双方的联合能够为糖尿病患者提供一种贴身的全方位的医疗健康咨询服务,将构建起患者和医生的桥梁,让患者走出医院也能享受到便捷和专业的服务。据悉,强生还将铺设更多稳糖社区的试点,为更多糖尿病患者提供便利。



宫颈癌筛查还要进行HPV检测

◆ 徐婷婷

宫颈癌是世界第三大常见的女性癌症。全球每年有将近50万女性被诊断为宫颈癌;其死亡率高达50%,主要发生在亚洲。

几乎所有的宫颈癌(99%)病例都是由人乳头状瘤病毒(HPV)导致的。大部分HPV感染都没有症状,能被人体自然免疫系统清除。然而,当出现症状时,通常癌症已经进入较晚期阶段,治疗困难,因此早期检测很有必要。

为参加两年一度的亚洲-大洋洲生殖器感染和肿瘤研究组织年会(AOGIN),世界顶尖的女性健康专家日前齐聚北京,与会嘉宾纽约哥伦比亚大学医学病理与细胞生物学名誉教授Thomas Wright和中国工程院院士、协和医院妇产科主任郎景和教授呼吁:提高人乳头状瘤病毒(HPV)筛查检测的使用,以更好地降低亚洲女性患宫颈癌的发生率。

Wright教授认为:“已经有充分证据表明,通过早期检测,宫颈癌是可以预防的。鉴于HPV可在体内潜伏十年甚至更长时间,且没有任何症状,因此把HPV检测作为常规筛查的一部分很重要,这样可以提高早期检出率,最终预防宫颈癌的发生。”宫颈癌前病变的治愈率高达98%;一旦发展为癌症并扩散至其他器官,只有20%女性的存活期能超过五年。

现有的宫颈癌筛查方案一般采用细胞学(用于检查宫颈细胞病变)而非HPV检测。但研究表明,单一的细胞学检查还不足以评估女性罹患宫颈癌的风险。

每5个女性中有4个在一生中的某个阶段会感染HPV。目前已知有一百多种不同类型的HPV,其中大部分HPV类型被视为“低风险”,

与宫颈癌并无关联。但是,有14种HPV类型被列为“高风险”,因为已经证实它们会导致几乎所有的宫颈癌。其中,两种风险最高的病毒株-HPV 16和HPV 18-可导致约70%的宫颈癌病例。相比没有感染HPV的女性,携带这两种病毒株的女性发展为宫颈癌前病变的可能性高出35倍,即使她们的细胞学检查结果正常。

Wright教授说:“通常来讲,我们无法看到宫颈癌前病变的症状,所以大部分女性不知道自己患了病。我们的研究发现,即便细胞学结果正常,如果HPV16/18阳性,每10位女性中仍会有1人存有宫颈癌前病变。美国最大规模临床筛查验证研究(ATHENA)的3年追踪结果,也支持将包含对HPV16/18分型的高危型HPV DNA检测用于宫颈癌的一线初级筛查。”

现有的宫颈癌初筛主要是通过细胞学方法,检测结果受到很多主观因素影响。高危型HPV DNA检测,是基于病因学的分子水平检测方法,更加客观地评估受检女性是否已经有宫颈癌前病变或存在进展为癌前病变的高风险。

郎景和教授指出:“目前,亚洲尚未将HPV检测用于宫颈癌的一线初筛。”鼓励女性定期接受高危型HPV检测——特别是HPV 16和18检测——有助于早期发现风险,也是降低亚洲女性宫颈癌发病率和死亡率的有效途径。

郎教授总结说:“高危型HPV DNA检测让医生可以自信地判断,阴性结果确实代表女性罹患宫颈癌的风险较低,从而安全延长筛查间隔。女性可以在常规细胞学筛查的基础上,要求医生对其进行高危型HPV检测。”

科普
讲座

5月13日 12:30-14:00, 复旦大学附属中山医院在院2号楼3楼中山大讲
堂举办哮喘知识系列科普讲座。

美年大健康 健康讲堂

什么是高血压? 高血压患者为何要在医师指导下服用降压药?(二)

什么是高血压?高血压是指收缩压和(或)舒张压持续升高,一般在数周内非同日两次测量血压均增高,方可诊断为高血压。世界卫生组织(WHO)规定,收缩压≥160毫米汞柱和(或)舒张压≥95毫米汞柱,为高血压。介于正常血压和高血压之间为临界高血压。

临床上常见的是收缩压和舒张压均升高,此外还有两种情况,一种是收缩压≥160毫米汞柱,舒张压正常,称为收缩期高血压,主要见于老年患者,可能与老年人大动脉硬化,压力感受器缓冲血压能力减退有关;另一种是单纯舒张压升高而收缩压正常,多见于中、青年患者,可能与外周血管阻力增高或心功能减退有关。

95%以上的高血压病人看不出特殊原因,诊断为原发性高血压,少数高血压病人可以找到特殊原因,诊断为继发性高血压,如肾动脉狭窄引起的高血压。

严伟教授,主任医师、国家二级心理咨询师

曾任上海交通大学附属第一人民医院副院长,兼任上海市第四人民医院副院长、复旦大学第一临床医学院副院长、复旦大学附属华山医院教授委员会主任委员、复旦大学附属华山医院教授委员会委员、上海市第一人民医院护理学院院长、曾赴上海市劳动教养、上海市优秀共产党员、上海市“三八”红旗手、上海市员工服务的好队长、上海市虹口区第十三、十四届人大代表、上海市康复工程研究会妇女健康专委会学术委员,曾二次获得“上海市卫生事业先进个人”及上海科技成果转化证书。现任美年大健康高级医疗总监。



美年大健康体检 投资管理有限公司 (更多精彩内容敬请关注)