

部分糖尿病患者可通过接受手术来控制血糖



市六医院普外科主任医师、微创外科学科带头人张频教授

“糖尿病已成为威胁全球下一代人的健康危机，我们需要更多新的、有效的治疗方法来战胜这种疾病。”在第 30 届新民健康大讲堂现场，市六医院普外科主任医师、微创外科学科带头人张频教授介绍，除了传统的内科治疗方法外，部分糖尿病患者也可以通过接受外科手术来将血糖控制到正常水平。大量临床数据表明，符合标准条件的 2 型糖尿病患者接受手术后可以得到全面缓解。

既减重又治病

所谓手术治疗糖尿病，最早起源于上世纪五六十年代的西方手术减肥。肥胖病人不仅因此减重成功，自身存在的血糖代谢紊乱问题也得到了缓解。后来，这种手术被确认为糖尿病常规治疗手段。如今，国际共识的糖尿病手术方式一

般有两种：腹腔镜下袖状胃成形术和腹腔镜下胃旁路术。

曾主持了上百例糖尿病手术的张频教授解释说，袖状胃成形术一般人比较好理解，就是通过手术把胃的容量变小，减少了食物的摄入，进而也就减少了能量的摄取与糖代谢负荷。胃旁路术，通俗点说就是“把肠道重新装修”。首先将胃部分为上下两个部分，较小的上部 and 较大的下部，然后截断小肠，重新排列小肠的位置，改变食物经过消化道的途径，缩短小肠，降低吸收。通过腹腔镜进行手术其安全性很高，并发症的发生率与胆囊切除术相同，约 83% 的 2 型糖尿病患者手术后停药可恢复正常血糖。

手术标准严格

然而并不是每个糖尿病患者都可接受手术治疗，评估一个患者能否接受手术，有一套严格的标准。这种手术只对 2 型糖尿病有效，且患者需要满足多个条件：年龄 16 至 65 岁；糖尿病的病程≤15 年，体重指数 BMI≥27.5；体型肥胖，男性腰围≥90 厘米，女性腰围≥85 厘米；尚有一定的胰岛功能。

不过，手术也并非是一劳永逸的，张频说，术后的生活行为的改变也很关键，尤其是在饮食方面，吃东西要比以前少、进食速度也要变慢。而对于少部分患者在术后可能出现维生素及微量元素缺乏的情况，可根据医生建议来服用特殊维生素。

本报记者 左妍

血糖检测有望告别“扎针采血”之苦



「血糖监测现状专项调查」启动会现场 本版摄影 陶磊

中国是糖尿病患者最多的国家，随着发病率的不断攀升，糖尿病给社会和个人造成了沉重的负担，因此，提升糖尿病防治意识、落实糖尿病规范化管理刻不容缓。血糖监测是糖尿病管理的第一步，也是目前规范化管理的难点所在。

然而，血糖检测，对每一位身患糖尿病的人来说是件痛苦又麻烦的事情——不仅患者需要扎针采血，试纸、采血针等耗材还会给环境造成一定的污染。不过，雅培公司糖尿病产品业务高级医学事务总监迈哈姆特·卡兹米近日接受本报专访时透露，血糖监测已经发生了“技术革命”，一种新型的无需“扎针采血”的技术已经研发出来，患者只需佩戴传感器就能获取实时血糖数据。

据介绍，目前利用这种新型技术的血糖检测仪已在欧美等国家上市，预计很快将走入中国市场。

监测频率越高越有益

血糖究竟该如何控制？中国医师协会内分泌代谢科医师分会会长宁光教授在本报举行的“血糖监测现状专项调查”启动仪式上说，关键就靠血糖监测，但是，很多人对此存在一定的误区。“不少病患认为，控制血糖光靠吃药就足够了，但其实吃药可能会引发低血糖，也有可能带来高血糖。如果，你不通过血糖监测了解自己的血糖水平，就可能吃错药。因此，血糖监测不仅可以指导用药、避免出现低血糖等，还可以防止高血糖的并发症‘酮症酸中毒’等。”

“从医学的角度来讲，监测频率越高越有益于糖尿病管理，所以希望患者能尽可能多地遵从医生的推荐去监测血糖水平。”卡兹米说，在过去，通常认为只有一型糖尿病和打胰岛素的人需要监测血糖，现在根据权威机构建议，不仅各类型的糖尿病患者都需要做血糖监测，而建议频率要高一些。

新技术告别“鲜血”与疼痛

几十年前，传统的“扎针采血”血糖检测技术就已问世，并帮助了患者监测血糖，但与此同时，这个技术也限制了患者对自己疾病的管理和对血糖水平发展的完整了解。卡兹米说：“受检测方法的限制，病患从传统血糖检测技术中获得的信息是有限的——不仅获得的数据是有限的，对数据的解读也非常有限。”

卡兹米说，非侵入式血糖检测仪通常都由传感器和扫描检测仪组成。“就拿雅培公司的瞬感传感器为例，传感器大概只有一元硬币的大小，扫描检测仪是 6 代苹果手机的四分之三大小。通过这套设备，1 秒钟就可以获得血糖实时数据，以及后续八小时的数值和血糖发展趋势。这些数据都能帮助病患和医生更好地做好疾病管理。”

除此之外，未来，这种非侵入式血糖检测技术，还可应用到手机、手环、手表等穿戴式设备上，监测数据及时上传至个人健康管理系统云端平台，并与疾病预防控制中心、医疗中心等实现互联，能够为每位患者提供个性化的防治方案。

本报记者 马丹

滋补，还得“真”胶“实”料

“秋冬进补，来年打虎”，又到了需要进补的秋冬季节，而素有“滋补上品”之称的阿胶自然成了更多人秋冬进补的不二选择。然而，市面上的阿胶品种繁多，良莠不齐，价格差距也比较大，让好多人无所适从，不知如何选择。养生大师们认为，阿胶道地不道地，对滋补效果影响很大，只有道地阿胶才能达到良好的养生效果。

中医进补，讲究道地二字

近些年来，好多中小阿胶厂像雨后春笋般冒了出来，有些在东阿办的小阿胶厂甚至见势傍上了东阿这棵大树，并误导了不少不明底细的消费者。

不少消费者在朋友的推荐下去药店买阿胶，并不知道自己买的其实并非地道东阿阿胶。对此，个别售货员也是义正言辞：“这阿胶的原产地就是东阿，东阿产的阿胶不叫阿胶叫什么？”据了解，很多遇到类似情况的消费者在服用了“东阿产的阿胶”一段时间后，感觉效果并不明显，有的甚至还出现了身体不适症状。



中药材自古就有“道地性”之说。早在《神农本草经序录》中，对于药物产地选择就有“土地所生，真伪陈新”的论述。因此中药材产地是否适宜，对于药材质量的影响是很重要的。同是黄连，四川产的所含有效物质比湖北产的往往更高。阿胶本身作为一种药食同源之物，也讲究药材道地与否。道地药材与非道地的药材，有效成分往往有着天壤之别。

道地的阿胶为何与众不同

国医大师张灿理曾言：“对于像阿胶这样集古人智慧，代代相传炼制出的滋补上品，唯有汲取东阿之水，得传承人之奇秘技艺炼制而成的阿胶，才为常用道地药材、滋补佳品。”

化学研究显示，用于炼制东阿阿胶的东阿地下水为岩溶地下水，属低矿化度、重碳酸型饮用水，富含锌、铁、钙、镁等有益微量元素及适量的矿物质元素，能达到锌型、偏硅酸型、锶型等天然饮用矿泉水的标准。一方面在提杂。阿胶胶汁的提纯过程中，东阿水因恰当的比重而使杂质容易排除；二是起到了“引子”的功能。丰富而恰当的微量元素和矿物含量与驴皮有效成分充分结合，使阿胶的滋补作用发挥到极致。

而炼制阿胶的工艺也极为讲究，它要经过洗皮、泡皮、凉皮、刮毛、化皮、炼胶等 99 道工序，历经 50 余天方可出胶。为确保每一批

阿胶都是“国色天香”，从古到今，阿胶炼制技艺都是遵从师带徒的传承方式，目前阿胶炼制传承已到第八代。

“为什么阿胶会传承三千多年？为什么东阿产的阿胶会与众不同？不仅是因为阿胶是一个养血上品，更是因为阿胶包含了做人厚道的经营理念。”阿胶制作技艺代表性传承人秦玉峰说。据了解，规范的企业会建立“全产业链质量管控”模式，把毛驴当中药材来养殖，从源头保障质量。在中游把标准当武器，在下游实行“黑名单”禁销、禁供制度，供应、经销不诚信将禁止合作。因此，只有道地的阿胶才是令人放心的滋补上品。



如何鉴别道地的阿胶

“出东阿，故名‘阿胶’。”国医大师王绵之曾说过：“阿胶就是阿胶，它是因得到阿井水炼制而成，驴皮胶就是驴皮胶，它们是有区别的。”所以，一定要买到道地的阿胶才能收到滋补身体的效果。那么，如何鉴别道地的阿胶呢？

李时珍在《本草纲目》中说的详细透彻：“若伪者，皆杂以马皮、旧革、靴、鞍之类，其气



浊臭，不堪入药。当以黄透如琥珀色，或光黑如莹漆者为真。真者不做皮臭，夏月亦不湿软。”阿胶之所以得天独厚，惠泽苍生，是因为它是水火相济之物。真阿胶水里来火里去，尽管形态变异，但从头到尾不改其本性，铸就非凡品格。

因此，专家建议消费者可通过以下方法来辨别阿胶真假。

1.看火法。取阿胶碎粒 4-5 克，置于坩埚内灼烧，可以看到初则胶块迸裂，随后胶体膨胀融化，冒出白烟，烟的气味清香，且有浓烈的麻油香味。胶体灰化后，残渣很疏松，呈现片状或棉絮状团块，不会与坩埚粘结，其灰味淡，口尝无异物感。符合上述特征与指标，就是货真价实的阿胶无疑。

2.看水法。取 10% 的阿胶水溶液观察，溶液呈淡棕红色，半透明，清而不浊，下层无沉淀或有少量类白色物析出，液面有油滴。溶液静置 4 小时后依然不凝聚，这就是真阿胶。

古代医家法度森严，驴皮与东阿县地下水为炼制正宗真阿胶的两个充分必要条件。不符合任一条件都将不能称作道地的阿胶。