

糖尿病视网膜病变为何要早治疗？

▲ 绵阳市安州区人民医院 夏世全

糖尿病视网膜病变属于糖尿病慢性并发症的一种，该病变十分常见。目前，我国的糖尿病视网膜病变预防体系尚未成熟，眼科医生在进行糖尿病视网膜病变预防和治疗工作中仍然面临着巨大的挑战。由于糖尿病视网膜病变严重而且复杂，一旦导致患者失明后通常很难再恢复，再加上我国现阶段用于糖尿病视网膜病变的医疗资源比较有限，因此糖尿病视网膜病变的早期治疗至关重要。

糖尿病视网膜病变的发病机制

糖尿病性视网膜病变一般会造成患者的视力变差、视野的缺损和玻璃体积血，在严重的情况下，还会发生牵拉性视网膜脱离，最终致盲。糖尿病性视网膜病变在临床上表现为眼底血管微循环异常和眼底周围细胞的损伤。目前，还无法明确糖尿病性视网膜病变的发病原因，然而其发病机制在一定程度上关系到糖尿病患者的病程和血糖的控制情

况。糖尿病性视网膜病变的发作是一个长时间的病理过程，和许多因素息息相关，现阶段，根据相关调查研究发现，糖尿病视网膜病变危险因素有很多，例如遗传因素、血流动力学变化、毛细血管基底膜增厚、空腹血糖水平、糖尿病病变和胰岛素治疗等，也有可能是上述因素的共同作用下引发的结果。

糖尿病视网膜病变早治疗的原因

避免错过最佳治疗时机 之所以建议糖尿病视网膜病变患者做到早治疗，是由于该疾病在发病初期不会出现任何症状，眼睛没有疼痛感，也不会发红，视力也正常，但是大部分长时间患上糖尿病的人已经有了或轻或重的视网膜病变。糖尿病视网膜病变对患者造成的伤害是不可挽回的，最佳的治疗时机就是在患者出现自觉症状之前，实际上也就是视力下降之前，因此，早发现和早治疗能够避免丧失最佳的治疗时机。

避免视力损害 糖尿病患者不仅需要平时控制好血糖，还需要一年做一次眼底检查，由于糖尿病病程较长，如果患者的血糖不稳定，每3到6个月就应该做一次眼底检查。在视力下降之前按时进行眼科检查，能够有效降低糖尿病视网膜病变致盲的发生概率，通过矫正视力检查、散瞳查眼底和外院眼底照相对患者进行筛查，能够详细了解患者的视力和眼底情况，同时在检查后必须要保存眼底照片，这是因为眼底照片在激光治疗过程中能够发挥着重要的指导作用，而且还能够对激光光凝后的治疗效果进行有效评估。

提高生活质量 糖尿病视网膜病变导致的玻璃体出血和黄斑水肿等并发症既会对患者的视力造成严重损害，还会极大的增加治疗成本。根据相关研究表明，糖尿病视网膜病变患者的视力障碍会严重降低患者的生活质量，给患者的身体和精神带来了巨大的压力，既不利于患者的工作、生活、阅读、运

动和社交活动等，还会增加患者的经济负担，从而在患者视力受损之前就明显降低了其生活质量。影响糖尿病视网膜病变患者生活质量的因素包括患者的年龄、性格、病程、护理干预、经济水平、病变程度、双眼视力、黄斑病变和血糖控制情况等，而实践表明，糖尿病视网膜病变患者早日进行眼底激光光凝治疗，能够有效提高患者的生活质量。

降低并发症的发生概率 上文中曾经说过，糖尿病视网膜病变的发生和糖尿病的病程、血糖控制水平息息相关，糖尿病的病程越长，糖尿病视网膜病变的发生率也就越高，病情也就越严重。波动性高血糖能够进一步提高糖尿病患者出现微血管并发症的风险，而且血糖波动越大，出现慢性并发症的风险也就越高，因此糖尿病视网膜病变必须要早治疗，将患者的血糖控制在标准范围，使其血糖平稳，能够有效避免和推迟糖尿病患者发生微血管疾病和眼部并发症。

科学认识胶质瘤

▲ 宜宾市第三人民医院 田源

虽说今天的人对各种疾病都见怪不怪了，可要说起脑袋里的病还是有点恐惧的。脑袋里最让人担心的还是长瘤子，瘤子也分良性和恶性，如果是良性的，那心就可以稍稍放下一些，可要是恶性的，那心就真是七上八下不得安宁了。

胶质瘤是胶质细胞异常裂变导致

说起颅内的恶性肿瘤，不得不提及胶质瘤。很多人对脑胶质瘤这种疾病不太了解，胶质瘤是颅内的一种疾病，起源于颅内的胶质细胞，它的发病率占到颅内原发肿瘤的40%～60%，是最常见的颅内恶性肿瘤。大家不了解主要是因为人群发病率比较低，但是这种疾病在青壮年这个人群中特别高发。

胶质细胞广泛存在于我们的大脑里，脑组织主要由神经元（神经细胞）和神经胶质细胞构成，神经胶质细胞对神经元起支持、营养、绝缘和保护等作用。与神经元不同，胶质细胞终身保持细胞分裂的能力，起到修复和再生作用，胶质瘤其实是胶质细胞异常裂变产生的。

胶质瘤的四大诱发因素

遗传因素 并不是说胶质瘤会遗传，而是说本身它是和基因突变有相关的，上一代如果基因存在遗传缺陷，带给了下一代，那么下一代就会有肿瘤的易感性。

病毒感染 病毒性脑炎主要是由于大脑有病毒感染引起，损伤大脑神经非常严重。

电离辐射 在空气当中接触到的一些有电离层的东西，都可能对人体造成损害，但是这种影响目前猜测可能是间接因素。

饮食因素 各种营养物质摄入的不均衡可能会引起这种肿瘤。

其实胶质瘤的病因目前来说并不是那么的明确，以上四个因素目前只是被推测为间接原因，所以为了远离肿瘤，我们在生活中还是要保持一个良好、健康的生活习惯，来提高自己的免疫力，尽量减少肿瘤发生的概率。

脑胶质瘤所导致的症状和体征，主要取决其占位效应以及所影响的脑区功能。

肾结石是指长在肾脏部位的结石。肾脏是人体内最容易生成结石的器官之一，肾结石是一种在临床上多发的泌尿系统疾病。作为一种常见疾病，肾结石的患病率非常高，平均每20人中就有一个可能患有肾结石。肾结石在临床上多发于男性群体，其主要成因是饮食结构不合理造成的体内草酸的大量堆积。

肾结石的常见症状

腰部绞痛 肾结石的常见症状是出现患处绞痛，这种绞痛的疼痛等级比较高，很为患者会形容其为“像钝刀子割肉一样疼”。这种剧烈绞痛的产生原因是肾结石排出不畅，肾盂或者输尿管在结石排出过程中被堵塞。在这种剧烈的腰部绞痛之后，有些患者的肾结石会随尿排出。

血尿 血尿也是肾结石的常见临床表现之一，有五分之四的肾结石患者都会出现这种症状，但是大部分血尿的颜色和普通尿液没有区别，必须通过医疗化验才能发现，只有少部分呈现肉眼可见的红色。

无症状 部分患者在临床上没有任何症状表现，日常身体也没有任何不适，是通过体检偶然发现自己患有肾结石，这部分患者一般都是轻症患者。

肾积水 肾结石排出不畅，除会引起剧烈腰部绞痛，还会造成肾积水的症状。有的肾积水患者感觉不到明显的身体异样，但是长期肾积水对身体健康有着非常严重的影响，会造成肾功能的损伤，更有甚者会引发尿毒症。重度肾积水甚至有可能造成肾脏功能的完全丧失。

发热 肾结石有时候会诱发细菌感染，就会出现发热的临床表现，这是由于结石的存在阻碍了身体的毒素伴随着尿液一起排出，引起的感染。肾结石的发热症状一定不能忽视，持续发热有可能引发败血症或其他一些连带疾病的出现。

肾结石的临床治疗

肾结石的治疗方案要根据病患的具体情况制定，主要是根据结石生长的位置、结石体积的大小以及有没有其他并发症等等

因素来综合决定的。

肾结石体积小于7mm 体积比较小的肾结石，我们一般采取保守观察或药物治疗的手段进行治疗，促使结石被溶解或者排除。因为结石的体积小，治疗相对容易，患者的痛苦程度也会比较轻。这类的小体积肾结石，患者甚至可以通过多喝水或者拍拍背就自行排出来。在排石或者溶石的时候，要遵医嘱进行作息和饮食。

肾结石体积7mm~15mm 对于这个体积大小的肾结石，一般采取体外碎石的治疗方法。体外碎石的治疗方法主要针对的是一些通过药物排石或者溶石解决不了的结石，这种结石体积明显更大，硬度一般也更高，患者会有比较明显的疼痛感，通过喝水或者药物排毒无法将其排除体外，就需要运用冲击波碎石的治疗方法让结石被震碎，随着尿液排除体外。

肾结石体积在15mm以上 对于体积比较大的肾结石，药物排石和体外碎石的治疗效果都不理想的情况下，就不得不采取手术治疗的方法，手术治疗对体积较大的肾结石有着非常明显的治疗效果，但患者要承受一定的手术风险和比较大的身体痛苦，还要负担相对较高的医疗费用。

除此之外，肾结石患者还可以通过一些体育运动，例如跳绳或者体操之类的辅助医生的治疗。

肾结石预防

良好的生活习惯可以减少肾结石的发生，养成良好的作息规律和健康的饮食习惯是预防肾结石非常好的方法。

多喝白开水 多喝白开水可以提升我们身体的新陈代谢速度，不利于毒素在体内沉积。尿液的中草酸的浓度被大大降低，从而使得肾结石没有产生的温床。

合理饮食 高糖的摄入是肾结石的诱因之一，在日常饮食中，要尽量减少高糖分食品的摄入，多吃富含维生素的蔬菜和水果。

养成良好作息习惯 熬夜会造成人体的生物钟紊乱，引起毒素在体内的沉积，有可能诱发肾结石，因此要养成早睡早起的良好作息习惯。