

# 市区糖尿病发病率高于全国平均水平

## 昨天是“世界糖尿病日”，医生提醒：切莫忽视餐后2小时血糖监测

### 残障人士 社区开心学插花

本报讯 “我还从来没有上过插花课，闻着花香心情蛮好的。”一名残障人士边插着花边说。日前，15名残疾人齐聚在大市口街道华润社区的活动室内学习插花课程。

下午2点半，华润社区的活动室里传出舒缓的音乐声，记者一走进，鲜花的清香扑鼻而来。

来自大市口街道各个社区的15名残疾人正坐在座位上，安静地听老师讲解。他们的面前各有一份配好的鲜花和绿泥。他们当中有智力障碍者、有视力障碍者，对他们很多人来说，这是人生里的第一节插花课。

蒋利清住在弥陀寺巷附近，天生视力残疾，看得见光，看不清东西。他开心地摆弄着面前的花草：“我今天是坐公交车自己来的，没有接触过插花，蛮喜欢的。现在街道常常为我们办活动，我都积极参加，心情挺好的。”

给大家上课的花店老板名叫吴巧珍，下岗后在华润社区里开了一家小花店。华润社区的工作人员邀请她为大家上课，她立马就答应了。在课堂上，她不停走动，帮助有疑问的“学生”。她说：“今天给大家上课，感觉很好。大家虽然身体有残疾，但是心理很阳光，都很喜欢花艺。”

华润社区一名工作人员说，大市口街道的助残活动一般都定在我们社区。能够过来的残疾人都是腿脚方便，生活能够自理的。

这名工作人员觉得，通常大家最关心残疾朋友的日常生活，但很多时候，他们也需要精神上的慰藉。（记者 王露）

### 人大代表进社区 倾听居民吐心声

本报讯 日前，润州区金山街道京畿路社区在中山广场开展了“人大代表社区听民意”活动，8位市和润州区人大代表来到现场，与社区居民进行深入交流，接受社区居民咨询，倾听基层群众的呼声。

“医疗体制改革之后，我们看病却比以前贵了好多！”活动现场，京畿路社区的老党员许天恩向人大代表反映，“看病难、看病贵”一直让老年人颇为抱怨，明明是毛小病，稍微一检查就花了大价钱。区人大代表刘军详细记录了他的意见和建议，以便回去做好梳理总结，及时向上传达。

此外，朱方路市场管理混乱、京畿路交通拥堵、拆迁安置等一系列民生问题也接二连三被提了出来，在场的代表们针对居民提出的问题都作出了细心讲解，并说会向有关部门反映，促成早日解决问题。对于不能解答的“疑难杂症”也一一被记录下来，以便在日后的人大会议上作出提议。

“群众找到我们，既是对我们的信任，也是种督促，我们会竭尽全力为群众服务。”区人大代表臧荣辉说。

（戴慧 范瑶）

本报讯 “我们发现，很多人认为自己体检时空腹血糖检查正常，就可以排除糖尿病了，但研究表明，若仅查空腹血糖，有约40%的糖尿病患者被漏诊，空腹血糖正常，而餐后血糖超标的人不少。”在昨天江大附院举行的糖尿病日义诊活动上，江大附院内分泌代谢科主任袁国跃博士呼吁，市民在做血糖检查时，千万不要忽视餐后2小时的血糖监测。

### 为什么要监测 餐后2小时血糖？

“空腹血糖正常，但餐后血糖超标的例子在我们临床并不少见”，袁主任介绍，他们前两天在门诊时就遇到了这样的病例，患者空腹血糖只有4.6mmol/L，但餐后2小时血糖却超过了13mmol/L，早已戴上糖尿病的“帽子”。

当前的糖尿病诊断主要依靠空腹血糖和餐后2小时血糖。袁主任说，有人将餐后2小时血糖比喻

成“天气预报”，因为餐后高血糖不仅可以预测心血管疾病的发生、发展，同时还可预测它通过对血管的损伤作用直接参与糖尿病微血管并发症的发生、发展。有研究证实，在预测视网膜病变的发生和发展中，餐后血糖的价值优于糖化血红蛋白。所以为了延缓及降低糖尿病慢性并发症的发生及发展，注重餐后2小时血糖的监测和控制是非常必要的。

### 糖尿病年轻化明显

“就我们临床来看，糖尿病发病年轻化已经十分明显，青少年、中青年患者数量每年都在递增。”袁主任解释，年轻人糖尿病高发的主要原因还是与不良生活方式密切相关，如果我们过多的摄入高脂肪、高热量、高糖分的食物，每个人都可能迈入糖尿病的危险地带。

目前尤其值得关注的是儿童青少年人群，他们爱吃洋快餐，爱喝可乐，运动量少，临床上的“糖娃娃”越来越多。要扭转这一现状，最

重要的一点就是改变我们的生活方式，让我们的生活方式更科学、更合理，其中包括适当的运动，也包括饮食的控制、体重的控制等等。

### 市区发病率高于全国平均

最新调查数据显示，我国成人糖尿病患病率接近11.6%，糖尿病前期率为50.1%，也就是说，目前我国约有1.139亿糖尿病患者，有一半成人是糖尿病的“后备军”，其中约三分之一会变成糖尿病患者。在糖尿病患者中，仅有25.8%的患者接受了治疗。2008年，我市开展的调查数据显示，市区糖尿病患病率为12.3%，明显高于当时全国平均水平。

江大附院于2009年成立了“糖尿病健康之家”，目前会员已超千人，通过定期举办讲座、义诊、糖友烹饪课堂等主题活动，带领糖友们轻松、愉快地开展抗糖行动，取得了良好成效。（孙卉 古瑾）

### 丹阳人民医院 表彰“抗糖明星”

本报讯 昨天上午，丹阳市人民医院电教室，近160名糖友相聚参加该院糖友俱乐部组织的“我的血糖我做主”糖尿病防治活动。

丹阳市人民医院糖友俱乐部自2003年成立以来，定期通过多种形式多种渠道的活动开展公众宣传和教育活动，指导糖尿病患者掌握自我管理技能，为病人、家属和社会有关方面提供糖尿病防治咨询服务。

活动中，彭梅根、韦金英等五名糖友被评为“抗糖明星”。内分泌科黄勇主任为他们颁发了“抗糖明星奖”。五位“明星”分别从饮食管理、运动管理、规范用药、血糖监测、综合管理五个方面，为现场的糖友们作了经验分享。

（孙红娟 朱美娜 张辉）



昨天，丹徒区卫生局和疾控中心在上党镇上会村开展“糖尿病教育和预防”义诊宣传活动。

纪晨 解国钧 摄影报道

### 老城区“糖友”也多

本报讯 昨天，市第四人民医院医生和护士走进金山社区卫生服务中心，为那里的“糖友”宣传糖尿病相关知识。

金山老城区老年人多，糖尿病等慢性病患者也多，为更好的帮助糖尿病人了解自身疾病，加强日常生活中的自我管理，昨天上午，金山社区卫生服务中心邀请四院内分泌科副主任医师于德纯来到金山街道杨家门社区，为这里的“糖友”们上了一堂自我管理健康课。于德纯建议“糖友”，除药物治疗外，还要适当运动，每周进行测量血糖、压力处理、饮食控制、体重控制等5个糖尿病自我管理。

活动现场，金山中心医护人员为居民免费测量空腹血糖和餐后2小时血糖，发放了宣传资料100份，以及便携式胰岛素注射包，内有冰包、血糖日记、急救卡、针头及使用说明。

（姚林林 杨冷）

### 糖尿病向农村逼近

本报讯 “近3000人的秀山村，患糖尿病的村民已突破百人，而且呈现逐年增长的趋势。”官塘桥街道社区卫生服务中心全科医生夏静表示，虽然农村的糖尿病发病率低于城市，但糖尿病正向农村“逼近”。

昨天上午，在“世界糖尿病日”来临之际，官塘桥街道社区卫生服务中心的医生们来到秀山村，为这里的村民免费测量血糖，讲解预防糖尿病的常识。

义诊现场，医生们为秀山村村民免费检查了空腹血糖、餐后血糖，进行了相关疾病咨询，并通过发送资料，宣传健康生活常

识。活动现场有五六百名村民前来测量血糖，了解预防糖尿病的知识。“今天准备的50份血糖试纸全部用完。”医护人员说。

一早就赶到义诊现场的村民葛梅珍表示，起初对血糖高低没什么概念，测量以后，了解自己的血糖情况，对以后生活起居、饮食控制很有帮助。

近年来，随着农村生活水平的提高，鱼肉居多的饮食方式导致农村患糖尿病的人数越来越多。夏静提醒广大村民，预防糖尿病，主要是饮食上调整，做到三低饮食，低糖、低脂肪、低盐，同时加强锻炼，减轻体重。（孙俊 施静静）

## 恒大立足长白山黄金水源地 打造高端矿泉水

随着经济的发展，人们对健康的渴求越来越强烈。但由于经济发展的不平衡，人们的生活环境遭到不同程度的破坏，环境污染问题常见诸报端。目前，中国国内对饮用健康好水的观念还比较薄弱。而在欧美地区，公众都非常注重饮用高质量的水，被认为是有助于提升生命质量的最重要途径之一。

现阶段国内矿泉水行业的竞争压力及利益驱使导致市场上的矿泉水质量参差不齐，以假乱真，以次充好问题常见诸报端，某些矿泉水生产企业屡次遭遇信任危机。

恒大集团着眼社会民生，决心自营高品质的天然矿泉水品牌，从根本上保障人们最为关切的饮用水安全问题，因此，恒大冰泉应运而生。打造绿

色住宅、发展健康产业，是恒大集团的未来战略方向之一。恒大冰泉的上市，从打造矿泉水帝国出发，标志着恒大集团在关注民生健康工程、肩负社会责任的方向上又前行了一步。

恒大冰泉的发布，亦与恒大集团“民生地产”的理念相一致，体现了恒大集团强烈的社会责任感。恒大集团是中国规模最大的房地产企业，拥有国内最大的业主群体，自营高品质、安全的矿泉水品牌，影响面最广最为深远。同时，恒大还将坚持“一处水源供全国”、“高端品质，亲民价格”的模式，保证人们享受高品质且价格合适的恒大冰泉。

据悉，恒大冰泉水源地为长白山银龙泉。中国长白山与欧洲阿尔卑斯山、俄罗斯高加索山被公认为世界三

大黄金水源之一，符合世界最严格的欧盟矿泉水水质标准。同时，恒大冰泉蕴含多种人体必需的矿物元素且呈天然弱碱性，对心脏病、高血压、动脉硬化、神经功能紊乱等都有医疗保健作用，更有助于维持正常的渗透压和酸碱平衡。在生产方面恒大引进了世界上最先进的克朗斯等生产设备，从净化处理，瓶坯注塑，灌装等各个环节严格把控，全自动化生产，确保每一滴水都健康安全。

从民生地产到健康生活，恒大集团始终走在民生服务领域的最前沿。恒大冰泉的推出，将唤起国内人们对健康好水的关注，带动更多的人注重饮用高品质的天然矿泉水，全面提升国民身体素质。

（李琳）

### 楼幢长生活会 为居民解忧

本报讯 “翟书记，你所反映的全省统一社保卡在韦岗使用不便的问题，我们将尽快向上级有关部门反映。其他党员、楼幢长提出的一些问题能解答的我们已当场解答，有些问题不是社区所能解决的还希望大家谅解。”这是和平路街道三茅二社区民主生活会上的一幕。

日前，和平路街道三茅二社区以“夯实基层党组织建设，促进社区全面发展”为主题，围绕“服务居民群众、加强基层党组织建设，深入查找落实社区”两委班子和个人在在社区党员、居民群众服务和管理工作中存在的问题召开了专题民主生活会。社区两委班子、社区专干、支部书记及楼幢长共38人参加了会议。

这是该社区党委改选后，召开的第一次民主生活会。

韦岗铁矿部分退休党员的组织关系及退休人员社会化管理隶属于三茅二社区，韦岗只有建行，而持有省社保卡要到市区江苏银行、农行及工行才可办理业务，一些上了岁数的人取钱不便，故向社区求助。

在民主生活会上，社区干部介绍了社区现状，并主动开展批评与自我批评，提出整改措施，还广泛采纳了与会党员和群众的意见。

（竺捷）

### 消防队员培训 老年公寓护工

本报讯 日前，润州区消防大队七里甸中队的队员来到大西路老年护理中心，给这里的护工们上了消防培训课，还给人住老人们带来了米、油等慰问品。

大西路老年护理中心是一栋3层楼的沿街大楼，目前住着39名老人。

消防队员首先检查了这里的消防设施，发现每个楼层都设有消火栓。

“使用时先拔掉保险销，再按下压把，干粉就能喷出，喷射前要选择好喷射目标，而且要接近火焰喷射。”消防队员们向护工们一一介绍灭火器的使用方法。

邓洪才是护工班的班长，对消防队员的指导，他听得特别仔细。他说，冬天快到了，对老年公寓来说，冬季确实有很多需要注意的地方，大意不得。

对老年公寓冬季消防事宜，消防队员也有不少提醒：比如，老人们冬季在各自房间内不要点明火，最好不要吸烟，防止将烟头丢到棉被上引起火灾，而为了方便吸烟的老人，老年公寓最好能设立一间吸烟室，便于管理。

晚上的防火事宜也要注意，老年公寓晚间一定要有查房制度。

面对这一切，大西路老年护理中心主任邵川江表示，很感谢消防队员对老年公寓的关心，希望这样的培训每年都能搞一些，让更多的人掌握消防知识和技能。

（竺捷）